



1.A.1 WYMIANA WIEDZY I DOŚWIADCZEŃ

W Australii bardzo popularnym miejscem nieformalnego uczenia się mężczyzn, są tzw. 'męskie warsztaty' (męskie wspólnoty). Są to miejsca, gdzie spotykają się mężczyźni, aby wykorzystywać nawzajem swój potencjał, talenty, umiejętności i pomysły tak, aby efektywnie spędzać czas. Mężczyźni spotykając się i razem majsterkują, naprawiają rzeczy, budują nowe itd. Przy wspólnej pracy, wymieniają się wiedzą, doświadczeniem, obawami, radościami oraz problemami. 'Męskie warsztaty' są bardzo często podawane jako przykład dobrych praktyk w kwestii poprawy samopoczucia mężczyzn, ich zdrowia i produktywności w późniejszym życiu.

Czy twoja społeczność oferuje miejsca, gdzie mężczyźni mogą się spotykać i robić wspólnie rzeczy podobnie jak w "męskich warsztatach"? Jeśli nie, czy uważasz, że mężczyznom w twojej społeczności brakuje możliwości do dzielenia się wiedzą i doświadczeniami ze sobą nawzajem? Czy coś podobnego do „męskich warsztatów” może być zorganizowane w twojej społeczności?

Barry Golding, John McDonald, Małgorzata Malec – Rawiński, Uczenie się starszych mężczyzn we współczesnych badaniach andragogicznych: wybrane konteksty, implikacje i przypadki (Learning by older men in the contemporary adult education research field: some contexts, cases and implications)

(<http://cejsh.icm.edu.pl/cejsh/element/bwmeta1.element.desklight-efe3f760-64a0-4732-92c8-334da15fb9da>)

Przykład dobrych praktyk z Australii: Męskie Warsztaty

Przykład dobrych praktyk z Kanady: Męskie Warsztaty Manitoba

Przykład dobrych praktyk z Irlandii: Męskie Warsztaty Irlandia



1.A.2 ODPOWIEDZIALNOŚĆ SPOŁECZNA: BANK CZASU SPOŁECZNEGO

Starsi mężczyźni nie są często aktywni w społeczności, dlatego też istotne jest znalezienie dobrej motywacji dla ich aktywizacji, aby mogli efektywnie wykorzystywać swój czas wolny. Jednym ze sposobów na to jest Bank Czasu Społecznego – nieformalna sieć wymiany usług, w której można zaoferować swoją wiedzę i doświadczenie, aby pomóc innym (na przykład zajęcia komputerowe, językowe itp.), uczestnicy dzielą się swoimi zainteresowaniami i pasjami. Ponadto współpracują ze sobą, kształtują postawę odpowiedzialności społecznej, rozwijają kontakty społeczne i zaspokajają potrzebę bycia wysłuchanym i użytecznym.

Czy zauważasz ideę Banku Czasu Społecznego w swojej społeczności? Czy jesteś zdania, że coś takiego dzieje się już w twojej społeczności?

Tomasz Schimanek, Social activation of elderly people (Aktywizacja społeczna osób starszych)

Example of good practice from Poland: MRS Poznań

<http://mrs.poznan.pl/schimanek-tomasz-aktywizacja-spoleczna-osob-starszych-materialy-dla-pracowni-dobra-wspolnego/>



1.A.3 POZYTYWNE STARZENIE SIĘ POPRZEC PRODUKTYWNOŚĆ I UCZENIE SIĘ

W dzisiejszych czasach mamy do czynienia z zjawiskiem zwanym starzeniem się populacji, ponieważ mamy coraz więcej starszych osób niż kilka dekad temu. Ludzie ci często znajdują się na krawędzi społeczeństwa i czują się wykluczeni. Jednym ze sposobów na zwiększenie produktywności społecznej osób starszych jest uczenie się. Ucząc się, starsi ludzie pozostają aktywni nawet wtedy, gdy ich efektywność spada, pozostają skupieni na pozytywnych aspektach życia, czerpią satysfakcję z uczenia się i pomimo starości nadal są ekonomicznie wydajni.

