

Medgeneracijsko sodelovanje – nikoli prestar

Tadeja Krajnc, Novita društvo za
medgeneracijsko sodelovanje

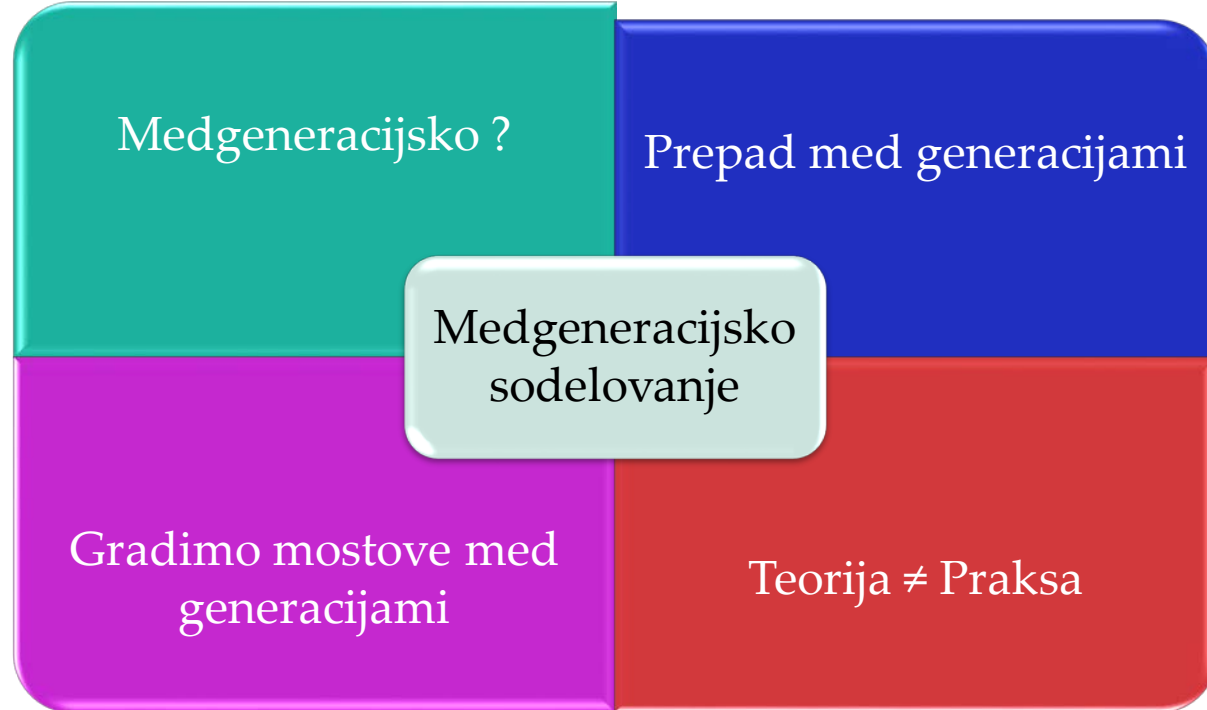


Ljubljana, maj 2014

Zakaj medgeneracijsko sodelovanje?



Društvo za medgeneracijsko sodelovanje



Izhajamo iz definicije.

Medgeneracijsko sodelovanje pomeni povezovanje dveh (na videz) zelo različnih generacij, kot so osnovnošolski otroci in starostniki. Povezovalni člen so mladi izvajalci Društva.

- Ideja



Zakaj ima tako malo otrok stik s starejšimi, ko pa premorejo toliko znanja in izkušenj? Zakaj se starejši v tretjem življenjskem obdobju vse bolj umikajo?

- Analiza



Povprašali smo otroke, naj povedo prvo asociacijo na besedo starost/staranje.

S starejšimi smo opravili krajše pogovore o današnji mladini.

- Rezultat



- Realizacija



Nastale so številne delavnice in projekti, ki povezujejo mlade in starejše v skupno ustvarjanje, učenje in druženje.

TRESOČE ROKE
ŠOLA

PRIPovedKE

DEDIŠČINA
KULTURE

VOJNA
STAREJŠA TEH.

