

UTW dla społeczności

JAK ZBUDOWAĆ GRUPĘ WOLONTARIACKĄ
I DZIAŁAĆ SPOŁĘCZNIE



towarzystwo
inicjatyw
twórczych



SERIA
sprytnie
rozwiązania

UTW dla społeczności

JAK ZBUDOWAĆ GRUPĘ WOŁONTARIACKĄ
I DZIAŁAĆ SPOŁĘCZNIE

Spis treści

- 4 / **WSTĘP**
- 16 / **BUDOWANIE GRUPY WOLONTARIATU
W STRUKTURACH UTW**
- 34 / **UMOWA O WOLONTARIACIE**
- 38 / **DIAGNOZA POTRZEB LOKALNYCH
I GENEROWANIE POMYSŁU NA DZIAŁANIE**
- 56 / **SZUKANIE PARTNERÓW,
PROMOCJA I EWALUACJA DZIAŁAŃ**
- 72 / **ŚWIĘTOWANIE SUKCESÓW
I PLANOWANIE DALSZYCH DZIAŁAŃ**
- 80 / **POMYSŁY DO ZROBIENIA**

Uniwersytety społecznie zaangażowane

Każdy, kto miał możliwość skorzystania z działalności uniwersytetów trzeciego wieku lub widział uczęszczających na zajęcia rodziców, babcie czy wujków – doskonale wie, jak wielka jest siła tego ruchu. Zajęcia na UTW potrafią sprawić, że osoby, które od dawna tego nie robiły, wyjdą z domu, poznają nowych przyjaciół, będą ćwiczyć umysł i ciało. Ta wielka moc zmieniania indywidualnych losów jest nie do przecenienia.

W Towarzystwie Inicjatyw Twórczych „e” zawsze przyświecał nam cel pobudzania indywidualnej aktywności i budowy nowych kompetencji u uczestników programów oraz działań, ale też staramy się raz na jakiś czas patrzeć z lotu ptaka na sprawy, zjawiska i miejsca także w szerszej perspektywie. Również praca z Polsko-Amerykańską Fundacją Wolności jest dla nas inspiracją i motywacją do takiego spojrzenia.

Z lotu ptaka doskonale widać, że UTW to gigantyczny potencjał, niezwykła siła – ponad 660 ośrodków w całej Polsce i rzesze aktywnych, ciekawych świata i siebie osób starszych. Jak przystało na społecznych innowatorów, zawsze staramy się łączyć dostrzeżone zasoby z zauważonymi potrzebami społecznymi. A problemów, które nas poruszają, jest nieskończenie wiele: niska jakość przestrzeni publicznej, dzieci niemające dostatecznej opieki, luki w systemie opieki nad najstarszymi...

Widząc ten ogrom lokalnych potrzeb z jednej strony i z drugiej wspinała się osób skupionych wokół UTW, pomyśleliśmy, że należy spróbować te światy połączyć. Z takiej myśli, z prób, eksperymentów i badań, które bardziej szczegółowo omawia w swoim wstępie Marcin Górecki, narodził się pomysł na „UTW dla społeczności”.

Podobno prawdziwe innowacje społeczne powstają na styku różnych światów. I tak projekt „UTW dla społeczności” łączy te światy. A osoby starsze odpowiadają na zauważone wyzwania społeczne, same przy tym zyskując nowe umiejętności, doświadczenia, a często także poczucie sensu.

Mieliśmy wystarczająco dużo okazji (60 UTW), by przetestować to rozwiązanie, nauczyć się na własnych błędach i wyciągnąć wnioski. Ta publikacja powstała po to, by dzielić się sprawdzonym modelem działania. Może będziecie chcieli Państwo wcielić go na swoim terenie? Służymy pomocą!



MARTA BIAŁEK-GRACZYK

Prezeska Towarzystwa
Inicjatyw Twórczych „ę”

Polsko-Amerykańska Fundacja Wolności współpracuje ze środowiskiem uniwersytetów trzeciego wieku od 15 lat. W 2004 roku, kiedy spotkaliśmy się pierwszy raz na ogólnopolskiej konferencji UTW w Krakowie, w całym kraju działało około 60 uniwersytetów. Było to dosłownie na chwilę przed spektakularnym rozkwitem ruchu – w 2006 roku było już ponad 100 UTW, a obecnie jest ich już ponad 660! To prawdziwa siła.

Od samego początku widzieliśmy w uniwersytetach trzeciego wieku liderów ruchu aktywizacji rosnącej grupy osób starszych. Aktywizacji, która w naszej opinii ma pozytywne skutki dla samych zainteresowanych, ale też powinna służyć wspólnemu dobru – prowadzić do społecznego i obywatelskiego zaangażowania. Jesteśmy przekonani, że rolą UTW jest zachęcanie swoich słuchaczy do uważności i dostrzegania spraw ważnych w lokalnej społeczności, którymi mogą być rosnąca grupa niesamodzielnych osób czwartego wieku, dzieci i młodzież z zaniedbanych środowisk czy brak porozumienia między pokoleniami skutkujący różnymi konfliktami. We wspólne rozwiązywanie wszystkich tych i innych kwestii mogą się angażować osoby starsze, dysponujące czasem i nieocenionymi zasobami: wiedzą życiową, bogatymi doświadczeniami i wachlarzem umiejętności zdobytymi podczas życia zawodowego i rodzinnego i, co ważne, różnorodnymi pasjami. Wolontariat pozwala swoje zainteresowania i bżki przekuć

w coś, co pozytywnie zmienia rzeczywistość, otoczenie lub pomaga innym ludziom. Wiemy to na podstawie kilkunastoletnich doświadczeń współpracy z animatorami 60+ w ramach konkursu „Seniorzy w akcji” oraz sześciu edycji projektu „UTW dla społeczności”.