Znajdź przykłady praktyk ekonomicznej produktywności wśród osób starszych w twojej społeczności i dowiedz się w jaki sposób te czynności/działania mają wpływ na szerszy wpływ na strefę społeczną.

Renata Konieczna-Woźniak, Learning as a positive aging strategy, 2013
(<http://apcz.umk.pl/czasopisma/index.php/RA/article/view/RA.2013.010>)

Example of good practice from Poland: Andragogy Yearbook #20/2013



1.A.4 POTRZEBNY, ROZPOZNAWANY I CENIONY: ROZWÓJ POCZUCIA WŁASNEJ WARTOŚCI

Starsze osoby mają więcej doświadczenia niż młodsze pokolenia, dlatego też tak pożądana jest interakcja między nimi. Mogą wiedzieć więcej niż młodszy o rozwoju i utrzymaniu ogrodu warzywnego. Organizowane są warsztaty, gdzie osoby starsze mogą dzielić się wiedzą i technikami ogrodniczymi, wzmacnia to uczucie własnej wartości, a poczucie izolacji i samotności zmniejsza się, osoby starsze czują przynależność i przydatność dla społeczności. Są to główne cele projektu o nazwie "HortaSolidária" w Portugalii. W Portugalii jest jeszcze inna grupa ludzi w różnym wieku, która organizuje imprezy związane z muzyką i tańcem. Zazwyczaj młodsze pokolenia organizują te wydarzenia, a starsze pokolenia pełnią rolę ekspertów, ze względu na ich rozległą znajomość repertuaru muzycznego i tanecznego, a także tradycji kulturowych.

Zastanów się gdzie i kiedy praca starszych osób/mężczyzn, wiedza, umiejętności lub działania/praktyki są potrzebne, rozpoznawane i/lub cenione w twojej społeczności.

Przykład dobrej praktyki z Portugalii: Centro Paroquial de Martim Longo, Conjunto Etnográfico de Moldes de Danças e Corais Arouquenses – Rancho de Moldes

<https://cpmartinlongo.com/horta-solidaria/>

Martins, A. C. (2014). A construção de um lugar de memória: Conjunto Etnográfico de Moldes de Danças e Corais Arouquenses (Dissertação de mestrado não publicada). Faculdade de Letras da Universidade do Porto, Porto.

<http://conjuntoetnograficodemoldes.blogspot.com/>



2.A.1 SENS ŻYCIA – ZMIANA WARTOŚCI I ZACHOWAŃ

Ludzie mają w zwyczaju szukać sensu życia i mogą go odnaleźć w działaniu i poprzez wartości (miłość, przyjaźń, zainteresowania, pozytywne relacje, edukacja itd.). Jednak wartości mogą mieć zupełnie różne znaczenie na różnych etapach życia i jeśli nie potrafimy odnajdywać ważnej wartości w naszym życiu, nie będziemy w stanie prowadzić twórczego i satysfakcjonującego życia.

Jeśli myślisz o ludziach w wieku 60 lat i więcej w twojej społeczności, czy uważasz, że są zadowoleni ze swojego życia? Czy obserwujesz zmiany w ich zachowaniu po przejściu na emeryturę? W jaki sposób? Jakie są główne powody, które sprawiają, że są oni nieszczęśliwi, niezadowoleni?