ZELIŠČA

SMRT

NARODNA NOŠA

PRIDELOVANJE HRANE
OČALA

BOLEZNI
POZABLJIVOST
ZGUBANOST
STARI STARŠI
STARI ČASI

LETA

IZKUŠNJE

ŠEGE, NAVADE

POKOJNINA

SIVI LASJE

KMETIJA

POKOJNINA BOLEZNI | → PREHLAD OSAMLJENOST
SIVI (BELI) LASJE ↓ ↓ RAVNOTEŽJE PRA-UNVČKI
SPREMEMBE ↓ KRC ↓ ZLOM (KOSTI)
↓ TELESNE ... STAROST NESREČNI → MAJHINA POK.
IZKUŠNJE PREHRANA FIČOTI SMRT
PAMET ZMEĐENOST

Starostniki imajo svoje potrebe in navade, potrebno jih je spoštovati in upoštevati



Društvo za medgeneracijsko sodelovanje

50+

- Osebe blizu upokojitve ali kmalu po upokojitvi
- Široka socialna mreža
- Fizično v dobri formi
- Iščejo nove izzive in nove obveznosti
- Želijo ostati aktivni

80+

- Srednja in visoka starost
- Ozka socialna mreža
- Visoka stopnja osamljenosti
- Pridružene številne bolezni
- Slabše fizične sposobnosti (motorika)

Pri vključevanju starejših v medgeneracijske aktivnosti je potrebno dobro poznati lastnosti posameznih starostnih obdobj in jih upoštevati pri načrtovanju.

Kaj lahko dajo starejši?



Društvo za medgeneracijsko sodelovanje

Imajo

Starejši so ogromna zakladnica znanj, izkušenj in modrosti.

Delijo

Dobijo priložnost, da to podelijo naslednjim rodovom in se ob tem nevede tudi sami ogromno novega naučijo. S tem prispevajo k graditvi mostu med babicami/dedki in vnuki.

Pridobijo

Doživijo lastno izkušnjo druženja, ustvarjanja z - na videz popolnoma drugačno generacijo.

Vtis udeleženke

Na kaj moramo biti pozorni?

- Primerne aktivnosti, prilagojene starosti in sposobnostim,
- poudarek na sodelovanju, ne na končnem izdelku,
- konstantnost, ne enkratni dogodki,
- Primerna komunikacija (glasna, razločna, spoštljiva),
- Primerni izvajalci in jasna pravila..

S šolarji smo skupaj ustvarjali: risali, barvali in drugo ter občudovali njihovo bujno domišljijo. Ob enem njihovih obiskov so nas obdarili z drobnimi obeski, ki so jih sami izdelali. Dobila sem droben obesek iz gline, na eni strani pobarvan rdeče, na drugi strani pa zeleno. Ima štiri luknjice, skozi katere je speljana zelena vrvica. **Obesek mi je zelo drag in obesila sem ga na kljuko na sobnih vratih. Ni ga moč prezreti. Ta moj dragi spominček bo na tem mestu, dokler bom tukaj tudi jaz.** (gospa D. B.)



Vtis udeleženke

Veseli december

V začetku meseca decembra so prišli k nam šolarji z OŠ. V načrtu smo imeli izdelovanje novoletnih voščil. Lepe zamisli in lepi izdelki so bili popisani s prazničnimi željami za novo leto staršem, babicam, vsem ljudem. **Med njimi je bila ena, namenjena tudi meni. Zelo sem bila vesela, ko sem jo zagledala.** Teden dni kasneje smo pekli piškote. Bili so zelo dobri in po hodnikih v našem domu je prijetno dišalo. **Še dneve in tedne po delavnicah se imamo veliko za pogovarjati in izmenjujemo doživetja.** (gospa Ana)



Vtis udeleženke

Morebitne težave / izgovori

- Stari se ne igramo.
- Ah to ni zame.
- Jez tega ne zmorem / ne znam / nimam kaj pomagat.
- Samo v napoto bom.

Kaj je lepšega kot videti veselo druženje mladih in malo manj mladih? Zadelo je Rdeče češnje rada jem, črne pa še rajši ... in zavrtelo se je kolo. Nežne otroške dlani in nagubane roke babic in prababic so se strnile. Noge so poplesavale, na obrazih je sijalo zadovoljstvo. Pokazali smo, da leta starosti za veselje niso važna. (gospa A.)



Vtisi in občutja udeležencev

Ko pridejo otroci se spet pootročim - vrnem se v svet otroštva. V veselje mi je druženje z otroki in zelo sem vesela, ko me prepoznajo tudi na ulici, me pozdravijo, povprašajo, kako sem in obljubijo, da še pridejo v dom. Zelo sem se navezala na fanta, ki je prihajal. Obiskoval me je tudi izven delavnic. Stik sem vzpostavila tudi z njegovimi starši.

(gospa J.)



Vedno sem se veliko ukvarjala in družila z otroki. Zelo sem vesela, da lahko tudi sedaj ustvarjam z njimi in jih tudi kaj naučim, oziroma oni naučijo mene. Zelo so kreativni, komunikativni, vse hočejo vedeti o meni, tudi moji vnuki jih zanimajo.