Oddajemy w Państwa ręce opisaną i przetestowaną metodę – teorię i praktykę, gotowe scenariusze, garść inspiracji, które pokazują, jak słuchacze uniwersytetów mogą angażować się na rzecz swojego otoczenia. Gorąco zachęcamy do bezpośredniego kontaktu i rozmów z UTW, które prowadzą grupy wolontariatu i działań społecznych (ich lista znajduje się na stronie utw.seniorzywakcji.pl). Ich entuzjazm, satysfakcja, poczucie spełnienia z pewnością najbardziej Państwa przekonają! Jestem pewna, że usłyszą Państwo zdanie podobne do tego, które ja niejednokrotnie słyszę od seniorów zaangażowanych w wolontariat: *Kiedy koleżanka zaproponowała mi udział w projekcie/działaniach, zupełnie się w tym nie widziałam/widziałem, a potem okazało się to jedną z najwspanialszych przygód mojego życia.*



KATARZYNA ŚWIĄTKIEWICZ

Kierownik programowy
Polsko-Amerykańska
Fundacja Wolności

wstęp

Kilka słów o projekcie „UTW dla społeczności”

MARCIN GÓRECKI

W 2012 roku Towarzystwo Inicjatyw Twórczych „ę” we współpracy z Polsko-Amerykańską Fundacją Wolności przeprowadziło ogólnopolskie badanie „Zoom na UTW”¹. Diagnoza pokazała, że jedną z cech charakteryzujących uniwersytety trzeciego wieku jest elitarność, czyli prowadzenie działań dla wąskiej (w porównaniu z całą grupą 60+ w społeczności) grupy odbiorców, względnie niewielka rozpoznawalność w lokalnym środowisku i niska aktywność społeczna słuchaczy. Tę kwestię sygnalizowały również wyniki badań poziomu zaangażowania społecznego seniorów w poszczególnych krajach Unii Europejskiej, w których to badaniach Polska znalazła się w 2012 roku na ostatnim, 28. miejscu².

Szukając sposobu na przełamanie owej elitarności, spotkaliśmy się z przedstawicielami 21 UTW z całej Polski. W oparciu o konkluzje z tego spotkania w 2013 roku powstał projekt „UTW dla społeczności”. Zakładał uruchamianie w strukturach uniwersytetów grup wolontariatu, które zwiększałyby aktywność słuchaczy na rzecz społeczności lokalnych. Projekt w ciągu następnych sześciu lat przyciągnął do siebie 60 UTW z całej Polski. W jego ramach zostało przeszkolonych 180 osób, które w przeważającej większości zbudowały na swoich uniwersytetach grupy wolontariatu zrzeszające średnio od 8 do 12 osób.

Sześć edycji projektu „UTW dla społeczności” pozwoliło na wypracowanie i przetestowanie modelu uruchamiania i pracy grup wolontariatu na uniwersytetach trzeciego wieku, a jego skuteczność potwierdziła ewaluacja przeprowadzona na 36 UTW z pierwszych czterech

1. Raport z badania „Zoom na UTW”, Warszawa 2012: http://e.org.pl/wp-content/uploads/2013/02/Zoom_na_utw_skr%C3%B3cony_raport_z_badania.pdf.

2. PUBLIKACJA: <http://utw.seniorzywakcji.pl/utw-dla-spoleczności-co-wynika-z-badan-podsumowanie-ewaluacji-czterech-edycji/>

edycji. Pracowaliśmy warsztatowo z przedstawicielami i przedstawicielkami UTW z różnych regionów Polski, różnej wielkości i o odmiennych doświadczeniach, z jednej strony wspierając grupy wolontariackie na każdym etapie ich budowania i działania, a z drugiej zbierając doświadczenia potrzebne do stworzenia modelowego rozwiązania, aby mogły go wdrożyć kolejne uniwersytety trzeciego wieku.

Projekt przyczynił się również do powstania „Sieci UTW Zaangażowanych Społecznie”, stanowiącej platformę wymiany doświadczeń i promowania aktywności społecznej UTW.

Otwieranie się UTW na społeczność lokalną

3. <https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/edukacja/edukacja/universytety-trzeciego-wieku-w-polsce-w-2018-r-,10,2.html>

Liczba uniwersytetów trzeciego wieku w Polsce wciąż rośnie. W 2018 roku było ich już 640, jednak wśród badanych w tym samym roku placówek mniej niż połowa prowadziła działania społeczne³.

