

ZÁVĚREČNÁ ZPRÁVA K PROJEKTU MEZIGENERAČNĚ NA PRAZE 3

Mezi námi, o.p.s., 2023

Mezi námi, o.p.s. se zaměřuje na propojování generací a organizuje mezigenerační aktivity již od roku 2013. **V roce 2023, kdy si společnost připomíná 10. výročí svého založení, obdržela Cenu Rady vlády pro seniory a stárnutí populace.**

V rámci mezigeneračních aktivit se pravidelně setkávají děti z mateřských a základních škol a senioři ze seniorských zařízení i ti, kteří žijí samostatně. Mezigenerační aktivity jsou pro seniory volnočasovou aktivitou, jež napomáhá ke zlepšení kvality jejich života a zároveň fungují jako prevence sociálního vyloučení. Pro děti jsou mezigenerační aktivity součástí výchovy a vzdělávání, učení se respektu a ochotě pomoci nejstarší generaci. Senioři se stávají jejich „kamarády“ a děti se přirozeně učí, že ve společnosti žijí i osoby, které potřebují naši péči a ohleduplnost. Současně díky programu Přečti vzniká prostor pro dobrovolnictví seniorů.

Mezigenerační setkávání na Praze 3

Setkávání v rámci programu „Povídej“, kde spolupracují děti z MŠ se seniory z blízkého domova seniorů, probíhala na Praze 3 v průběhu celého roku 2023. Snažili jsme se dodržovat pravidelnost setkávání v rozsahu 3 - 4 týdnů. Děti a senioři se společně zapojovali do nejrůznějších činností - výtvarných, hudebních či pohybových, ale také si navzájem vyprávěli, četli nebo slavili nejrůznější svátky.

Od ledna do prosince 2023 byla do mezigeneračních setkávání na Praze 3 zapojena tato školská a seniorská zařízení: MŠ Paleček, MŠ Na Vrcholu, MŠ Malvína a ZŠ Lupáčova. ze seniorských zařízení to byla DS Pod Lipami, DS Habrová a KS Lupáčova. Dále MŠ Perunova, která spolupracuje s DS Vršovický zámeček (P10). Ve skupinách se v roce 2023 uskutečnilo celkem 32 setkání dětí a seniorů.

Pro spolupracující zařízení jsme ve školním roce 22/23 připravili aktivity v rámci projektu Zelený rok, kdy děti se svými staršími kamarády tvořily různé výrobky z materiálů, které by jinak skončily v kontejnerech na tříděný odpad nebo v popelnici. V rámci nabídnutých aktivit senioři s dětmi vyráběli např. skleněné dekorace, masopustní masky, ozdobné kelímky na osení nebo vlastnoručně vyrobená přání ke Dni matek. Všem zapojeným zařízením na Praze 3 jsme pravidelně zasílali metodické listy, které obsahovaly podrobné instrukce pro měsíční mezigenerační spolupráci. Od září 2023 navázaly aktivity „Zdravě s Mezi námi“. V rámci těchto aktivit děti se seniory nejen tvoří, ale věnují se i různým pohybovým, relaxačním a mentálním cvičením.

V první polovině roku byli MŠ Na Vrcholu a DS Habrová byli zapojeni do projektu Senioři staví s dětmi Lego ve spolupráci s nadačním fondem Ninin sen. Podle instrukcí nadace byly připraveny programy pro děti a seniory s kostkami duplo.

V červnu 2023 získala skupina KS Roháčova a ZŠ Lupáčova prestižní značku Mezigeneračně. Získali jí za dlouhodobou spolupráci a aktivitu při setkáních.

Pohádkové čtení a dílny

V rámci programu „Přečti“ chodili naši senioři-dobrovolníci předčítat dětem do MŠ pohádkové knihy. Při výběru partnerských MŠ je naší prioritou přínos pro místní komunitu, tedy blízkost školky a bydliště seniora tak, aby se účastníci projektu mohli potkávat i v běžném životě. Naši dobrovolníci dochází do MŠ číst pravidelně 1 x týdně. Někteří z nich natáčejí videopohádky také na Youtube kanál Mezi námi, kde jsou přístupné široké veřejnosti. Do programu Přečti se

na Praze 3 zapojilo 7 pohádkových čtecích babiček a dědečků, kteří četli sedmi třídám ve třech MŠ: MŠ Perunova, MŠ Paleček, Spolek Cestička. Pohádkový čtecí dědeček čte také v pobočce MKP Žižkov.

Od roku 2016 funguje náš „Klub pohádkových čtecích babiček a dědečků“. Jeho členové mohou nejen sdílet své zkušenosti z mezigeneračních aktivit, ale navazují nová přátelství, účastní se pravidelných pracovních-společenských setkání či odborných přednášek a seminářů.