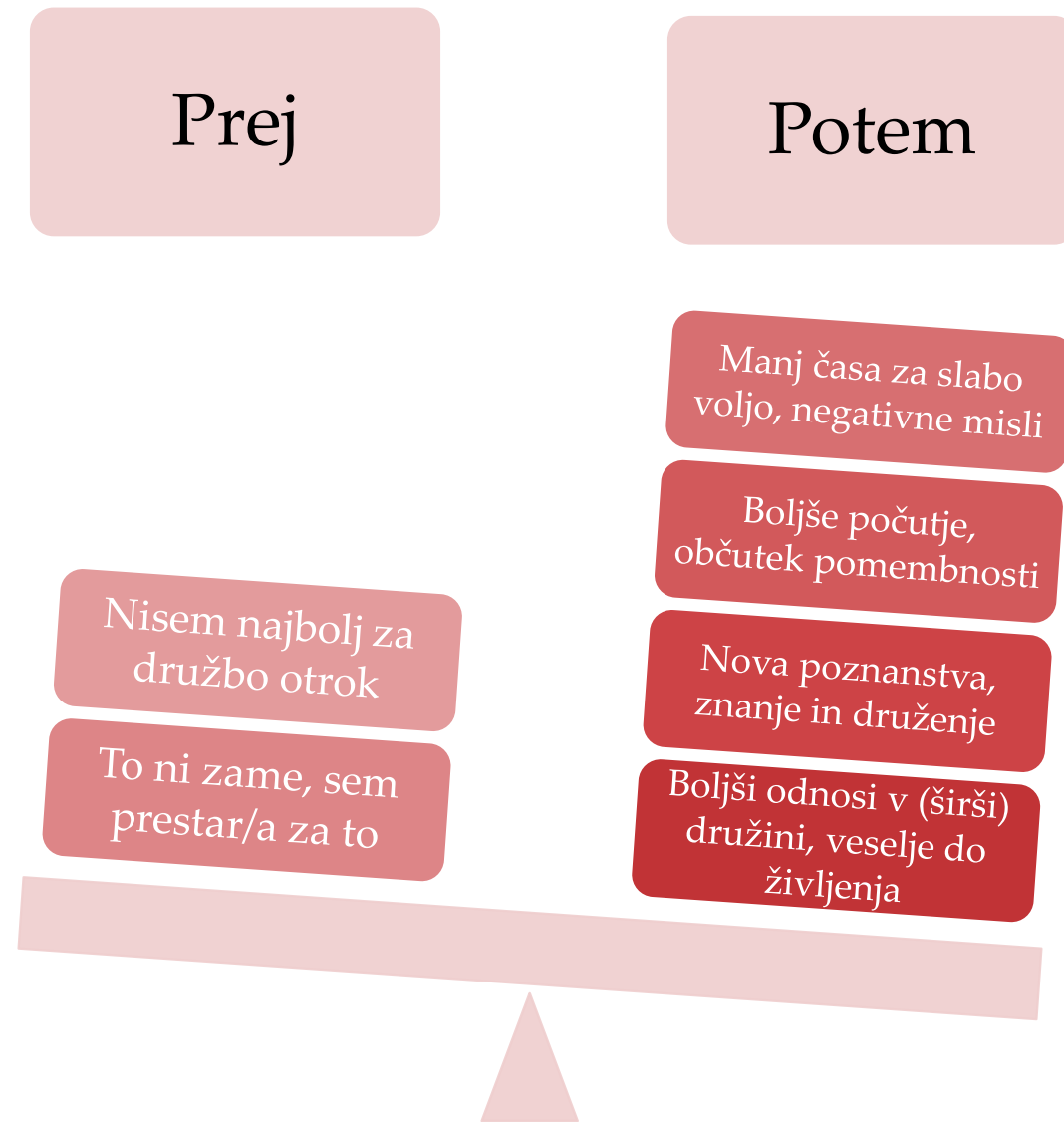
(gospa A.)

Všeč mi je bilo, ko si mi pomagali pri izdelovanju izdelkov, saj so bolj spretni kot jaz. Njihovi prsti niso tako okorni kot moji. Veseli so, ko lahko pomagajo. Vedno nam tudi kaj zapojejo in nas razvedrijo s svojim živ-žavom. Prinesejo pomlad v hišo, tudi ko je zunaj zima. (gospa M.)



Zakaj so tovrstne aktivnosti koristne za starejše?