4. <https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/edukacja/edukacja/universytety-trzeciego-wieku-w-polsce-w-2018-r-,10,2.html>

Blisko połowa (44,7%) UTW w 2018 roku była prowadzona przez stowarzyszenia lub fundacje specjalnie powstałe do ich obsługi i realizacji ich celów⁴. Oznacza to, że członkowie tych uniwersytetów trzeciego wieku pracą społeczną – w zarządzie, w radzie programowej, czy jako kierownicy danych sekcji – przyczyniają się do rozwoju swoich placówek, dbają o finansowanie, zajmują się przyciąganiem nowych słuchaczy i planowaniem zajęć. Stąd często spotykamy się z twierdzeniem, że sama działalność UTW opiera się na pracy wolontariackiej. Trudno się z tym nie zgodzić, biorąc pod uwagę, że zarządzanie całą strukturą UTW jest często pełnoetatowym zajęciem. Należy jednak zwrócić uwagę, że w interesie wszystkich podmiotów zarządzających UTW, nie tylko tych stowarzyszeniowych, ale również instytucjonalnych, jak np. domy kultury, jest aktywność słuchaczy i wychodzenie z działaniami poza strukturę uczelni. Zwiększanie samodzielności i demokratyzacja

uniwersytetów prowadzonych przez instytucje przyczyniają się do wzrostu poczucia podmiotowości wśród słuchaczy i przejmowania przez nich odpowiedzialności za rozwój placówki.

Większa aktywność osób starszych to korzyść całego społeczeństwa. Każde wspólne działanie na rzecz rozwoju społeczności lokalnej prowadzi do budowania demokracji na podstawowym poziomie i odbudowuje zaufanie społeczne.

Wymieńmy i krótko scharakteryzujmy najważniejsze, naszym zdaniem, **korzyści działalności wolontariackiej** otwierającej się na inne grupy:

PROMOWANIE AKTYWNEJ POSTAWY I WZROST POCZUCIA SPRAWCZOŚCI WŚRÓD SŁUCHACZY

sekcja wolontariatu pokazuje innym uczestnikom UTW, że mogą nie tylko korzystać z zajęć przygotowanych przez organizatorów uczelni, ale też proponować nowe aktywności i poszerzać ofertę UTW, a tym samym mieć wpływ na jego charakter i rozwój.

WIĘKSZA ROZPOZNAWALNOŚĆ UTW W ŚRODOWISKU LOKALNYM

dzięki wychodzeniu z działaniami poza mury uczelni, poprzez działania międzypokoleniowe i dla innych grup społecznych, uniwersytety trzeciego wieku są bardziej widoczne, a także zaczynają być kojarzone nie tylko z rolą edukacyjną, ale także integracyjną i aktywizującą.

UTW JAKO PARTNER DLA WŁADZ LOKALNYCH

silniejsze, rozpoznawalne w lokalnym środowisku UTW przestają pełnić rolę klientów, którzy muszą walczyć o fundusze, a stają się równoprawnym partnerem mającym wpływ na życie coraz większej części mieszkańców swoich miejscowości i o którego przychyłność należy zabiegać.

ZMIANA POSTRZEGANIA OSÓB 60+

działający społecznie słuchacze UTW przyczyniają się do przełamywania stereotypów dotyczących seniorów. Pokazują, że czas na emeryturze to możliwość samorealizacji i cieszenia się z życia oraz przede wszystkim wnoszenia do życia społecznego pozytywnego wkładu, jakim jest wolontariat.

DIALOG MIĘDZYPOKOLENIOWY

wolontariat osób 60+ kreuje wzorce dla innych grup wiekowych: pokazuje postawę obywatelską, czyli angażowanie się w życie społeczności lokalnej i przyczynia się do jej rozwoju. Choć to z reguły UTW wychodzi z inicjatywą do innej grupy, to w swoich działaniach międzypokoleniowych pozyskuje od drugiej strony energię oraz inny punkt widzenia świata, dzięki czemu łatwiej jest w przyszłości budować relacje między różnymi generacjami.

POSZERZENIE WACHLARZA OFERTY UTW

sekcja wolontariatu to również kolejna forma samorealizacji, którą mogą wybierać słuchacze. Uzupełnia szereg zajęć językowych, artystycznych i sportowych o możliwość innego działania. Należy pamiętać, że im szersza oferta, tym więcej słuchaczy, czyli więcej aktywnych osób 60+. To także możliwość wprowadzania nowej jakości współdziałania, opierającego się na wzajemnym słuchaniu i zespołowym podejmowaniu decyzji.

Jak korzystać z modelu „UTW dla społeczności”?

Proponowany przez nas model „UTW dla społeczności” pokazuje proces budowania i działania grupy wolontariatu. Zrealizowanie kolejnych czterech etapów pozwala osiągnąć założony cel. Tym celem może być mniej lub bardziej konkretny efekt, np. spektakl teatralny, gra miejska albo system pomocy osobom starszym zależnym. To z kolei przekłada się na realne korzyści dla

BUDOWANIE
grupy wolontariatu

DIAGNOZA potrzeb lokalnych
i **GENEROWANIE** pomysłu
na działanie

SZUKANIE partnerów,
PROMOCJA
i **EWALUACJA** działań

ŚWIĘTOWANIE
sukcesów
i **PLANOWANIE**
dalszych działań

społeczności lokalnej, jak zawiązanie relacji międzypokoleniowych czy poprawa jakości życia określonej grupy mieszkańców. Ale ważnym celem modelu jest też wypracowanie przez grupę mechanizmów, które pozwolą jej działać w przyszłości. Korzystanie z modelu pomaga wyciągnąć wnioski dotyczące mocnych i słabych stron zespołu, odszukać moment, w którym warto się zatrzymać i wprowadzić potrzebne zmiany.

