

# Co-AGE Volunteers

**Slovensko-rakúska sieť pre medzigeneračné  
dobrovoľníctvo**

INTERREG V-A SK-AT/2016/04

## **D.T1.2.2** **Úvodný návrh bilaterálneho modelu pre región Viedeň a Burgenland**



# Obsah

<b>Úvod.....</b>	<b>3</b>
<b>Zhrnutie projektu Co-Age Volunteers.....</b>	<b>4</b>
<b>1. Aktivita.....</b>	<b>5</b>
1.1. Typy činností.....	5
1.2. Participácia.....	5
<b>2. Personálne zabezpečenie.....</b>	<b>6</b>
2.1. Nábor.....	6
2.2. Rozvoj vzťahov, záväzkov, motivácia, stabilita.....	6
2.3. Zručnosti a odborná príprava.....	7
2.4. Čas a dostupnosť.....	7
<b>3. Príjemcovia.....</b>	<b>7</b>
3.1. Charakteristika príjemcov.....	7
3.2. Výber príjemcov.....	8
3.3. Zabezpečenie vzájomných výhod.....	8
<b>4. Organizácia.....</b>	<b>9</b>
4.1. Plánovanie.....	9
4.2. Časový rozvrh.....	10
4.3. Rozpočet.....	10
<b>5. Partnerstvá.....</b>	<b>10</b>
<b>6. Udržateľnosť.....</b>	<b>11</b>
6.1. Dlhodobý prístup.....	11
6.2. Financovanie.....	11
6.3. Monitorovanie a hodnotenie.....	12



# Úvod

Mnohé zmeny v spoločnosti vrátane väčšej geografickej mobility, rozpadu rodinných vzťahov a demografického posunu smerom k starnutiu obyvateľstva viedli k rastúcej segregácii generácií. Toto rozdelenie môže viesť k zníženiu pozitívnych výmen medzi staršími a mladšími ľuďmi a k zvýšeniu negatívnych stereotypov. Obe skupiny však majú pre seba navzájom značné zdroje a zdieľajú mnohé oblasti záujmu; napríklad mnohí mladší a starší ľudia sa cítia izolovaní vo svojich komunitách a marginalizovaní pri rozhodovaní, ktoré priamo ovplyvňuje ich životy.

Medzigeneračné prístupy sú rozmanité. Existuje však niekoľko základných zásad a charakteristík, ktoré sú uvedené v nasledujúcej definícii:

*"Cieľom medzigeneračnej praxe je spájať ľudí v účelných, vzájomne prospešných aktivitách, ktoré podporujú väčšie porozumenie a rešpekt medzi generáciami a prispievajú k budovaniu súdržnejších komunít. Medzigeneračná prax je inkluzívna a stavia na pozitívnych zdrojoch, ktoré si mladí a starí môžu navzájom a svojmu okoliu ponúknuť." (Nadácia Beth Johnson, 2009)*

Pri zblížovaní generácií, spochybňovaní negatívnych stereotypov a odstraňovaní bariér v rámci komunít môžu rôzne prístupy významne prispieť k dosiahnutiu cieľov v rôznych oblastiach politiky na vnútroštátnej a miestnej úrovni.

Tento dokument - **Počiatočný návrh bilaterálneho modelu pre región Viedeň a Burgenland, dokument T1.2.2 (ďalej len "bilaterálny model")** poskytuje prehľad konkrétnych prístupov, ktoré sa využijú v rámci projektu Co-AGE pre dobrovoľníkov v regióne Viedeň a Burgenland na dosiahnutie jeho cieľov. Je potrebné špecifikovať nasledujúce aspekty:

- Aktivity
- Personálne zabezpečenie
- Príjemcovia
- Partnerstvá
- Organizácia
- Udržateľnosť



# Interreg

## Slovakia-Austria

European Regional Development Fund



EUROPEAN UNION



Co-AGE Volunteers



EUROPEAN UNION

# Zhrnutie projektu Co-Age Volunteers

V dôsledku vznikajúcej demografickej nerovnováhy a starnutia obyvateľstva čelí Európa v nasledujúcich desaťročiach veľkým hospodárskym a sociálnym výzvam. Najzrejmější dôsledok je finančného charakteru - napríklad výdavky na dôchodky, zdravotnú a dlhodobú starostlivosť nebudú môcť byť pri súčasnej politike pokryté príspevkami neskorších generácií. Okrem finančných výziev však Európa musí bojovať aj proti škodám na sociálnej súdržnosti. V akých sociálno-ekonomických podmienkach žijú starší ľudia? Aký je charakter sociálnej siete, v ktorej sú začlenení? Ako môžeme podporiť lepšie porozumenie a solidaritu medzi generáciami?

