



WOLONTARIAT SĄSIEDZKI

OPIS MODELU INNOWACJI SPOŁECZNEJ

1. Do kogo jest skierowana innowacja, kto jest jej odbiorcą?

Innowacja skierowana jest do:

- a) osób zależnych, a w szczególności starszych, samotnych i z niepełnosprawnościami,
- b) sąsiadów osób zależnych, którzy chcą się włączyć w pomoc sąsiedzką jako wolontariusze.

2. Na jaki problem społeczny odpowiada innowacja społeczna?

Innowacja odpowiada na problem samotności spowodowany w dużej mierze starzejącym się społeczeństwem oraz na problem zależności od osób trzecich osób starszych również z niepełnosprawnościami.

„Rośnie i, w perspektywie 20 lat, nadal będzie wzrastać liczba osób w wieku 65 lat i więcej. Wzrost ten będzie bardzo dynamiczny ze względu na wchodzenie do tej grupy wieku roczników osób urodzonych w latach 50. (najliczniejszych w całym okresie powojennym), a także w latach 60. ubiegłego wieku. Obecnie, np. rocznik urodzonych w 1955 r. liczy prawie 600 tys. osób, a urodzeni w latach 60. to po ok. 540-460 tys. osób w każdym roczniku – dla przypomnienia w ostatnich latach rodzi się niespełna 400 tys. dzieci rocznie. Dodatkowo, należy przypuszczać, że trwanie życia będzie się sukcesywnie wydłużało sprzyjając zwiększeniu zarówno liczby, jak i odsetka ludności w starszym wieku w ogólnej populacji Polski.” (cyt. *Sytuacja demograficzna osób starszych i konsekwencje starzenia się ludności Polski w świetle prognozy na lata 2014-2050*, s. 6)

„Prawne potwierdzenie faktu niepełnosprawności posiadało w 2011 roku przeszło 3,1 mln osób (dokładnie 3 133,5 tys.). Liczebność zbiorowości osób niepełnosprawnych prawnie i biologicznie (jednocześnie) wynosiła 2 652,0 tys., tylko prawnie – 479,5 tys., tylko biologicznie – 1 565,6 tys. Liczebność osób niepełnosprawnych biologicznie wynosiła 4 217,6 tys.” (cyt. *Narodowy Spis Powszechny Ludności i Mieszkań 2011, niepełnosprawni.gov.pl, data dostępu: 31.12.18, 12:31*)



Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



Partnerzy





3. Jak działa innowacja?

Innowacja polega na stworzeniu wolontariackiej sieci wsparcia na poziomie małej jednostki terytorialnej (osiedle, parafia, blok mieszkalny), której celem jest pomoc osobom zależnym. Dzięki temu, że wolontariusze i osoby zależne mieszkają blisko siebie skróci się czas na dotarcie do potrzebującego, co spowoduje możliwość pomocy w nagłych sytuacjach przy mniejszym obciążeniu czasowym dla wolontariusza. Dzięki innowacji możliwe jest zbudowanie społeczności opartej na relacji podmiotowej i sąsiedzkiej. Celem innowacji jest zmniejszenie wykluczenia społecznego, samotności oraz wzrost poczucia sprawczości i bezpieczeństwa.

Osobami, odpowiedzialnymi za realizację Innowacji były Elżbieta Rajczak pomysłodawczyni oraz Łucja Kołek opiekun merytoryczno-motywacyjny w czasie testowania Innowacji.