Katarzyna Sygulska, Poczucie sensu życia osób starszych – refleksje z badań (The Meaning of Life of Seniors – Reflections from Research)

(<http://cejsh.icm.edu.pl/cejsh/element/bwmeta1.element.desklight-4cc7ffdc-ad47-4a96-989d-6397d788ec28>)

Przykład dobrej praktyki w Polsce: University of Zielona Góra



2.A.2 AKTYWNE OBYWATELSTWO: NIE MA ŻADNEJ EDUKACJI POZA STREFĄ SPOŁECZNA

Edukacja dla Krytycznego, Aktywnego Obywatelstwa (ECAC) jest projektem z Malty, opartym na przekonaniu, że nie ma wykształcenia poza sferą społeczną, a zatem krytyczna lektura realiów społecznych i gospodarczych ma fundamentalne znaczenie dla kompetentnego i skutecznego obywatelstwa. ECAC jest sprawą pilną w świecie, który staje się coraz bardziej spolaryzowany, wyszukujący, indywidualistyczny i inwazyjny kulturowo. ECAC stawia wyzwania i stawia opór narzucaniu "myśli monolitycznej", generowanej przez coraz bardziej wystandaryzowany scenariusz edukacyjny, który charakteryzuje się jednolitymi, ponadnarodowymi oczekiwaniami i procedurami oceny, a także globalną obsesją na punkcie zawodowym. Zmiany w społeczeństwie można osiągnąć dzięki pomocy społeczności. W tym celu musimy odblokować potencjał refleksyjny dorosłych za pomocą autentycznego dialogu. Jeśli będziemy w stanie to zrobić, otrzymamy aktywnych obywateli, którzy mogą analizować, interpretować i odkrywać na nowo swoje społeczności.

Postaraj się zidentyfikować inicjatywy w twoim kraju (lub gminie/mieście), które wspierają aktywne obywatelstwo, krytyczne uczenie się lub są oparte na partycypacyjnym budżecie.

Przykład dobrej praktyki z Malty: Projekt dotyczący aktywnego obywatelstwa w wieku starszym (w mieście Ħad-Dingli (zachodnie wybrzeże Malty))

Borg, C. and Formosa, M. (2013). Active citizenship and late-life learning in the community, Lifelong learning in Europe, 2 (<http://www.elmmagazine.eu/articles/active-citizenship-and-late-life-learning-in-the-community>)



2.A.3 KAPITAŁ SPOŁECZNY

Pomimo, że wiele starszych dorosłych nie bierze udziału w zorganizowanych formach edukacji i uczenia się, wiele z nich jest zaangażowanych pozaedukacyjne organizacje we wspólnocie i jest to głównie spowodowane motywami społecznymi. Dostrzegają pozytywny wpływ członkostwa i nieformalnego uczenia się w stowarzyszeniach, zwiększa się jakość życia oraz dobre samopoczucie członków i społeczności lokalnej jako całości. W ten sposób starsi mężczyźni mogą pozostać w kontakcie, być potrzebni i użyteczni, aby regularnie spotykać się z innymi pokoleniami i członkami lokalnej społeczności.

Jeśli myślisz o stowarzyszeniach wolontariuszy w twojej społeczności, czy powiedziałbyś, że starsi mężczyźni są ich częścią głównie ze względu na motywacje społeczne lub czy istnieją inne ważniejsze motywacje?

Jelenc Krašovec, S., Močilnikar, Š., and Radovan, M. (2016). Learning of Older Men in Voluntary Associations. *International Scientific Researches Journal*, 72 (9), 39-51.

(https://www.researchgate.net/publication/309039796_Learning_of_Older_Men_in_Voluntary_Associations)

Przykład dobrej praktyki ze Słowenii: Ochotnicza straż pożarna Zadobrova, Sneberje, Novo Polje; Sports Association Sloga; Sports Association Sokol Bežigrad

<http://www.pgd-zadobrova.si/>

<https://www.facebook.com/%C5%A0D-Sloga-159830057413243/>

<http://sokolbezigrad.si/>



2.A.4 SIECI SPOŁECZNE

W mieście Coimbra, w Portugalii, są organizowane warsztaty dla starszych, dzięki którym miasto chce promować swoją tradycję i kulturę. Celem jest rozwinięcie warsztatów związanych ze sztuką i rękodziełem charakterystycznym dla centrum regionu, a zwłaszcza miasta Coimbra. Warsztaty przyczyniają się do dobrego samopoczucia i jakości życia osób starszych, tworzą sytuacje interakcji międzypokoleniowej oraz dają możliwość dzielenia się wiedzą i doświadczeniem. Wszystkie działania wspierają relacje interpersonalne między osobami starszymi a innymi grupami wiekowymi w celu uniknięcia izolacji i kurczenia się sieci społecznościowych.