Z tohto hľadiska nadobudlo motto Európskeho roka 2012 "Aktívne starnutie a solidarita medzi generáciami" v posledných rokoch vážnejší význam a inšpirovalo nás k vytvoreniu konceptu projektu Co-Age Volunteers s cieľom zlepšiť medzigeneračnú spoluprácu v prihraničnom regióne Slovenskej republiky a Rakúska.

Víziou nášho projektu je vytvoriť cezhraničnú sieť regionálnych aktérov s cieľom podporiť angažovanosť mladých dobrovoľníkov a podporiť medzigeneračnú solidaritu a nadnárodné dobrovoľníctvo mladých ľudí v pohraničnom regióne ako odpoveď na vyššie opísané výzvy a v súlade so stratégiou EÚ pre mládež.

Okrem toho je dobrovoľníctvo vynikajúcim príkladom neformálneho vzdelávania mladých ľudí a zohráva dôležitú úlohu pri rozvíjaní sociálnych zručností a ďalších mäkkých zručností dôležitých pre trh práce. Ďalším dôležitým aspektom projektu je ukázať, ako môžu mladí ľudia využiť všetky osobné, sociálne a pre trh práce dôležité výhody dobrovoľníckej práce.

**Dokument vzniká v rámci projektu Co-AGE Volunteers, ktorý je financovaný z cezhraničného programu INTERREG V-A SK-AT.**



# 1. Aktivity

## 1.1. Typy činností

Aktivity by sa mali líšiť a využívať rôznorodé a kreatívne metódy zapojenia, aby si udržali záujem a nadšenie účastníkov (Krouť a Pogorzala, 2002; NCICDP, 2005). Príklady vhodných aktivít sú uvedené nižšie:

- navštíviť obyvateľa a zapojiť ho,
- vykonávať aktivity v malých skupinách - diskutovať o aktuálnych udalostiach, hrať karty či stolové hry.
- zlepšovanie zručností (IT, jazyk), mentoring
- čítanie knihy
- športové aktivity
- prechádzky s obyvateľmi mimo jednotky,
- pomoc pri stravovaní,
- vykonávať jednoduchý upratovací servis pre obyvateľov - upratovať izby, triediť, kontrolovať štítky a skladať bielizeň atď.,
- pripraviť neobsadené postele,
- vykonávať pochôdzky podľa potreby,

Okrem toho je poskytovanie krátkych praktických školení (ako je školenie na invalidnom vozíku), ktoré podporujú základné opatrovateľské zručnosti, voliteľné a závisí od predchádzajúcich znalostí členov skupiny.

Pri všetkých aktivitách treba mať na pamäti, že sa môžu vyskytnúť jazykové bariéry, a preto sú vhodnejšie aktivity, ktoré si vyžadujú málo alebo len základnú komunikáciu.

## 1.2. Participácia

Je dôležité, aby sa činnosti plánovali s ohľadom na dobrovoľníkov a príjemcov a aby sa na nich aktívne podieľali. Aktivity musia byť prispôsobené potrebám oboch strán a musia sa skôr vyvíjať, než aby boli vopred určené (napr. Epstein a Boisvert, 2006; Jarrott a kol., 2006; Magic Me, 2005; Pain, 2005; Salari, 2002). Uvádza sa, že je dôležité, aby činnosti boli vhodné, príjemné a zaujímavé pre mladých aj starých ľudí, aby sa mohli zúčastniť obaja a aby ani jedna skupina nebola "divákom" (napr. Epstein a Boisvert, 2006; NCICDP, 2005; Pain, 2005; Salari, 2002).