Aby osiągnąć zaplanowane cele, czyli zespołowo zrealizować pomysł i stworzyć grunt dla przyszłych działań, model należy traktować całościowo, czyli wykonać wszystkie kroki składające się na poszczególne etapy.

BUDOWANIE grupy wolontariatu

- krok 1 **zawiązanie grupy**
- krok 2 **zadania lidera**
- krok 3 **role w grupie**
- krok 4 **komunikacja w grupie**
- krok 5 **kontrakt grupowy**

- krok 1 **poszerzenie definicji wolontariatu**
- krok 2 **potencjał członków grupy**
- krok 3 **diagnoza potrzeb lokalnych**
- krok 4 **generowanie pomysłu na działanie**
- krok 5 **określenie grupy odbiorców**
- krok 6 **określenie celu działania**
- krok 7 **harmonogram**

DIAGNOZA potrzeb lokalnych i GENEROWANIE pomysłu na działanie

SZUKANIE partnerów, PROMOCJA i EWALUACJA działań

- krok 1 **badanie lokalnego potencjału**
- krok 2 **tworzenie kosztorysu**
- krok 3 **pozyskiwanie środków na działanie**
- krok 4 **promocja**
- krok 5 **ewaluacja działań**

- krok 1 **świętowanie sukcesów**
- krok 2 **prezentacja działań na forum UTW**
- krok 3 **podsumowanie działań i planowanie**

ŚWIĘTOWANIE sukcesów i PLANOWANIE dalszych działań

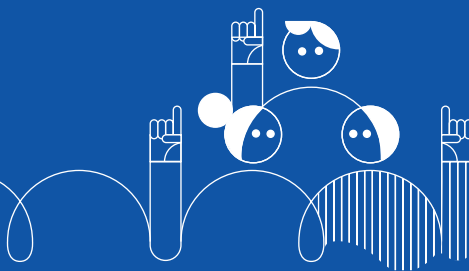
W publikacji posługujemy się pojęciami wolontariatu i działań społecznych, traktując je równoważnie, uznawszy, że oznaczają ten sam rodzaj aktywności i można je stosować wymiennie.

Całość uzupełniona jest o sześć pomysłów na działania społeczne, które mogą posłużyć za inspirację. Pochodzą z różnych miejsc: Jędrzejów, Legionowo, Puławy, Wodzisław Śląski, Wrocław, Zielonka.



/ fot. Anna Liminowicz

1



BUDOWANIE grupy wolontariatu

krok 1 **zawiązanie grupy**

krok 2 **zadania lidera**

krok 3 **role w grupie**

krok 4 **komunikacja w grupie**

krok 5 **kontrakt grupowy**

Budowanie grupy wolontariatu w strukturach UTW

DOROTA OGRODZKA

W ostatnich latach obserwujemy wiele niepokojących procesów społecznych i kulturowych, mówi się o rozpadzie więzi, o bierności i pasywności, o nieświadomości obywatelskiej, o konfliktach przenikających sferę publiczną, czy nawet o kryzysie wspólnot lokalnych. Jednocześnie, niejako w odpowiedzi czy na drugim biegunie tych zjawisk, pojawiają się jaskółki nadziei, przeblęski światła, pozytywne fenomeny, które pozwalają wierzyć w to, że jako społeczeństwo jesteśmy w stanie wspierać się wzajemnie, odnawiać i razem działać w konstruktywny sposób, niezależnie od różnic i pomimo trudności.

Zjawiska te można nazwać wspólnym mianem kultury społecznej, czyli takiej, która wytwarza się pomiędzy indywidualnym, codziennym doświadczeniem pojedynczych osób a światem instytucji programujących kulturę i sztukę. Kultura społeczna to oddolnie powstałe organizacje, spontanicznie realizowane pomysły i przedsięwzięcia. To ludzie, którzy sprawy swoich podwórek, osiedli, miast, regionów biorą w swoje ręce – zrzeszając się we wspólnym pragnieniu czynienia świata bardziej przyjaznym miejscem do życia. Wiele takich osób spotyka się na uniwersytetach trzeciego wieku. Są lokalnymi liderami szukającymi możliwości rozwoju, twórczego spędzenia czasu, poszerzenia horyzontów, nabycia nowych umiejętności, nawiązania nowych relacji.

Programy uniwersytetów trzeciego wieku to na ogół bogata oferta zajęć: można tu nauczyć się angielskiego, praktykować jogę, grać w teatrze czy śpiewać w chórze. Zainteresowania, na które wcześniej

brakowało czasu, teraz mają szansę się rozwinąć. Zdobytą wiedzę i umiejętności dostarczają radości i dają nową perspektywę. Cotygodniowy plan zajęć często uzupełniany jest o wspólne wycieczki i okolicznościowe wydarzenia, zaś grono słuchaczy z czasem przekształca się w aktywne środowisko towarzyskie.