W jaki sposób ludzie w twoim regionie mogą się nawzajem poznać? Jak starsi dorośli mogą się zapoznać z każdym pokoleniem? Czy możesz podać przykład tradycyjnej sztuki czy rzemiosła, które istniały lub nadal istnieją w twoim regionie i jaka jest ich rola w stosunkach międzyludzkich?

Przykład dobrej praktyki z Portugalii: Associação Nacional de Apoio ao Idoso (A.N.A.I.)

Oficina do idoso

<http://www.anai.pt/index.php?paggo=mostra.php&menu=322>



2.A.5 ZWALCZANIE IZOLACJI I OSAMOTNIENIA

Niedaleko Lizbony, w miejscowości Amadora, władze starają się walczyć z poczuciem izolacji i wyobcowaniem osób starszych głównie przez promowanie różnych możliwości uczenia się. Jest całkiem sporo programów dedykowanym osobom starszym przy pomocy których obywatele mają prawo do towarów i usług po obniżonych cenach; mogą pojechać na wakacje do znanych kulturowo i historycznie miejsc; mają również do dyspozycji przycisk alarmowy w sytuacjach awaryjnych; możliwość skorzystania z drobnych napraw w domu.

Czy w twojej społeczności funkcjonują jakiegokolwiek formy usług i aktywności dla osób starszych? Jeśli nie – czy uważasz że byłyby potrzebne/przydatne? Jeśli tak – czy uważasz że ich użytkownicy są z nich zadowoleni?

Przykład dobrej praktyki z Portugalii: AmaSénior – Serviço de Apoio aos Seniores

<http://www.cm-amadora.pt/index.php>



2.A.6 ROZTAŃCZONE STOPY

Odniesienia do tańca można znaleźć już w bardzo wczesnej historii i można z łatwością powiedzieć, że taniec jest jednym z najbardziej przyjemnych aktywności. Dwóch byłych tancerzy rozpoczęło w Estonii ponad 10 lat temu tradycję oferowania parom, które są w stanie i chcą tańczyć, możliwość spotkania się dwa razy w miesiącu. Na tych imprezach jest muzyka, jedzenie i napoje, są one tanie i zapewniają dużo zabawy - dlatego ludzie przyjeżdżają tutaj nawet z odległości 100 km. W wydarzeniach tych uczestniczą głównie osoby w średnim wieku lub starsze.

Włącz radio, wstań i postaraj się trochę potańczyć..... Czy nie fajnie? Jak się czujesz podczas tańca?

Przykład dobrej praktyki z Estonii: Warsztaty tańca in the Centrum Kulturalnym

<http://www.kaja.org.ee/>



3.A.1 BEZPIECZNE PRZESTRZENIE I WSPÓLNE ZAINTERESOWANIA

W Australii powstały dwie organizacje sportów motorowych, które stanowią doskonałą platformę dla nieformalnego uczenia się dla jej członków. Wcześniej uczenie się i edukacja w innych formach były niedostępne lub nieodpowiednie dla mężczyzn w odniesieniu do ich oczekiwań i zainteresowań. Aby mogli uczestniczyć w wydarzeniu publicznym i wnieść swój wkład w publiczne wydarzenie, konieczne było nieformalne uczenie się w społeczności, a duża część tego uczenia się odbywała się poprzez uczestnictwo i działanie. Te dwie organizacje stanowią bezpieczną przestrzeń dla mężczyzn z różnych środowisk, którzy mają podobne zainteresowania motoryzacyjne. Mężczyźni stali się aktywnymi członkami społeczności, wnosząc swoją aktywnością bardzo dużo wydarzeń w swoich społecznościach.

Czy możesz zastanowić się nad wspólnymi zainteresowaniami, którymi mogą się dzielić mężczyźni w twojej społeczności?