## 2. Personálne zabezpečenie

### 2.1. Nábor

Pre úspech projektu je nevyhnutná dôkladná príprava a nábor a výber dobrovoľníkov. Ideálny kandidát na dobrovoľníka je motivovaný a má zručnosti a skúsenosti na vykonávanie vybraných činností. Príprava zahŕňa krátky pohovor s uchádzačmi a môže zahŕňať aj kontrolu registra trestov.

ÖJAB ako poskytovateľ starostlivosti o starších ľudí má koordinátora dobrovoľníkov a formálny postup na zapojenie nových dobrovoľníkov. Na základe svojich skúseností osloví a získa nových dobrovoľníkov, napr. využitím svojich komunikačných kanálov na propagáciu programu.

S každým dobrovoľníkom sa uskutoční rozhovor o jeho motivácii a očakávaníach. Budú definované možné činnosti spolu s povinnosťami.

### 2.2 Rozvoj vzťahov, záväzok, motivácia, stabilita

Je dôležité, aby zamestnanci podporovali a uľahčovali rozvoj vzťahov, silných priateľstiev a porozumenia medzi oboma skupinami a organizujúcim orgánom. Granville (2002) píše, že k negatívnym výsledkom môže dôjsť, ak sa procesu v rámci aktivít nevenuje dostatočná pozornosť a následne sa posilňujú stereotypy. Považuje sa za dôležité spochybniť vnímanie a povzbudiť účastníkov, aby videli, ako by mohli prispieť k aktivitám (napr. Cambridge a Simandiraki, 2006; Epstein a Boisvert, 2006; NCICDP, 2005; Salari, 2002). Zároveň je potrebná neustála spätná väzba, aby sa dobrovoľníci udržali na správnej ceste.

Zamestnanci domova pre seniorov majú dostatočné skúsenosti so zapájaním mladých ľudí do svojej práce, keďže v domove pre seniorov pravidelne pomáhajú účastníci vzdelávacích kurzov.

V tomto špeciálnom prostredí môžu vzniknúť rôzne stereotypy súvisiace s vekom (mladí naivní vs. starí skúsení), schopnosťou (postihnutí/nemocní vs. zdraví a silní), národnosťou, pohlavím. V tomto špeciálnom prostredí je dôležité podporiť stretnutie dvoch jednotlivcov a ich vzájomné skúmanie mimo stereotypov práve ako jednotlivcov s ich osobnými príbehmi. Malé cvičenia a príjemná atmosféra pomôžu otvoriť sa a ponúknuť body na rozhovor.

To by mohlo byť možné prostredníctvom podpory biografickej práce (kto sú ľudia, ktorí sa na nej podieľajú, aké je ich zázemie, ich rodiny, ich životné príbehy a sny o budúcnosti).



Vzájomné výhody by mali byť hmatateľné a zreteľné. Na strane príjemcov by sa mala prejavovať úcta k bohatstvu celého života a na strane dobrovoľníkov k ochote tráviť svoj čas.

## 2.3. Zručnosti a odborná príprava

Upresní sa v pracovnom balíku 3

## 2.4. Čas a dostupnosť

Pravidelný čas návštev v domove pre seniorov je medzi 10. a 18. hodinou. Môžu sa vyskytnúť predpisy kvôli pandémie COVID 19, ktoré je potrebné dodržiavať. Účastníci budú pravdepodobne potrebovať certifikát "3G" (očkovaný, testovaný, uzdravený) (zelený pas) na vstup do domova pre seniorov.

Dlhé nastavenie 1 na 1 môže vyčerpať príjemcu aj dobrovoľníkov. Preto 2 stretnutia denne (dopoludnia a popoludní) s rôznymi skupinami a kombináciami by mohli byť dobrou voľbou, aby dobrovoľníci získali dostatok skúseností, ale aby to nebolo príliš intenzívne pre príjemcov.

# 3. Príjemcovia

## 3.1. Charakteristika príjemcov

Domov dôchodcov Neumargarten ponúka priestor pre 218 obyvateľov, ktorí tu žijú dlhodobo alebo krátkodobo. Dostáva sa im pomoci a starostlivosti podľa ich individuálnych potrieb a schopností.