Uniwersytety trzeciego wieku to miejsca z ogromnym potencjałem. Gromadzą przecież ludzi, którzy mają różnorodne doświadczenia zawodowe i życiowe oraz ochotę, by je poszerzać, a często także potrzebę wychodzenia z działaniami poza mury UTW. I tak obok sekcji artystycznych, naukowych czy ekologicznych powstają sekcje działania społecznego lub inaczej: sekcje wolontariatu. Program „UTW dla społeczności” jest właśnie zachętą do tworzenia takich grup, zaproszeniem do przygody z otwieraniem się uniwersytetów trzeciego wieku na okolice i społeczność.

Jak grupy te powstają? Co jest inspiracją do ich powoływania? Jak wyglądają pierwsze kroki, działania, przygotowania? O tym właśnie opowiada ten rozdział.

Krok 1. Zawiązanie grupy

Uniwersytety trzeciego wieku bywają bardzo różne – małe i ogromne, działające w rozległych miastach lub niewielkich wioskach. Często obok siebie funkcjonuje kilka seniorskich uczelni, a niekiedy UTW to jedyna w miejscowości organizacja kierująca swoje zaproszenie do osób powyżej 50. roku życia.

Grupy wolontariackie również mogą powstawać na różne sposoby i z różnych powodów. Czasami jest to pomysł kogoś z zarządu lub słuchacza jednej z sekcji. Czasami – efekt wcześniejszej współpracy z jakąś instytucją: szkołą, przedszkolem czy świetlicą. Często zaczynam zespołu jest pojedynczy pomysł na działanie, który okazuje się zbyt szeroki, by zamknąć go w czterech ścianach UTW – wymaga kooperacji, szukania sojuszników, wyjścia na zewnątrz. Zdarza się też,

że powodem jest dostrzeżony przez słuchaczy problem lub ważny dla nich temat, wobec którego nie mogą pozostać obojętni. Chcą coś zrobić. Dla innych, z innymi. Nie zawsze wiedzą, jak się do tego zabrać, ale mają pomysły na to, jak rozwiązać palące kwestie swojego otoczenia. Postanawiają zebrać się w grupę i poświęcić trochę czasu wspólnemu działaniu na rzecz lokalnej społeczności.



PRZEKAZYWANIE PAŁECZKI

Na Uniwersytecie Trzeciego Wieku w Puławach grupa działań społecznych powstała w wyniku inicjatywy zarządu. Bardzo szybko okazało się, że zainteresowania i chęci słuchaczy, którzy przyszli na spotkanie grupy, wiążą się z teatrem, a jedna z osób uczestniczących w spotkaniu ma doświadczenie w pracy twórczej oraz w prowadzeniu zajęć teatralnych. W sposób naturalny stała się liderką grupy i przejęła inicjatywę. Zespół pod merytorycznym kierownictwem liderki przygotował cykl działań polegających na czytaniu bajek w przestrzeni publicznej oraz spektakl pokazywany w przedszkolach i szkołach.



/ fot. Krzysztof Pacholak

Niezależnie, czy sekcja wolontariacka powstaje spontanicznie, na fali konkretnego pomysłu, czy jest zakładana programowo na początku roku akademickiego jako jedna z grup działających na UTW, czy też wyłania się spośród innych działań sekcji, warto, by była to świadoma decyzja, omówiona na spotkaniu i by zaproszenie do współpracy było otwarte dla wszystkich chętnych osób.

Co to znaczy, że decyzja o stworzeniu lub ukonstytuowaniu grupy działań społecznych jest świadoma?

Ważne jest pierwsze spotkanie. Możecie zorganizować je w gronie zwołanym spontanicznie, w kilka osób zainteresowanych taką pracą. Możecie przekazać zaproszenie na wspólnym wykładzie lub na spotkaniach sekcji, w ten sposób zgromadzicie więcej osób (także tych, o których nie wiecie, że mogłyby być chętne) gotowych do działania na rzecz społeczności.

Pierwsze spotkanie powinno być rozmową, okazją do podzielenia się przemyśleniami, wzajemnego wysłuchania i omówienia kilku kluczowych tematów, warto zadać sobie pytania:

- / Czym dla was jest działanie społeczne?
- / Jak je rozumiecie? Co ono oznacza? Jakie wartości utożsamiacie z wolontariatem?
- / Jakie macie motywacje do podejmowania takich działań?
- / Jakie macie oczekiwania wobec działania w takiej grupie? Jakie wątpliwości?

Do podjęcia takiej rozmowy niezwykle przydatne mogą być proste formy warsztatowe. Zarówno gdy uczestnicy i uczestniczki dobrze się znają (wtedy te proste ćwiczenia pomagają przekroczyć poczucie oczywistości: „przecież tak długo się znamy, niejedno razem zrobiliśmy, wszystko jest jasne”), jak i wówczas, gdy spotykają się nowe osoby (wtedy dzięki tym formom przełamana zostaje nieśmiałość i poczucie sztuczności sytuacji).