Golding, B. (2009). Older men's lifelong learning: Common threads/sheds. In J. Field, J. Gallacher & R. Ingram (Eds.), *Researching transitions in lifelong learning* (pp. 65-75). London: Routledge.

Golding, B. (2010). The big picture on men's (and boy's) learning. *Australian Journal of Adult Learning*, 50(1), 54-74.

Golding, B., Brown, M., Foley, A., & Harvey, J. (2009). *Men's learning and wellbeing through community organisations in Western Australia*. Report to Western Australia Department of Education and Training. Ballarat: University of Ballarat.

Przykłady dobrych praktyk z Australii: The Albany Speedway, The Gascoyne Dash

<http://www.albanymotorspeedway.net/>

<http://www.gasdash.com/>



3.A.2 ROZWÓJ KREATYWNOŚCI I WYOBRAŹNI

Władze Porto, chciały podnieść świadomość oraz wiedzę obywateli odnośnie sztuki współczesnej, architektury, krajobrazu oraz kluczowych, obecnych i przyszłych, problemów z jakimi zmagają się obecnie społeczeństwo. Chcieli zaangażować jak najwięcej obywateli i dlatego też powstał otwarty program dla ochotników. Wolontariusze korzystają ze szkoleń kulturowych i rozwoju umiejętności w celu wykonywania różnych zadań. Poza tym powstał program o nazwie "Wolontariat Seniora", który jest skierowany do osób starszych i przyczynia się w szczególności do rozwoju kreatywności i wyobraźni, zdobywania wiedzy i zwiększenia poziomu pewności wolontariuszy.

Dzieci są często postrzegane jako twórcze istoty z dużą wyobraźnią, ale kiedy dorastamy, to często zapominamy o pielęgnowaniu wyobraźni i kreatywności. Jak można zachęcić osoby starsze do kreatywnego myślenia? Czy prowadzisz w swojej społeczności jakiś projekt artystyczny, który promowałby kreatywność i wyobraźnię wśród osób starszych?

W literaturze można zauważyć, że kreatywność jest często przypisana kobietom, natomiast mężczyznom przypisuje się produktywność (czasami autonomię lub niezależność). Pomyśl o tym jakie są możliwości wzmocnienia kreatywności wśród mężczyzn w twojej społeczności. Jak myślisz jaka byłaby reakcja ludzi?

Przykład dobrej praktyki z Portugalii: Fundação Serralves

<http://www.serralves.pt/pt/>

http://www.serralves.pt/webmail/2012/Voluntariado_senior/Voluntariado_senior_1.html



3.A.3 ZNACZENIE TRADYCJI W SPOŁECZNOŚCIACH WIEJSKICH

Poza aktywnością w społeczności lokalnej, możliwością spotkań i dzieleniem się doświadczeniami, członkostwo w stowarzyszeniach, działających w społecznościach wiejskich, oferuje osobom starszym możliwość kontynuowania i kultywowania lokalnej tradycji. Był to jeden z ważnych motywów dla mężczyzn w społecznościach wiejskich uczestniczenia w stowarzyszeniach. Mężczyźni w społecznościach miejskich angażują się i są uczestnikami różnych stowarzyszeń, organizacji, gdyż często daje im to na możliwość wykonywania i pokazywania swoich osiągnięć. Ponieważ stowarzyszenia te organizują zajęcia dla własnych członków, bycie członkiem stowarzyszenia w społeczności może być ważnym czynnikiem aktywizacji, socjalizacji i uczenia się.

Czy możesz podać przykład tradycji, szczególnie znanej w twojej społeczności, którą starsze osoby chciałyby kontynuować? Czy tradycja i kreatywność/innovacja są ze sobą spójne? Czy znasz jakieś przykłady ilustrujące twoje opinie na ten temat?

Šegula, S. (2016). Older men learning in rural communities – municipalities Gorišnica and Sveti Andraž v Slovenskih goricah. Diploma thesis, Ljubljana: Faculty of Arts.