V Rakúsku môžu ľudia žiť v domove dôchodcov v zásade len vtedy, ak už nie je možná domáca starostlivosť. V domove dôchodcov Neumargarten sa však ponúka aj nezávislé bývanie, čo znamená, že osoba žije stále do značnej miery samostatne, ale má zabezpečenú stravu a prístup k personálu v prípade núdze.

Stravovanie prebieha podľa rozpisu v spoločných priestoroch a je spoločné.

Keďže sa domov dôchodcov nachádza v meste Viedeň, spádová oblasť, a teda aj klientela, je mestská. Vzhľadom na historické spojenie Rakúska s Východom majú niektorí obyvatelia sami korene alebo aspoň väzby na krajiny a oblasti na Východe alebo na Balkáne.



### 3.2. Výber príjemcov

Je dôležité zistiť motiváciu dobrovoľníkov a získať tých, ktorí ochotne privítajú ponúkané aktivity.

Zúčastnení príjemcovia musia prejaviť záujem o nové stretnutia a skúsenosti bez toho, aby boli príliš závislí na jednom stretnutí. V ideálnom prípade sú dostatočne otvorení a flexibilní na to, aby sa otvorili novým ľuďom a cítili sa pohodlne, aj keď sa nedokážu dohovoriť vo svojom materinskom jazyku.

Príjemcovia musia byť dostatočne fit, aby mohli stráviť čas bez intenzívnej starostlivosti a mali dostatočnú flexibilitu na aktivity. Okrem toho musia byť dostatočne predvídateľní a v bezpečí (ako napríklad bez demencie v neskorom štádiu a príliš zmätení na to, aby sa mohli zúčastniť).

Určite sa uprednostňujú osoby, ktoré majú menej sociálnych kontaktov, ale oceňujú ich, pretože môžu mať z týchto aktivít väčší úžitok.

### 3.3. Zabezpečenie vzájomných výhod

Je nevyhnutné, aby všetci účastníci boli vnímaní ako rovnocenní a aby sa zabezpečilo, že aktivity plnia svoje ciele, aby z nich mali vzájomný prospech.

Ošetrojúci personál by sa mal podieľať na príprave a dohľade nad dobrovoľníkmi. Na mieste sa totiž dá zabezpečiť dobrá komunikácia, keďže sú tam kontaktné osoby. To uľahčuje mnohé situácie, v ktorých napríklad dochádza k nedorozumeniam v dôsledku jazykových bariér alebo je potrebné klasifikovať skúsenosti.

Jasné vymedzenie úloh a zodpovedností ošetrovateľského personálu je nevyhnutné na zaistenie bezpečnosti opatrovaných osôb, ale aj na to, aby dobrovoľníci neboli preťažení.

Počas vykonávania úlohy by sa mali priebežne uskutočňovať stretnutia so spätnou väzbou a reflexiou - tak s dobrovoľníkmi, ako aj s príjemcami. Táto spätná väzba tiež pomáha zosúladiť očakávania a skúsenosti, a tak umožňuje dobré obdobie pre oboch.

Obojstranné výhody pre obe strany sú

- Výmena poznatkov (recepty, jazyk, znalosť krajiny)
- nové kontakty
- inšpirácia.

Tieto výhody by sa mali zbierať, zdieľať a zdôrazňovať aj v rámci reflexie. Individuálny denník by mohol pomôcť sprevádzať operáciu a porovnať očakávania pred ňou a skutočné skúsenosti po nej.





## 4. Organizácia

### 4.1. Plánovanie

Účinné plánovanie a organizácia medzigeneračných aktivít sa považuje za nevyhnutné, hoci je často zdĺhavé a časovo náročné. Patrí sem aj vypracovanie harmonogramu aktivít. Ak je program neorganizovaný, existuje náznak, že to môže byť významnou prekážkou (napr. Granville, 2002; Lanford a Williams, 2004; McIntyre, 2007).

Hlavným bodom projektu je školenie o práci so staršími ľuďmi a ľuďmi, ktorí potrebujú starostlivosť. Školenie pozostáva z 20 vyučovacích hodín.

Účastníci by mali byť pripravení na budúce aktivity v sociálnom sektore (napr. civilná služba, sociálny rok, stáže v domovoch dôchodcov a opatrovateľských ústavoch, dobrovoľnícka práca) alebo na možné vzdelávanie v ošetrovatelstve, zdravotníctve a sociálnej oblasti.

