

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 Bratislavský kraj



Obsah

Úvod.....	2
Zhrnutie projektu Co-Age Volunteers.....	3
1. Aktivita.....	4
1.1. Typy činností.....	4
1.2. Participácia.....	5
2. Personálne zabezpečenie.....	6
2.1. Nábor.....	6
2.2 Rozvoj vzťahov, záväzok, motivácia, stabilita.....	6
2.3. Zručnosti a odborná príprava.....	7
2.4. Čas a dostupnosť.....	7
3. Príjemcovia.....	8
3.1. Výber príjemcov.....	8
3.2. Zabezpečenie vzájomných výhod.....	8
4. Organizácia.....	9
4.1. Plánovanie.....	9
4.2. Časový harmonogram.....	10
4.3. Rozpočet.....	11
5. Partnerstvo.....	11
6. Udržateľnosť.....	11
6.1. Dlhodobý prístup.....	11
6.2. Financovanie.....	12
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 pozitívnej výmeny 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 a rôznorodé. 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 - **Úvodný návrh bilaterálneho modelu pre Bratislavský kraj, Príloha T1.2.2 (ďalej len Bilaterálny model)** poskytuje prehľad konkrétnych prístupov, ktoré budú využité v projekte Co-AGE Volunteers v Bratislavskom kraji 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

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 dobrovoľníkov Co-Age 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. Aktivita

1.1. Typy činností

Aktivita by sa mali líšiť a využívať rôznorodé a kreatívne metódy zapojenia, aby si udržali záujem a nadšenie účastníkov (Krout 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 kníh
- športové aktivity
- prechádzky s obyvateľmi,
- pomoc pri stravovaní,
- vykonávať ľahký upratovací servis pre obyvateľov - upratovať izby, triediť, kontrolovať štítky a skladať bielizeň atď.,
- pripraviť neobsadené postele,
- vykonávať pochôdzky podľa potreby,

Okrem toho je poskytované 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 základnú komunikáciu, alebo zapojenie osoby, ktorá bude schopná podporiť komunikáciu.

1.2. Participácia

Je dôležité, aby sa aktivity plánovali s ohľadom na dobrovoľníkov a príjemcov pomoci a aby sa aktívne zapájali do aktivít alebo dokonca do ich plánovania, ak je to možné. Aktivity musia byť prispôsobené potrebám oboch strán a musia sa skôr rozvíjať, než aby boli vopred určené (napr.



Interreg

Slovakia-Austria

European Regional Development Fund



EUROPEAN UNION



Co-AGE Volunteers



EUROPEAN UNION

Epstein a Boisvert, 2006; Jarrott a kol., 2006; Magic Me, 2005; Pain, 2005; Salari, 2002). Uvádza sa, že je dôležité, aby aktivity 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

Starostlivá príprava a nábor a výber dobrovoľníkov sú nevyhnutné pre úspešnú realizáciu aktivít. Ideálny kandidát na dobrovoľníka je motivovaný a má zručnosti a skúsenosti na vykonávanie vybraných činností. Príprava zahŕňa krátky pohovor s uchádzačmi a na žiadosť domova seniorov môže zahŕňať aj preverenie registra trestov.

Noví dobrovoľníci budú oslovovaní a získavaní pomocou rôznych komunikačných kanálov na propagáciu programu - prostredníctvom databázy dobrovoľníkov a kontaktov organizácie, webovej stránky/novínok, sociálnych médií, škôl atď., aby sa oslovilo čo najviac potenciálnych záujemcov o dobrovoľníctvo.

Všetci dobrovoľníci by mali byť motivovaní, mali by preukázať záujem o dobrovoľníctvo, medzigeneračnú solidaritu, nadšenie a ochotu pomáhať seniorom. So všetkými dobrovoľníkmi sa uskutoční rozhovor, aby sa zistila ich motivácia a očakávania, a spoločne sa určia ďalšie činnosti, ako aj povinnosti.



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. Preto je dôležité udržať mladých dobrovoľníkov v dobrovoľníckej činnosti prostredníctvom aktívnej účasti a participácie.