Przykłady dobrych praktyk w Słowenii: Klub szachowy Gorišnica, Stowarzyszenie plantatorów winorośli i owoców Vitomarci

<http://www.gorisnica.eu/sl/index.php/drustva/24-sahovsko-drustvo-gorisnica>

<https://www.sv-andraz.si/objava/53743>



3.A.4 RÓWNOUPRAWNIENIE STARSZYCH LUDZI I WSPÓŁPRACA MIĘDZYGENERACYJNA

W mieście Järva-Jaani nie ma prawie żadnych starszych mężczyzn, którzy nie mieliby nic wspólnego ze 'schroniskiem' dla starych pojazdów, w tym starych samochodów, ciężarówek, traktorów, transportu wojskowego, sprzętu drogowego i straży pożarnej. Członkowie przebudowali kilka pomieszczeń, dając im nową funkcjonalność (na przykład używają budynku nieczynnej straży pożarnej jako sauny). Osoby starsze często dzielą się swoją wiedzą z młodszymi ludźmi, więc wspólną częścią tej pracy jest uczenie się międzypokoleniowe.

Gdzie w twojej społeczności można zidentyfikować uczenie się międzypokoleniowe? Jaką wiedzę mają starsi mężczyźni, którą mogą podzielić się z młodszym pokoleniem?

Przykład dobrej praktyki z Estonii: Järva-Jaani schronisko dla starych pojazdów

<http://varjupaik.ijs.ee/>



4.A.1 TRADYCJE RODZINNE

Bycie częścią muzycznego zespołu w Portugalii, Faro, jest istotne i postrzegane jest jako tradycja rodzinna. Członkowie grupy są zazwyczaj członkami tej samej rodziny, różnych pokoleń (dziadkowie, ojcowie, synowie) i w większości to mężczyźni. Występują w okresie między Sylwestrem a końcem stycznia, śpiewając na cześć Jezusa, ale przygotowują się na te wydarzenia przez cały rok. Jest to kolejny przykład międzypokoleniowego uczenia się, w którym starsi członkowie są postrzegani jako eksperci i uczą repertuaru młodszych, a wszyscy współpracują ze sobą przy gromadzeniu i przygotowywaniu repertuaru.

Czy są jakieś aktywności w twojej społeczności, w których biorą udział członkowie tych samych rodzin?

Przykład dobrych praktyk z Portugalii: Charola do Grupo Coral e Desportivo da Casa do Povo da

Conceição de Faro

<http://charoladaconceicao.blogspot.com/>



4.A.2 WZAJEMNOŚĆ INTERESÓW OSOBISTYCH I WSPÓLNOTOWYCH

Połączenie trzech stowarzyszeń producentów owocowych w Artiče, w Słowenii, są dowodem na to, że starszy człowiek może być bardzo aktywny w lokalnej społeczności, jeśli wykorzystuje swoją wiedzę, doświadczenie i umiejętności. Członkowie tych stowarzyszeń nabyli nowe umiejętności, wiedzę, wartości itp., oraz uważają się za ważnych członków, którzy pomagają w rozwoju swojej społeczności. Są gotowi generować pomysły, przygotować sugestie, dyskutować i współdecydować o rozwoju swojej lokalnej społeczności.

Co może zrobić Twoja społeczność, aby lepiej poznać zainteresowania starszych mężczyzn, aby bardziej włączyć starszych mężczyzn do społeczności?

Rožman, K. (2016). The purpose of community education and learning in the case of three associations in the rural local community. Diploma thesis, Ljubljana: Faculty of Arts.