Preto by mali existovať tieto tri moduly: Sociálne zručnosti, Interakcia so staršími ľuďmi alebo ľuďmi, ktorí potrebujú starostlivosť, Animácia starších ľudí alebo ľudí, ktorí potrebujú starostlivosť

#### **Sociálne zručnosti: 8 hodín**

Cieľom modulu je posilniť sociálne zručnosti. Súčasťou modulu je komunikácia, budovanie tímu, zvládanie konfliktov a krízové riadenie. Na prípravu účastníkov na budúce výzvy sa používajú hranie rolí a praktické príklady.

Súčasťou modulu sú aj citlivé témy, ako napríklad zvládanie kríz, konfliktov, smútku a straty.

#### **Spolupráca so staršími ľuďmi alebo ľuďmi, ktorí potrebujú starostlivosť: 6 hodín**

Cieľom modulu je získanie základných vedomostí o pomáhaní a asistencii.

Účastníci nesmú vykonávať ošetrovateľské činnosti, ale môžu pomáhať ľuďom. Patrí sem napríklad presun ľudí na invalidnom vozíku, prechádzka alebo pomoc pri jedení a pití.

V mnohých prípadoch majú starší ľudia, ktorí potrebujú starostlivosť, aj demenciu. Dôležité je tiež vedieť o demencii a o tom, ako s pacientmi s demenciou zaobchádzať.

#### **Animácia starších ľudí alebo ľudí, ktorí potrebujú starostlivosť: 6 hodín**

Domovy dôchodcov často nemajú dostatok personálu na to, aby mohli neustále robiť zmysluplné animácie.

V tomto module sa účastníci oboznámia s rôznymi typmi zapojenia: tvorivé aktivity, hudobné aktivity, kognitívny tréning a fyzické aktivity.



Cieľom modulu je, aby účastníci dokázali samostatne vykonať jednu alebo dve činnosti.

## 4.2. Časový rozvrh

Uvádza sa, že nedostatočná flexibilita pri tvorbe rozvrhu by mohla vytvoriť prekážky pre efektívnosť programov pre študentov v školách alebo na vysokých školách. Okrem toho je rizikovým faktorom aj súťaž o priestor v rámci učebných osnov pre medzigeneračnú prax, a preto je záväzok zo strany organizátora nevyhnutný (napr. Cohen a kol., 2006; McIntyre, 2007; NCICDP, 2005).

Školenie pozostáva z 20 vyučovacích hodín a je naplánované v blokoch počas dvoch víkendov. Výučba bude prebiehať v piatok popoludní a v sobotu.

To by malo umožniť účasť na školení aj študentom a pracujúcim.

Vyučovacie jednotky sú rozdelené takto:

- Sociálne zručnosti: 8 hodín
- Spolupráca so staršími ľuďmi alebo ľuďmi, ktorí potrebujú starostlivosť: 6 hodín
- Animácia starších ľudí alebo ľudí, ktorí potrebujú starostlivosť: 6 hodín

Okrem obsahovej zložky zohráva zásadnú úlohu aj cezhraničná výmena a komunikácia. Preto sa školenie uskutočňuje v hoteli s prenocovaním.

## 4.3. Rozpočet

Cieľom partnerov projektu by malo byť poskytnúť dobrovoľníkom vyčlenený rozpočet na základe dostupného externého rozpočtu, aby mohli pokryť svoje základné potreby a cestovné aktivity v priebehu projektu. Každý partner má k dispozícii určitý rozpočet na pokrytie týchto potrieb.

## 5. Partnerstvá

Je dôležité, aby sa všetci partneri podieľali na spoločnom plánovaní, realizácii a hodnotení. To si vyžaduje štruktúry zhora a jasné úlohy a zodpovednosti (napr. Granville, 2002; Magic Me, 2005; Whitworth, 2004). silné vzťahy medzi inštitúciami sú nevyhnutnou požiadavkou, napríklad medzi pracovníkmi projektu a pracovníkmi denných centier.