1. Rozpoznanie terenu

W przypadku Innowacji Elżbieta Rajczak miała już wcześniej nawiązane kontakty na terenie osiedli Solec i Powiśle, na których od 01 lipca do 31 grudnia 2018 r. odbywało się testowanie Innowacji. Pierwszym krokiem było poproszenie o wsparcie instytucji, z którymi Elżbieta od r. 2014 organizuje Festiwal Sąsiedzki „Współ w Zespół dla Solca”. Dzięki tej długoletniej współpracy przy okazji Festiwalu miałyśmy już wcześniej wiedzę, jakie instytucje, placówki oświatowe, parafie działają na tym terenie, co robią oraz na kogo można liczyć, zwłaszcza w niezwykle trudnym momencie startu testowania (01 lipiec 2019 czas wakacji i urlopów). Na podstawie różnych rozmów i spotkań sąsiedzkich od lutego 2018 r. ze mieszkańcami Solca i Powiśla można było określić skalę i zakres problemu wsparcia osób zależnych na terenie obydwu osiedli. Skontaktowałyśmy się z proboszczami trzech parafii rzymskokatolickich znajdujących się na terenie Solca i Powiśla oraz z opiekunkami parafialnymi, które w niewielkiej już grupie działają od około 30 lat w parafii św. Trójcy (<https://trinitas.pl/pl/duszpasterstwo/grupy-parafialne/opiekunki-parafialne/>). Nieocenionym wsparciem była dla nas siostra Zofia Kosowska, szarytka, która odwiedza przewlekle chore i starsze osoby w parafii św. Teresy od Dzieciątka Jezus, a także osoby często z 30-40-letnim stażem działań społecznych w parafii św. Trójcy. Te wszystkie osoby zostały naszymi „łącznikami” i źródłem wiedzy



Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



Partnerzy





o potencjalnych seniorach potrzebujących wsparcia, a także poparty nas swoim wielkim autorytetem w środowisku lokalnym i wobec księży proboszczów.

2. Stworzenie listy odbiorców.

Stworzyliśmy listę osób zależnych - uczestników (którzy wyrazili zgodę na uczestnictwo w Innowacji). Przygotowałyśmy ją na podstawie rozmów z opiekunkami parafialnymi oraz Siostrą Zofią i parafianami, którzy podchodzili do nas po wysłuchaniu ogłoszeń parafialnych na niedzielnych Mszach św. Wstępna lista odbiorców powstała zanim jeszcze rozpoczęło się oficjalnie testowanie Innowacji. Na podstawie bezpośrednich rozmów z uczestnikami określiliśmy ich potrzeby. Z każdą z osób deklarujących chęć włączenia się w Innowację, Łucja (opiekunka wolontariuszy i uczestników) rozmawiała indywidualnie o ich sytuacji życiowej, rodzinnej, zdrowotnej oraz sferze emocjonalnej. Na podstawie tych rozmów, w późniejszym czasie mogła rozpocząć rekrutację wolontariuszy. Pierwsza wizyta (informacyjna) zazwyczaj trwała około godziny. Łucja zawsze opisywała na czym polega Innowacja, jakie są założenia i cele. Opowiadała o grantodawcy, a także o pomysłodawczyni – Elżbiecie. Już na tym etapie pojawiały się problemy i wątpliwości dotyczące kwestii formalnych, obawy dotyczące wypełniania dokumentów i podawania danych osobowych (problemy te pojawiały się w czasie całego procesu testowania).

Podczas wizyt u osób zależnych Łucja określała także sytuację mieszkaniową, która początkowo bagatelizowana, stała się w późniejszym czasie ważnym wyznacznikiem dla wolontariuszy (odmawiali pomocy w mieszkaniach gdzie np. są pluskwy). Łucja nie nalegała na rozpoczęcie lub kontynuowanie wolontariatu w sytuacji zagrażającej zdrowiu wolontariuszy.

3. Pozyskanie grupy fachowców.

Elżbieta bazując na własnych kontaktach zdobytych na przestrzeni lat przedstawiła pomysł Innowacji fachowcom i uzyskała zgody na wykonywanie odpłatnych zadań w ramach Innowacji (prowadzenie szkoleń/warsztatów, rehabilitacji, usługi poligraficzne, itp.) Nie byłoby szansy na przeprowadzenie wielu szkoleń, spotkań w ramach Innowacji bez wcześniej zdobytych kontaktów Elżbiety.

4. Akcja informacyjna

Przeprowadziłyśmy liczne akcje informacyjne, promocyjne i edukacyjne.



Fundusze Europejskie
Wiedza Edukacja Rozwój

Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



Partnerzy





- Elżbieta rozeznała rynek poligraficzny, znalazła drukarnię, która zgodziła się na wydruk plakatów i ulotek w kwotach ustalonych w harmonogramie rzeczowo-finansowym. Proces kolportażu ulotek i wieszania odpowiednio przygotowanych plakatów na parkanach (za zgodą administracji) realizowany był przez Elżbietę wraz z wolontariuszami oraz znajomymi, przebiegał pomyślnie i był kontynuowany przez cały okres testowania.