MAPA WARTOŚCI

ĆWICZENIE NA POCZĄTEK

Rozdajcie białe kartki. Umówcie się, że każda osoba zapisuje na kartce dużymi literami jedno słowo, które kojarzy jej się z hasłem „działanie społeczne”/„wolontariat”. Następnie wyłóżcie kartki na stół lub pokażcie je sobie. Kolejno opowiedzcie, dlaczego wybraliście akurat te słowa. Sprawdźcie, czy się powtarzają, czy raczej od siebie różnią. Porozmawiajcie o tych podobieństwach i odmiennościach. Jest spora szansa, że w niezwykle sposób poszerzy to wasze rozumienie wolontariatu i działania społecznego, a ponadto pomoże poznać różne perspektywy i doświadczenia.

Przy powstawaniu grupy takie „rozmowy założycielskie” traktujące o podstawach waszej pracy, sprawach pozornie najprostszych, są nie do przecenienia. Może się okazać, że dla niektórych osób działanie społeczne wiąże się przede wszystkim z niesieniem pomocy i wsparcia, dla innych zaś oznacza rozbudzanie kreatywności, przekazywanie inspiracji, czy zaszczepianie nowych idei. Te podejścia nie muszą się wykluczać, a wręcz przeciwnie – mogą twórczo uzupełniać, jednak warto zdawać sobie z nich sprawę i na samym początku powstawania grupy decydować o tym, jak będziecie rozkładać akcenty w swoich działaniach.

Tworzenie mapy wartości daje również szansę na rozmowę o motywacjach zaangażowania i korzyściach, które jako uczestnicy i uczestniczki sekcji działania lokalnego będziecie czerpać ze wspólnej pracy. Wolontariat to praca nieodpłatna. Jednak nie bezinteresowna. Wolontariusze nie otrzymują pieniędzy, jednak dostają „zapłatę” w innej walucie. Może być to satysfakcja, czerpanie radości, poczucie bycia potrzebnym, przyjemność kooperacji z innymi, spełnienie związane z dawaniem inspiracji czy przekazywaniem swojej wiedzy, umiejętności, doświadczenia.

Od początku, gdy zakładacie grupę działania lokalnego, warto więc mówić o korzyściach. Nie chodzi tu o merkantylny wymiar zysku, raczej o to, co jako wolontariusze działający z innymi i dla innych możecie sami

czerpać z tej sytuacji. To czerpanie jest paliwem dla silnika waszej grupy! W projekcie „UTW dla społeczności” często podkreślamy, że działanie społeczne może być przyjemne, a nawet zachęcamy podejmujące je osoby, by podążały za tym, co je pociąga, co sprawia im frajdę, co dodaje energii. Takie podejście nie umniejsza wagi realizowanych projektów, także ich solidarnościowego czy pomocowego wymiaru. Zdejmuje jedynie pewien ciężar poświęcenia, który w naszym kraju i kontekście społecznym często nakładany jest na pracę społeczną. Zadajcie sobie pytania o swoje korzyści i motywacje:

- / Po co chcecie działać ze społecznością?
- / Dlaczego chcecie to robić? Co was ku temu pociąga?
- / Co będziecie z tego mieli i miały?
- / Co wam to da, przyniesie?

Powtórzmy: działanie społeczne nigdy nie jest w pełni bezinteresowne. Nawet jeśli trudno wskazać bezpośrednie korzyści dla wolontariuszy, to przyczynia się do ogólnego dobrostanu społecznego i tym samym działa na korzyść wszystkich członków społeczności.

Krok 2. Zadania lidera

„Zmieniamy świat. I wierzę, że możemy go zmieniać na trochę lepszy” – mówił Janusz Byszewski, odnosząc się do pracy animatorów i animatorek kultury oraz liderów i liderek działań społecznych w filmie „DLA. Animacja KULTURY” zrealizowanym w 2004 roku przez Towarzystwo Inicjatyw Twórczych „e”. Choć to stwierdzenie może wydawać się ogólne i nieco naiwne, to jednocześnie trafia w sedno i nazywa ważne cele tego typu pracy. Zmiana i dążenie, by świat był miejscem bardziej przyjaznym, otwartym, sprzyjającym ludziom i grupom o różnych potrzebach. Aktywność na rzecz dobrostanu i komunikacji, a także w odpowiedzi na własne i obserwowane wokół siebie potrzeby. Te zadania stoją przed osobami, które podejmują się działania społecznego. Ich

realizacja wymaga sporej uważności, intuicji i niemałych umiejętności komunikacyjnych oraz twórczych. Animatorzy kultury czy animatorzy społeczni coraz częściej są wymyślnymi, wszechstronnymi artystami, a także wysokiej klasy profesjonalistami, jednak, jesteśmy przekonani, na początek wystarczają chęć i decyzja o przyjęciu postawy nakierowanej na współdziałanie z innymi. Animator czy animatorka, który lub która inicjuje działanie, może czerpać z doświadczenia zawodowego (współpracy z innymi, kierowania zadaniami i zespołami, produkcji wydarzeń, pracy w kulturze), jednak może być, w sensie wykształcenia i doświadczenia zawodowego, amatorem.