- Ponavljajoče se aktivnosti imajo pozitiven vpliv na starejše, če so **sproščene, družabne, zabavne, brez prisile**.
- Stopnja osamljenosti se zmanjša – **komaj čakajo, kdaj se ponovno vidimo**.
- Vpetost v dogajanje sproži efekt sreče iz zadovoljstva.
- Pozabijo na dnevne tegobe in bolečine, slabo počutje



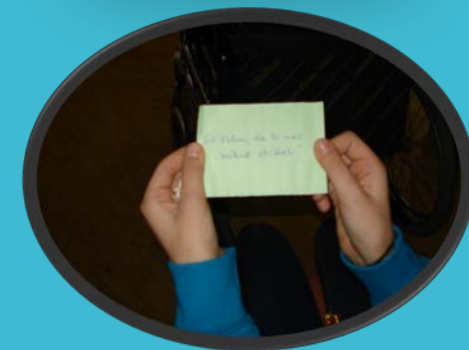
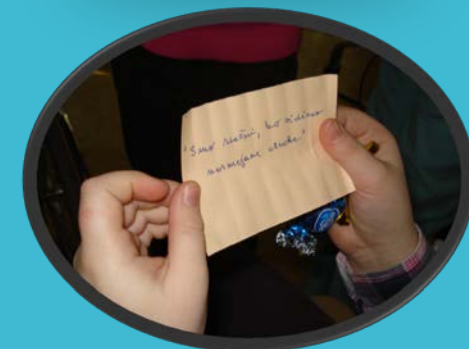
Vtisi in občutja udeležencev

Zelo rada imam otroke in obvezno se pridružim skupini, saj tudi sama rada delam ročna dela. Otroci prinesejo veselje, kar mi stori, ko jih gledam in poslušam. Včasih mi kar solze pridejo na oči od veselja, da smo skupaj. Rada jim pokažem, kako delati. Med njimi je tudi fantič, ki ga še posebej rada vidim. Je zvedav in imava zanimive pogovore. Jaz vedno pozabim njegovo ime, on pa mojega ne pozabi. (gospa O.)



Vtisi in občutja udeležencev

- Čutim spoštovanje do starejših.
 - Si želimo, da bi nas otroci večkrat obiskali.
 - Otroci so naši sončki.
 - Nas pomladi.
 - Nas osreči, ko vidimo nasmejane otroke.
 - Čutimo življenje v njih.
 - Čutimo pozitivno energijo do otrok.
 - Se spomnimo na svoje otroštvo.
 - Otroci nam polepšajo dan.
 - Se dobro počutimo v družbi otrok.



Po kratkem nagovoru vodje projekta, gospe Tadeje, se je začelo. Vrstile so se točke za točko. Vsi smo pokazali, kaj znamo in kaj zmoremo. Poseben dogodek je bil pozdrav mladim in to od našega domskega tovariša, ki pa ni kar tako. V mesecu avgustu bo namreč praznoval 107. rojstni dan. Je še vedno čil, zdrav in pameten gospod, zato je bil tudi njegov nagovor temu primeren. Bravo! Vzdušje je bilo enkratno! Na koncu, ko je zadonela pesem „Mi se mamu radi“, so se otrokom nasmejala lička, marsikomu od nas starejših pa se je orosilo oko. Po skromni pogostitvi smo si zaželeli še takih srečanj. Pomahali smo si v pozdrav. Bilo je lepo! Stanovalci doma.



Zgodba gospe Joži

Da si lajšam življenje sem se vključila v razne delovne dejavnosti. Obiskujejo nas učenci osnovnih šol. Druženje z njimi je zelo veselo in razigrano. Skupaj izdelujemo razne okraske. Na papir narišemo različne modele, jih razrežemo in pisano pobarvamo. Delo spremljajo prostovoljke, ki nas tudi fotografirajo. Skupaj smo pekli piškote, oblikovali smo jih z lepimi modeli. Bili so nam za pravo poslastico. Razne figure smo rezali tudi v buče. Te smo barvali in iz njih delali prave čarovnice. Iz raznovrstnega sadja, narezanega v manjše koščke, je nastala prava slastna bovla. Vsi smo jo z največjim veseljem pojedli. Med delom tudi prepevamo. Vsi se prav lepo ujamemo z melodijami.

Otroci so tudi radovedni. Sprašujejo nas po starosti, po naših imenih in če imamo otroke. Tako izmenjavamo vprašanja, res je pestro. Razveselila sem se učenca Tima, ki mi je poslal lepe pozdrave z morja. Prelep in vesel čas hitro mine. Ko se poslovljamo, nastane pravi živ-žav. Z največjo toplino se primemo za roke in veselo prepevamo pesem »Mi se imamo radi«. (gospa J.)



Zakaj smo uspešni?



Društvo za medgeneracijsko sodelovanje

- Ustrezni in primerni izvajalci,
- ustrezne tematike, metode dela,
- poudarek na kvaliteti ne kvantiteti,
- vnaprej postavljena pravila za sodelujoče osnovne šole in domove,
- svoj način dela,
- na starost gledamo kot na eno od življenjskih obdobj, polno tako pozitivnih kot negativnih lastnosti,
- držimo se dejstva „če si star še nisi za odpad“,
- predhodni pogovori z odgovornimi



Hvala za pozornost.



NOVITA



Društvo za medgeneracijsko sodelovanje