



Portugalskie praktyki

w prowadzeniu

Według danych 1/4 populacji mieszkańców Unii Europejskiej to osoby powyżej 60. roku życia.

Badania potwierdzają, że są to często osoby niepełnosprawne, samotne, wymagające stałej opieki.

Wszystkie strategie i projekty dotyczące polityki społecznej opierają się głównie na rosnących potrzebach opieki dla seniorów i ich aktywizacji w celu zintegrowania ich ze społeczeństwem. Takie działania trzeba realizować także w Polsce. Tworzone są więc uniwersytety seniora, kluby, rady i organizacje

zajmujące się działalnością na rzecz osób starszych. Dzięki uczestnictwu w projekcie Silver Civic Education realizowanym w partnerstwie 3 państw (Portugalii, Bułgarii i Polski) uczestniczyłam w wizycie studyjnej i międzynarodowych warsztatach w mieście Gondomar (obszar metropolitalny Porto - Portugalia), gdzie



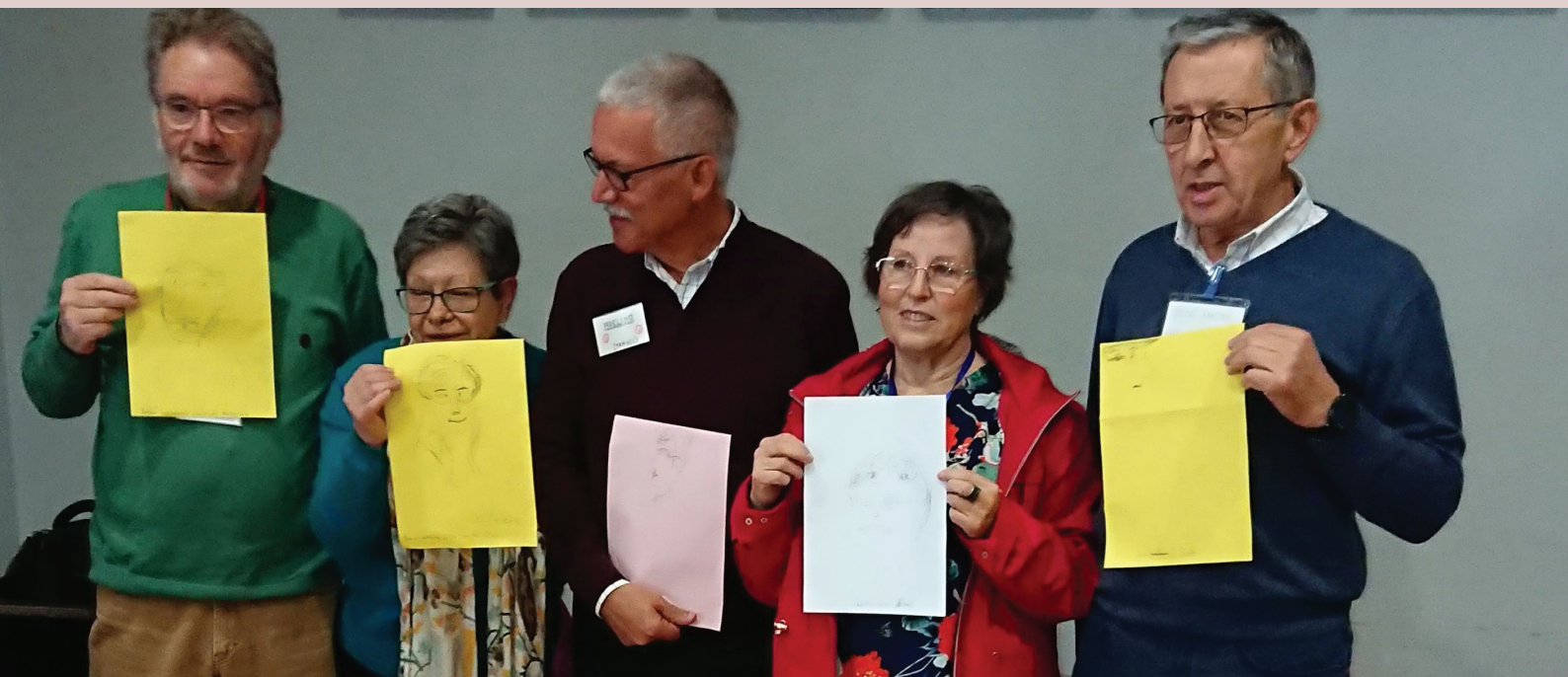
uniwersytetu seniora

prowadzony jest innowacyjny program uniwersytetu seniora. Wyjazd został sfinansowany z Programu Erasmus+. Myślę, że warto poznać liczne dobre praktyki i wiele z nich zaadoptować w naszym kraju. W Portugalii zarejestrowanych jest 316 uniwersytetów trzeciego wieku, w których z edukacji korzysta 45 tysięcy słuchaczy. Uniwersytety tworzą stałą sieć współpracy. Uniwersytet w Gondomar został utworzony w 2006 roku przez Związek Parafii Gondomar. Obecnie uniwersytet jest prowadzony przez Samorząd Miasta Gondomar. Na początku jego funkcjonowania liczył 55 słuchaczy, obecnie w jego działaniach

uczestniczy łącznie 350 osób. Celem uniwersytetu seniora w Gondomar jest zapewnienie mieszkańcom miasta po 50. roku życia działań związanych ze zdrowiem, rehabilitacją, edukacją, rekreacją, kulturą i nauką. Uniwersytet pełni rolę centrum informacyjnego i upowszechniającego obowiązki i prawa seniorów. Ponadto celem placówki jest stałe rozwijanie relacji międzyludzkich i społecznych między różnymi pokoleniami. Dlatego uniwersytet jest ważną placówką gdzie prowadzi się badania dotyczące wszelkich aspektów gerantologii, czyli nauki zajmującej się funkcjonowaniem osób starszych. Uczestnikami uniwersytetu