5. Rekrutacja wolontariuszy

Łucja zamieściła ogłoszenia na portalach organizacji pozarządowych, stworzony został profil na Facebooku (<https://www.facebook.com/ProjektSasiedziSasiadom/>) oraz adres e-mailowy (sasiedzisasiadom@gmail.com). Informatycy zbudowali stronę internetową (<http://www.sasiedzisasiadom.pl/>). Wszystkie powyższe elementy stały się źródłami rekrutacji i wiedzy o Innowacji. Łucja udostępniła na potrzeby plakatu, ulotek i stron internetowych swój numer telefonu oraz adres e-mail (sasiedzisasiadom@gmail.com) w celu jak najsprawniejszego kontaktu z kandydatami na wolontariuszy. Po otrzymaniu zgłoszenia, Łucja przeprowadzała rozmowę z kandydatem na wolontariusza, w celu określenia motywacji, możliwości czasowych oraz oczekiwań. Te elementy pozwalały na „dopasowanie” wolontariusza do osoby zależnej. Wszystkie działania podejmowane przez Łucję miały charakter intuicyjny i choć nie wynikały z pozyskanej wiedzy podręcznikowej ani ze szkoleń, poparte były dużym doświadczeniem wolontariackim.

6. Odwiedziny

Po rozmowach z osobami zależnymi (rozmowy bezpośrednie) oraz wolontariuszami (rozmowy telefoniczne/e-mailowe) Łucja organizowała pierwsze spotkanie w domu osoby zależnej. Podczas spotkania obie strony prezentowały swoje potrzeby oraz możliwości i na tej podstawie starano się znaleźć i określić ramy czasowe i zadaniowe dla wolontariuszy. Obie strony wypełniały wymaganą od nich dokumentację projektową. Kolejne spotkania były ustalane indywidualnie. Łucja, jako opiekunka wolontariuszy, regularnie (ok 1-2 razy w miesiącu) kontaktowała się z osobami zależnymi, aby przeprowadzić krótką rozmowę z pytaniem o samopoczucie, o wolontariuszy itp. Już po pierwszym okresie testowania pojawiały się u wolontariuszy różne problemy, m.in. takie jak: brak asertywności, brak czasu, choroby itp. W tym momencie opiekunka zawsze starała się odpowiadać i rozwiązywać je na bieżąco. Także rozwiązywanie problemów odbywało się na podstawie



Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



Partnerzy





doświadczenia i intuicji Łucji. Równolegle prowadzona była także dalsza rekrutacja i informowanie o Innowacji (rozmowy telefoniczne, e-mailowe, wywiady radiowe, prasowe). Organizowaliśmy w ramach projektu na bieżąco spotkania i warsztaty dla wolontariuszy i mieszkańców Solca i Powiśla oraz pikniki, warsztaty z użyciem kombinezonów geriatrycznych, warsztaty plastyczne, wspólne wyjścia na obiady, dla wierzących Msze św., jako próby integracji wolontariuszy między sobą. Dzięki uprzejmości partnerów wydarzenia te (poza Mszami) były organizowane w Miejscu Aktywności Lokalnej przy ul. Fabrycznej 1/3 oraz w Centrum Informacji im. Jana Nowaka-Jeziorańskiego przy ul. Czerniakowskiej 178a,. Na spotkaniach oprócz wiedzy merytorycznej, uczestnicy mieli możliwość porozmawiania z Łucją i Elżbietą na temat bieżących i planowanych działań w ramach Innowacji, a także mogli uzyskać odpowiedzi na swoje pytania i wątpliwości. Łucja, jako opiekunka merytoryczno-motywacyjna była dostępna w sytuacjach problemowych, jednak w związku z obowiązkami zawodowymi, bezpośredni kontakt telefoniczny i osobisty możliwy był najczęściej popołudniami. Jeśli ktoś dzwonił w ciągu dnia, oddzwaniała po pracy. W lipcu, sierpniu i grudniu w trzech parafiach były sprawowane Msze Św. w intencji seniorów i wolontariuszy Innowacji. Byliśmy w stałym kontakcie z uczestnikami poprzez bezpośrednie spotkania, maile, rozmowy telefoniczne, media społecznościowe. Na bieżąco aktualizowane były informacje o Innowacji w mediach społecznościowych (przeważającą część informacji przygotowywała Elżbieta w oparciu o własne doświadczenie oraz wiedzę zdobytą na przestrzeni lat).