Przy zakładaniu grupy wolontariatu w strukturach UTW również w kontekście liderstwa może pojawić się kilka scenariuszy. Może być to inicjatywa jednej osoby, której pomysł i energia przyciągną innych. Impuls może również pochodzić od kilku liderów, którzy między sobą ustalają wstępny plan i włączają innych. Może być też tak, że choć pomysł na działanie pochodzi od konkretnej osoby, to nie czuje się ona na siłach, by przewodzić grupie i woli oddać przywództwo w ręce kolegów lub koleżanek. W niektórych grupach przywództwo jest rotacyjne.

Przywództwo i liderstwo to złożony temat. Istnieją różne podejścia do tego, co to znaczy być dobrym liderem. Według niektórych wykładni może to oznaczać osobę skuteczną, która potrafi doprowadzić sprawnie do realizacji zadania. Inne podejścia mogą bardziej akcentować umiejętność kierowania zespołem, wydobywania potencjału jego członków, oddawanie pola współpracownikom i dbanie o atmosferę oraz demokrację grupy.

Właściwie oba te podejścia (a może być ich znacznie więcej) wydają się sensowne. Lider czy liderka, albo też liderek grupa, ma za zadanie z jednej strony zbudować zespół, zadbać o jego komunikację, relacje w grupie i rozpoznać potencjał uczestników, z drugiej jednak strony ma też wziąć odpowiedzialność, dzieląc się nią ze współpracownikami, za realizację zadania. W projekcie „UTW dla społeczności” podkreślamy, że balans pomiędzy tymi dwoma polami – zespołu i zadania – jest ważnym elementem powodzenia i mądrego prowadzenia działań. Oczywiście trzecim, kluczowym czynnikiem jest cały

obszar związany z diagnozą potrzeb i tematów przeprowadzoną w taki sposób, by działanie realnie wyrastało z lokalnego kontekstu i było adekwatne do środowiska, w którym jest tworzone. O tym jednak opowiadają kolejne rozdziały.



OPOWIEŚCI

O BYCIU LIDEREM

Poproś członków i członkinie grupy o dobranie się w pary. Następnie poproś, by pomyśleli o jednej sytuacji z życia (dowolnej, może być nawet z odległej przeszłości), kiedy stali na czele jakiejś grupy, sytuacji, działania (mogło to być na UTW, w pracy, w rodzinie, na osiedlu, w gronie towarzyskim). Niech pomyślą o sytuacji, którą uznają za udaną i pomyślnie zakończoną. Poproś, by w parach nawzajem opowiedzieli sobie te historie, możliwie szczegółowo i z osobistej perspektywy. Pytania pomocnicze, które możecie sobie zadać przy formułowaniu historii:

- Co było głównym tematem sytuacji/działania?
- Jak doszło do tego, że zostateś/zostałaś liderem tej sytuacji?
- Jakie działania, zachowania, postawy pomogły ci w poprowadzeniu tej sytuacji?
- Jakie były trudności?
- Co było pomocne?
- Co wyszło najlepiej?
- Czego się nauczyłeś/nauczyłaś?

W trakcie gdy jedna osoba z pary mówi, druga, słuchając, może zapisać dwa, trzy słowa kluczowe, za pomocą których uchwyci sposób działania osoby opowiadającej historię.

Po zakończonych opowieściach pary wzajemnie przekazują sobie informację zwrotną. Chodzi o to, by każda osoba dostała od partnera rozmowy odpowiedź pozwalającą nazwać/dostrzec własne mocne strony, ważne w byciu liderem.

To ćwiczenie pomaga zmienić perspektywę i pomyśleć o liderstwie jako o postawie i roli, którą każdy z nas może przyjmować w inny sposób. W pewnym sensie wszyscy członkowie grup działań społecznych na UTW są lokalnymi liderami. Pociągają ludzi do działania, wspierają, rozpoznają potencjał, proponują aktywności.



Na UTW w Rzeszowie, który realizował swój projekt w IV edycji projektu, jednym z najbardziej wzruszających momentów podczas podsumowania było wyznanie liderki zespołu, która przyznała, że na początku stosowała zbyt autorytarny model zarządzania i była zbyt dyrektywna, nie zostawiając innym osobom dość przestrzeni do zabierania głosu i podejmowania inicjatywy. Gdy trafiła do szpitala tuż przed finalem działań, próbowała wszystko kontrolować telefonicznie. Jednak szybko okazało się, że zespół potrafi poradzić sobie bez niej i skutecznie doprowadzić sprawę do zamierzonego celu. Wtedy zrozumiała, że właśnie to jest jej, jako osoby stojącej na czele grupy, prawdziwym sukcesem.



/ fot. Krzysztof Pacholak

Rolą lidera jest więc kierowanie pracami zespołu i zadaniem. Można to robić na różne sposoby, różne może też być rozłożenie akcentów. Ważne, by grupa wspólnie zgodziła się na to, jak będzie pracować, jak zarządzać swoimi działaniami, jak dzielić zadania i odpowiedzialność.