Przykład dobrych praktyk ze Słowenii: Stowarzyszenie producentów owoców Artiče; Stowarzyszenie Kultury i Sztuki "Oton Župančič" Artiče, Stowarzyszenie Turystyki Artiče

<http://www.artice.si/drustva-v-articah.html>



4.A.3 KIEDY HISTORIA ŻYCIA JEDNOSTKI JEST ZAKORZENIONA W SPOŁECZNYM KRAJOBRAZIE

W Polsce został zorganizowany interesujący projekt "Domowe muzea rodzinnych historii", który zaangażował wielu męskich uczestników, ponieważ poproszono ich o opisanie swojej lokalnej historii poprzez wykorzystanie swoich rodzinnych historii. Najpierw, organizatorzy projektu prowadzili pogadanki dla członków społeczności, jak gromadzić i tworzyć drzewa genealogiczne oraz jak korzystać z internetowych baz archiwów, a następnie otrzymali upoważnienie do zastąpienia byłych "ekspertów" i stali się liderami swoich projektów na oczach innych. Nie tylko nauczyli się zbierać i przygotowywać profesjonalną wystawę, ale także pogłębili wiedzę na temat tego, w jakim stopniu ich "jedyna" historia życia jest zakorzeniona w "krajobrazie historii" tego miejsca. Przyczyniło się to do wzrostu indywidualnej i lokalnej samooceny.

Zidentyfikuj prace autobiograficzne opisujące historię rodziny i historię lokalnej społeczności. Zastanów się, czy w twojej organizacji / społeczności istnieje możliwość przeprowadzenia warsztatów poświęconych pisaniu autobiograficznemu, kreatywnemu lub przygotowaniu wystawy (historii rodziny, lokalnych np. tradycji rzemieślniczych lub podobnych). Zastanów się, które tematy mogłyby zainteresować starszych mężczyzn.

Ligus Z., O historiach rodzinnych i domowych muzeach na Dolnym Śląsku, ROBB+MAGGazin, Dolnośląski Magazyn Społeczno-Kulturalny, Rok 3, NR 1-2 (7-8). ISSN 2300 - 7230.

Przykład dobrej praktyki w Polsce: Śląskie Towarzystwo Genealogiczne we Wrocławiu (Silesian Genealogy Association in Wrocław), Stowarzyszenie 'Mrozowia' ('Mrozowia Association)

<http://genealodzy.wroclaw.pl/1689/wernisaz-wystawy-stad-jestesmy-mrozow-19-10-2014>



4.A.4 MIEJSCA PRZYJAZNE DLA STARSZYCH OBYWATELI

Wiemy, że różni ludzie czują się lepiej w różnych miejscach. Wiemy również, że młodzi ludzie spędzają czas w innych miejscach niż osoby starsze - więc jeśli chcemy włączyć starszych ludzi do spędzania większej ilości czasu poza domem, musimy myśleć o miejscach w przestrzeni publicznej, które są przyjazne dla seniorów, takie jak domy wspólnotowe, instytucje kultury, sklepy, apteki, różne instytucje publiczne i inne.

Zidentyfikuj miejsca w swojej społeczności, w których najczęściej przebywają osoby starsze, i poznaj specyfikę tych miejsc.

The Gold Book of Good Practices (Złota Księga Dobrych Praktyk)

Example of good practice from Poland: Komisja Ekspertów ds. Osób Starszych, Rzecznik Praw Obywatelskich

<https://www.rpo.gov.pl/pl/content/z%C5%82ota-ksi%C4%99ga-dobrych-praktyk-na-rzecz-spo%C5%82ecznego-uczestnictwa-os%C3%B3b-starszych>



4.A.5 ZGROMADZONE INFORMACJE

Jeżeli osoby starsze chcą wiedzieć, jakie usługi społeczne i kulturalne, sportowe lub podobne są organizowane przez gminę, mogą odszukać program "Złoty Wiek", który zapewnia dostęp do obszernej listy tych usług i działań. Przeznaczony jest dla osób starszych, a ogólnym jego celem jest podniesienie standardów jakości życia starszych obywateli.

Czy w twojej społeczności jest miejsce/program/instytucja, która posiada informacje na temat usług i propozycji aktywności dla osób starszych?

Przykład dobrej praktyki z Portugalii: Programa Idade D'Ouro

<https://www.cm-gondomar.pt/>