V roce 2023 proběhla 4 čtvrtletní klubová setkání, 28.3. Setkání v sále PVZP v Lazarské ulici, 7.6. Setkání na Lodi Czechie, 21.9. Setkání v Písecké Bráně a 13.12. ve Velkém Mlýně v Libni.

Uspořádali jsme dohromady přes 129 akcí: 29 seminářů a tvořivých workshopů, 9 cvičení a sportovních her, 2 výlety pro seniory, 30 pravidelných akcí jako jsou jazyková konverzace, zpívání, šachový kroužek, zkoušky divadelní skupiny, 4 velká klubová setkání. Pro seniory jsme připravili vzdělávací semináře a přednášky například na tato témata: Mladší školní věk, Odchod z tohoto světa: Smrt je přirozenou součástí života, Alchymie čísel, Psychologie v komunikaci-komunikace v psychologii, Jóga a její přínosy myšlení, životu a zdraví, Dědictví a vypořádání pozůstalosti, Přednáška o kompostování, Jak lépe zvládat změny, Komunikační hry a další. Dále jsme společně absolvovali mnoho tvořivých workshopů: Technika filcování - výroba zvířátek, Výroba svačinových ubrousků z včelího vosku, Zdobení kraslic včelím voskem, Jarní průsvitky na okno, Makramé, Scrapbooking, Výrobky z ovčí vlny, Japonská knižní vazba, Výroba chňapek ze starého textilu, Pletení košíčků z papíru a další. Dále pro Klub pořádáme pravidelné cvičení, sportovní hry a naučné procházky, kdy průvodci jsou i sami senioři, kteří se tomu v profesním životě věnovali, jazykové kurzy, setkání šachového kroužku a zkoušky divadelní skupiny. Seniorům jsme zprostředkovali účast na divadelních představeních v Divadle Bez Zábradlí, na natáčení pořadu ČT Wifina, na besedě Smysluplné vzdělávání a naši senioři byli také součástí výzkumu Vnímání bulvárního tisku studentek FSV UK.

Pro naše stávající i budoucí spolupracovníky (učitelky MŠ, sociální a aktivizační pracovníky, dobrovolníky, ředitele spolupracujících zařízení) pravidelně pořádáme pracovní setkání. Hlavním tématem je fungování mezigeneračních skupin, možná úskalí a naopak osvědčené zkušenosti. Např. 15.2.2023, v rámci pravidelného Okénka Mezi námi, přednášku na téma "Smyslová aktivizace a její využití v mezigeneračních aktivitách."

V roce 2023 jsme uspořádali také setkání se zástupci MŠ zapojených v programu Přečti v prostorách Knihovny Václava Havla, kde jsme získávali zpětnou vazbu a podněty k vylepšení vzájemné spolupráce.

Pro pedagogy a zaměstnance seniorských zařízení jsme letos uspořádali kromě workshopů věnovaných sdílení dobré praxe i vzdělávací program Problematika mezigeneračního sdílení pro pedagogické pracovníky ZŠ, MŠ, který máme akreditovaný MŠMT.

V listopadu 2023 jsme uspořádali pro naše spolupracovníky, podporovatele a dobrovolníky mezigenerační koncert a oslavu 10. výročí založení Mezi námi, o.p.s. Záštitu nad touto akcí převzala náměstkyně primátora hl. města Prahy, Ing. Alexandra Udženija.

Fotografie a reportáže ze setkání a realizovaných aktivit jsou publikovány na webu, Facebooku a Instagramu Mezi námi, kde je mohou zhlédnout rodiče dětí a příbuzní seniorů. To jim umožní alespoň "na dálku" zažít krásnou atmosféru setkání. Videopozdravy a nahrávky dětí a seniorů jsou veřejně dostupné na Youtube kanálu Mezi námi.

K vyúčtování přikládáme i fotodokumentaci a propagaci, neboť právě fotografie nezaměnitelně přibližují atmosféru setkání. Jsme velmi potěšeni, že akce mají mezi účastníky velký ohlas, senioři i děti se na sebe vždy vzájemně těší.

Finanční prostředky byly použity dle smlouvy na poměrnou část provozních nákladů (nájemné, telefony, internet, cestovné koordinátora), na tisk letáků, materiál a pomůcky na aktivity, školení pro seniory - Proživej pohyb.

Velice děkujeme za podporu, která nám byla v minulém roce poskytnuta a věříme, že nám bude umožněno pokračování našich projektů v propojování generací.

V Praze dne 22.1.2023