V tomto špeciálnom prostredí sa môžu objaviť 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 podporovať individuálne stretnutia a skúmať sa navzájom mimo stereotypov rovnako ako jednotlivci so svojimi osobnými príbehmi. Malé cvičenia a príjemná atmosféra pomôžu otvoriť sa a ponúknuť návrhy na rozhovor.

To je taktiež možné prostredníctvom podpory biografickej práce (kto sú ľudia, ktorí sa na nej podieľajú, aké je ich zázemie, ich rodiny, ich životný príbeh a ich 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

Domovy pre seniorov majú rôzne časy dostupnosti a každá návšteva by mala byť vopred dohodnutá. Môžu sa vyskytnúť špecifické predpisy kvôli pandémie COVID19, ktoré by sa mali dodržiavať a pravidelne aktualizovať. Účastníci budú pravdepodobne potrebovať certifikát "3G" (očkovaný, testovaný, uzdravený) (zelený pas) na vstup do domova pre seniorov.

3. Príjemcovia

3.1. Výber príjemcov

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

Zúčastnení príjemcovia musia prejavíť 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 šetrní (ako napríklad bez demencie v neskorom štádiu a príliš zmätení na to, aby sa mohli zúčastniť).

Osoby, ktoré majú menej sociálnych kontaktov, môžu oceniť zapojenie do projektu ešte viac ako ostatní.

3.2. Zabezpečenie vzájomných výhod

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



Do prípravy a dohľadu nad dobrovoľníkmi by mal byť zapojený personál domova pre seniorov. 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 jazykovej bariéry alebo je potrebné vopred klasifikovať skúsenosti.

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

Počas vykonávania úlohy by sa mali pravidelne konať stretnutia so spätnou väzbou a reflexiou - s dobrovoľníkmi aj s príjemcami. Táto spätná väzba tiež pomáha zosúladiť očakávania a skúsenosti, a tak umožňuje stráviť dobrý čas pre oboch.

Obojstranným prínosom pre obe strany je výmena vedomostí (jazyk, krajina, vedomosti, recepty), nové kontakty a skúsenosti, inšpirácia a jednoducho dobre strávený čas.

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 jednotiek (VJ).

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 harmonogram

Uvádza sa, že nedostatočná flexibilita rozvrhu by mohla vytvoriť prekážky pre efektívnosť programov pre študentov na stredných alebo vysokých školách. Okrem toho je rizikovým faktorom aj súťaž o priestor v rámci učebných osnov pre medzigeneračnú prax, a preto je záväzok 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 projektových partnerov 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. Partnerstvo

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 a skúsenosti v rôznych oblastiach. Táto rozmanitosť projekt nesmierne obohacuje. Okrem toho je vítané, aby partneri vytvárali ďalšie partnerstvá s inými domovmi pre seniorov, mimovládnyimi organizáciami a inými zainteresovanými stranami vo svojich krajinách.

6. Udržateľnosť

6.1. Dlhodobý prístup

Slovensko v súčasnosti pociťuje nedostatok kvalifikovaných pracovníkov v ošetrovateľských profesiách. Demografická štruktúra predstavuje v oblasti ošetrovateľskej starostlivosti dve výzvy: na jednej strane mnoho zamestnancov v tomto sektore čoskoro odíde do dôchodku a bude ich potrebné nahradiť. Na druhej strane rastúci podiel starších ľudí zvyšuje dopyt po starostlivosti a ošetrovatelstve, 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. Dobrovoľníci môžu pomáhať personálu a odbremeniť ošetrovateľský personál. Cieľom projektu je motivovať viac ľudí k vykonávaniu dobrovoľníckych činností pre starších ľudí a ľudí, ktorí potrebujú starostlivosť. Projekt môže tiež motivovať ľudí, aby si v budúcnosti doplnili vzdelanie v oblasti ošetrovatelstva.

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

6.2. Financovanie

Slovensko-rakúsky (SK-AT) cezhraničný priestor 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 na poskytovanie konkrétnych riešení na riešenie spoločných výziev.

Projekt je podporený z fondu Interreg SK-AT vo výške 85 % interných a externých nákladov. Slovenským partnerom bolo schválené aj 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.