Partnerzy





4. Jaką zmianę wywołała innowacja?

Innowacja naszym zdaniem wywołała następujące zmiany:

- osoby mieszkające w swoim sąsiedztwie miały szansę poznać się bliżej i nawiązać relację towarzyską oraz wolontariacką,
- osoby zależne skorzystały (i nadal korzystają) z czasu i możliwości wolontariuszy w umówionym zakresie,
- młodszy wolontariusze przełamali barierę wstydu pomocy starszym osobom,
- umożliwiłyśmy wolontariuszom i osobom zależnym rozmowy i spotkania ze specjalistami,
- uczestnicy Innowacji skorzystali z rehabilitacji usprawniającej i zabiegów podologicznych,
- wolontariusze mieli szansę na poznanie siebie, swoich mocnych i słabych stron, w relacji pomocowej nabyli umiejętność wykazywania się konstruktywną postawą asertywną: stawianie granic oczekiwaniom seniorów i uczenie się mówienia np. „nie”. Te praktyczne ćwiczenia asertywności były dla wielu cenną, choć trudną lekcją,
- nieodpłatnie przekazano wiedzę merytoryczną w zakresie tematyki pomocowej dla wszystkich zainteresowanych.

5. Jakie mogą być koszty stałe (finansowe, rzeczowe, osobowe) funkcjonowania innowacji i/lub kolejnych jej wdrożeń?

Na całościowy koszt innowacji składają się następujące części:

- zatrudnienie opiekuna merytoryczno- motywacyjnego w ramach pełno etatowej pracy zawodowej,
- zatrudnienie osoby o zdolnościach „dziennikarskich” do administrowania stronami internetowymi www, Fb z zadaniem tworzenia kreatywnych postów informujących, edukacyjnych, promujących ale w sposób uwzględniający niechęć uczestników do publikowania w sieci swojego wizerunku, na czym polega sąsiedzka pomoc wolontariacka (tekst, zdjęcia),



Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



Partnerzy





- wynajem lub użyczenie stałego i dostępnego architektonicznie miejsca na potrzeby Innowacji (pomieszczenie warsztatowe, przechowywanie dokumentów, pomieszczenie do indywidualnych spotkań z opiekunem),
- zatrudnienie psychologa, który wspierałby indywidualnie uczestników Innowacji oraz grupowo w ramach warsztatów pomocowych,
- koszt utrzymania w przestrzeni publicznej stałej ekspozycji plakatów i ulotek i bieżącej ich kontroli (zakup szerokich folii, opasek zaciskowych, klejów, dwustronnych i jednostronnych taśm montażowych o różnej szerokości, płyt PCV na które naklejane były plakaty, koszulek A4 z twardego plastiku typu koperty, kolorowego papieru do drukowania ogłoszeń informacyjnych, toner do drukarki, nóż do cięcia płyt PVC, itp.)

6. Jakie elementy okazały się kluczowe dla wdrożenia innowacji?

Kluczowe elementy, na które naszym zdaniem trzeba położyć specjalny nacisk, to:

- akcja plakatowa, ulotkowa, ogłoszeniowa (tak, aby informacja o innowacji dotarła do jak największej ilości osób),
- warsztaty integracyjne, bezpośrednio angażujące/aktywizujące uczestników (aby mieli oni możliwość wzajemnego poznania się i zaangażowania w działania projektowe),
- możliwość stałego kontaktu z opiekunem merytoryczno-motywacyjnym (za kluczowe uznano wystarczającą ilość czasu, który opiekun może poświęcić na wsparcie uczestników i rozwój Innowacji),
- budowanie zaufania wśród uczestników i ich integracja.

Wszyscy partnerzy, którzy zostali ujęci w raportach zgodzili się na włączenie się w Innowację na prośbę Elżbiety Rajczak.