- Každý z partnerov má hlavné kompetencie v rôznych oblastiach. Táto rôznorodosť projekt nesmierne obohacuje.
- Hlavnou kompetenciou BFI Burgenland je vzdelávanie a odborná príprava. BFI Burgenland okrem iného ponúka školenia pre opatrovateľov, školenia pre pomoc v domácnosti a prípravné kurzy pre opatrovateľov. Preto sa BFI Burgenland môže spoľahnúť aj na kompetentných lektorov v tejto oblasti. Vzdelávanie v rámci projektu preto využíva aj tieto schopnosti.

## 6. Udržateľnosť

### 6.1. Dlhodobý prístup

Rakúsko v súčasnosti pociťuje prvý nedostatok kvalifikovaných pracovníkov v ošetrovateľských profesiách. Príznaky v oblasti dlhodobej starostlivosti: Jednotlivé rezidenčné oblasti alebo celé opatrovateľské domy nemôžu začať fungovať, pretože sa nedá nájsť dostatok ošetrovateľského personálu; mobilné služby majú nedostatok personálu.

Demografická štruktúra v Rakúsku nás v oblasti ošetrovateľskej starostlivosti stavia pred dve výzvy: Na jednej strane mnohí zamestnanci v tomto sektore čoskoro odídu do dôchodku a bude ich potrebné nahradiť. Na druhej strane rastúci podiel starších ľudí zvyšuje dopyt po starostlivosti a ošetrovateľstve, a preto je potrebný aj väčší počet opatrovateľov.

V rámci projektu sa ľudia môžu vzdelávať v oblasti dobrovoľníckej práce so staršími ľuďmi a ľuďmi, ktorí potrebujú starostlivosť. Dôležitou súčasťou je okrem starostlivosti aj zamestnanie. Dobrovoľníci môžu prevziať aj túto časť a odbremeniť tak ošetrovateľský personál.

Na jednej strane je cieľom projektu motivovať viac ľudí k dobrovoľníckym aktivitám pre starších ľudí a ľudí, ktorí potrebujú starostlivosť. Na druhej strane môže projekt motivovať ľudí, aby si v budúcnosti doplnili vzdelanie v oblasti ošetrovateľstva.

Z dlhodobého hľadiska tak projekt pomáha čeliť nedostatku sestier a znižuje pracovné zaťaženie ošetrovateľského personálu.

### 6.2. Financovanie

Slovensko-rakúsky cezhraničný priestor (SK-AT) ponúka významný potenciál pre ďalšiu sociálno-ekonomickú a inštitucionálnu integráciu pre dobre fungujúci európsky región. S cieľom prispieť k ďalšej integrácii a trvalo udržateľnému rozvoju tejto oblasti sa program cezhraničnej spolupráce SK-AT - ako špecifický nástroj v portfóliu európskych a národných nástrojov, ktoré sú k dispozícii pre

územný rozvoj - zameriava na zlepšenie rámcov a politík a prináša konkrétne riešenia na riešenie spoločných výziev.

Projekt je podporený z fondu Interreg SKAT vo výške 85 % interných a externých nákladov. Niektorým partnerom na rakúskej alebo slovenskej strane bolo schválené národné financovanie do výšky maximálne 15 % celkových nákladov.

### **6.3. Monitorovanie a hodnotenie**

Hodnotenie je nástroj na dokumentáciu, analýzu a posúdenie prebiehajúceho alebo ukončeného projektu. Podporuje vedúcich projektov a ich tímy v každej fáze projektu. Počas plánovania projektu pomáha pri formulácii cieľov a stanovení postupu. Počas realizácie pomocou hodnotenia kontroluje, či sa projekt uberá želaným smerom; na konci projektu ukazuje, či sa dosiahol zamýšľaný efekt, či z neho môžu mať prospech aj ostatní a či je možné projekt ďalej rozvíjať.

V posledný deň kurzu sa uskutoční hodnotenie odbornej prípravy.

Na tento účel sa používa štandardizovaný dotazník na hodnotenie štruktúry, lektorov, ako aj obsahu. Okrem toho môžu účastníci uviesť pripomienky vo voľnom poli. Hodnotenie sa vykonáva anonymne pomocou online nástroja na zadávanie otázok: "Microsoft Forms". Súhrnné výsledky prieskumu budú graficky spracované a zahrnuté do záverečnej správy.