są w przeważającej większości kobiety. Kadre uniwersytetu, prowadzącą zajęcia, w tym wykłady, warsztaty, spotkania stanowią nauczyciele – wolontariusze, często sami seniorzy, których uznaje się za mistrza w swoim fachu. Każdy ze słuchaczy uiszcza na rzecz uniwersytetu 50 Euro składki rocznie. W programie uniwersytetu znajduje się 65 dyscyplin w ramach których odbywają się zajęcia. Jednym z bardzo nowatorskich zajęć jest nauka matematyki poprzez muzykę (rytm). Mistrzowie seniorzy prowadzą zajęcia praktyczne, np. warsztaty renowacji starych mebli, produkcji wina, czy przygotowywanie scenografii.

gazetę i samodzielnie opracowywać artykuły typu „news”. Zajęcia prowadzi znany i ceniony dziennikarz na emeryturze Hose De Melo. To, czym wyróżnia się uniwersytet seniora w Gondomar to innowacyjny program pt. „psychologiczne aspekty aktywizacji i edukacji osób starszych”. Jego twórcą jest psycholog dr Joao Pedro Constanucio. Prowadzone są specjalne badania dotyczące psychologicznych aspektów edukacji osób w wieku starszym oraz wpływu aktywności i edukacji ustawicznej na jakość życia i poczucia samotności ludzi starszych (badania wykonane w ramach pracy dyplomowej studentów Uniwersytetu w Porto, wykonane



Są też bezpłatne zajęcia z tańca artystycznego i tańca latino, oraz zajęcia muzyczne i artystyczne. W ramach uniwersytetu funkcjonuje na stałe orkiestra i teatr. Seniorzy angażują się w specjalne sekcje wolontariatu i sami prowadzą dyżury w pobliskim szpitalu, odwiedzają osoby chore i samotne. Dla seniorów opracowywane są specjalne wykłady dotyczące sztuki, historii, tradycji oraz zjawisk społecznych. Szczególny nacisk kładziony jest na naukę obsługi komputera, telefonu komórkowego i inne aspekty tzw. edukacji cyfrowej. Najnowszym projektem uniwersytetu jest utworzenie sekcji medialnej, gdzie seniorzy będą tworzyć

równolegle na 45-osobowych grupach aktywnych i biernych seniorów). Pozytywne rezultaty działań w ramach programu odnotowano u osób, które uczęszczają na zajęcia czy kursy prowadzone przez uniwersytet. Dotyczy to zwłaszcza, takich rezultatów jak polepszenie stanu zdrowia psychicznego, zniwelowanie poczucia samotności i równowagi emocjonalnej. Za swoją działalność i praktyki na rzecz osób starszych Samorząd Miasta Gondomar otrzymał specjalne wyróżnienie od Organizacji Narodów Zjednoczonych jako samorząd wyspecjalizowany w polityce na rzecz seniorów.

dr Eliza Szadkowska