Nasze rekomendacje to:

- wcześniejsze „rozpoznanie terenu”, znajomość struktury wiekowej okolicy będzie dodatkowym atutem, podobnie – organizacja spotkań z mieszkańcami bloku/osiedla,



Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



Partnerzy





- pełne rozeznanie wśród możliwych partnerów: grafika/informatyka, drukarni, placówki, która udostępni pomieszczenie z przeznaczeniem na spotkania, a przede wszystkim rozmowy z proboszczami, którzy powinni jasno określić swoje nastawienie do włączenia się w tego typu pomoc dla swoich parafian,
- opiekun merytoryczno-motywacyjny powinien zawsze uczestniczyć w pierwszym spotkaniu z wolontariuszem i osobą zależną,
- opiekun powinien ustalić katalog potrzeb osób zależnych tak, aby następnie móc go przedstawić potencjalnym wolontariuszom,
- opiekun nie powinien narzucać formy wolontariatu (decyduje o tym wolontariusz, a następnie wybraną formę można zaprezentować osobie zależnej i pozostawić do jej akceptacji bądź odmowy),
- po etapie testowania, uznaliśmy za zasadne rekrutację wolontariuszy, którzy zajęliby się dystrybucją ulotek, plakatów, ogłoszeń mówionych w kościołach i technicznymi kwestiami organizacyjnymi,
- uważamy, że ważne jest, aby mieć stałe i przyjazne miejsce, w którym opiekun mógłby spotykać się z wolontariuszami.

Nasze przestrogi to:

- opiekun motywacyjno-merytoryczny powinien być w stałym kontakcie z osobami zależnymi i wolontariuszami (rozmowy kontrolne raz w miesiącu lub podczas spotkań i warsztatów), brak kontaktu w konsekwencji może doprowadzić do dezinformacji oraz trudności w budowaniu „sieci wolontariackiej”),
- należy możliwie dokładnie sprawdzać sytuację rodzinną osób zależnych (bliscy krewni, zwłaszcza nie mieszkający z seniorem jeszcze na etapie podejmowania decyzji przez seniora, powinni zostać szczegółowo poinformowani o wsparciu wolontariackim, z którego osoba zależna chce korzystać),
- dużą trudnością jest budowanie zaufania, dlatego sprawdzanie motywacji wolontariuszy uznaje się za bardzo ważne. Od stopnia zaangażowania, odpowiedzialności, dojrzałości emocjonalnej,



Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



Partnerzy





fizycznych możliwości, motywów, jakimi kieruje się wolontariusz i realnej oceny czasu na utrzymywanie relacji z sąsiadem-seniorem zależy czy budowanie „sieci wolontariackiej” będzie w ogóle możliwe),

- nie ma możliwości sprawdzenia jak przebiegać będą odwiedziny wolontariuszy, a także czy osoba zależna i wolontariusz „zgrają się” charakterologicznie, dlatego stały kontakt z opiekunem jest tak bardzo ważny,

- papierowe plakaty i ulotki ulegają wpływom warunków atmosferycznych (deszcze, wiatr, upał, mróz), mogą też być celowo niszczone. Z tych powodów należy mieć na uwadze dodruk oraz dodatkowe koszty materiałowe, montażowe i kontrolne, obejmujące stały monitoring miejsc, gdzie plakaty czy ulotki zostały powieszone,

- organizatorzy Innowacji nie mogą w pełni polegać na deklaracjach, że Innowację można oprzeć o daną parafię, ponieważ zdanie proboszcza może ulec zmianie lub zmieniać się w trakcie trwania Innowacji,

- trudne warunki mieszkaniowe niektórych seniorów (pluskwy, karaluchy, zagrzybiałe ściany, pleśń) mogą stać się powodem rezygnacji z uczestnictwa w Innowacji,

- Innowacja nie ma na celu zastąpienia oferty kierowanej przez pomoc społeczną, ma być jej wsparciem i tak należy ją postrzegać,

- warto nieustannie podkreślać, że organizowane podczas testowania szkolenia, warsztaty, spotkania zwłaszcza z psychologami mają charakter edukacyjny, a nie terapeutyczny.

7. Kto za tym stoi?

Elżbieta Rajczak, kontakt przez: <https://www.facebook.com/ProjektSasiedziSasiadom/>
<http://www.sasiedzisasiadom.pl/>

Łucja Kołek



Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



Partnerzy