Według jednej z koncepcji liderstwa, coraz prężniej się rozwijającej i związanej z ruchem tzw. turkusowych organizacji, czyli takich, które odrzucają model hierarchicznego zarządzania i władzy i dążą do demokratycznej, „płaskiej” struktury, mówi się o dwóch kryteriach dobrego przewodzenia. Po pierwsze, skala decyzyjności odpowiada skali odpowiedzialności, a mówiąc prościej – osoba, która decyduje, jednocześnie bierze odpowiedzialność za realizację działań i podział zadań. Jednak jeszcze ciekawszym kryterium jest „niewidoczność”. W myśl tej zasady dobry lider to ten, który potrafi w taki sposób zbudować i zaangażować zespół, że przestaje być potrzebny, a w każdym razie jego nieobecność nie oznacza końca działań grupy.

Według Lao Tse o wielkim przywódcy świadczą słowa ludzi: „Sami to zrobiliśmy”. Nie musi przy tym chodzić o to, że lider jest zupełnie niewidoczny, czy – co gorsza – niedoceniany. Raczej o umiejętność niezależniania działań i osób od siebie, o zdolność angażowania innych, dzielenia się odpowiedzialnością, poczuciem wpływu, inicjatywy, uruchamiania grupy do samorządnego i samodzielnego działania.

Bycie na czele grupy czy projektu wymaga dużej świadomości, a także dystansu do swojej roli. Łatwo bowiem stracić z oczu innych członków zespołu, w rozpędzie wykonywania zadań zapomnieć o tym, że uczestniczą w nich ludzie o różnych stylach działania i różnych sposobach bycia. Charyzma i wizja wyrazistych liderów nie może zastąpić czy wyeliminować słuchania, otwartości na głos grupy, umiejętności włączania ludzi i angażowania ich oraz dzielenia się odpowiedzialnością.

Krok 3. Role w grupie

Grupa działań społecznych na UTW, która zaczyna pracować razem, staje się zespołem, a to znaczy, że podlega prawom procesu grupowego i że – siłą rzeczy – wyłaniają się w tym zespole role. Jednym z najważniejszych

teoretyków zajmujących się kwestią ról w grupie jest brytyjski badacz Meredith Belbin, który proponuje spojrzeć na każdy zespół przez pryzmat dziewięciu ról grupowych.

Oczywiście jest to tylko teoretyczny model, który w rzeczywistości nigdy nie realizuje się dokładnie i w idealnej formie, jednak nazwane przez Belbina predyspozycje i zachowania właściwe dla każdej z ról możemy często zobaczyć w pracy zespołowej.

W projekcie „UTW dla społeczności” zachęcamy uczestników i uczestniczki do namysłu nad tym, jak w ich zespole rozkładają się role grupowe oraz jakie cechy i predyspozycje wykazują członkowie i członkinie grupy. Dzięki tej świadomości grupa po pierwsze może lepiej rozdzielać zadania, tak by każda osoba zajmowała się tym, co dobrze jej wychodzi i co ją pociąga. Po drugie zespół może świadomie pracować nad tym, by poszerzać swój skład o osoby reprezentujące brakujące role, lub – jeśli nie jest to możliwe – w świadomy sposób decydować, że członkowie i członkinie grupy przyjmą na siebie nawet te zadania, które nie przychodzą im z największą łatwością czy naturalnością.

Rozpoznanie, kto najczęściej wchodzi w jaką rolę, pozwala też uniknąć wielu konfliktów i wzajemnie lepiej się zrozumieć. Dzięki wiedzy o tym, że „lokomotywa” zwykle przebiega w kierunku realizacji zadań, „kreatorka” lubi rozstrzygać nowe pomysły i szybko się nudzi, zaś „perfekcjonista” będzie zwracał uwagę na potencjalne słabe punkty i przestrzegał przed ryzykiem, członkowie grupy będą w stanie uniknąć frustracji i kłótni o to, kto ma rację. Nie chodzi tu bowiem o rację – w pewnym sensie mają ją wszyscy. Różnorodność perspektyw jest korzyścią – dzięki różnym mocnym stronom i spojrzeniom przedsięwzięcie społeczne nie tylko może się udać i sprawiać satysfakcję, ale również być bogatsze, mądrzejsze i lepiej zaprojektowane.

Doświadczenie projektu „UTW dla społeczności” pokazuje, że najlepiej – dla siebie i innych – działają te zespoły, które świadomie dzielą się zadaniami i doceniają ważność wszystkich ról w grupie, zarówno tych bardziej widocznych, jak i tych z zaplecza.

ROLE GRUPOWE WEDŁUG BELBINA¹

1. Na podstawie materiałów ze strony belbin.pl.

Prezentowany poniżej spis jest modelem teoretycznym, więc opisuje rzeczywistość schematycznie.

Warto pamiętać, że opis ról to nie opis tożsamości. Nie mówi o tym, jaki się ma charakter, osobowość, czy jakim jest się człowiekiem.

To role, a więc – jak w teatrze – pewne scenariusze i struktury, które można realizować, ale też zmieniać. Wchodzenie w niektóre z nich przychodzi nam naturalnie, inne wymagają wysiłku. Zachęcając uczestników do rozpoznania swojej roli, mamy na myśli predyspozycje i skłonności.

POSZUKIWACZ/POSZUKIWACZKA ŹRÓDEŁ – chętnie odkrywa nowe możliwości i nowe kontakty, może wykazywać nieco nadmierny optymizm i tracić zapał, gdy opadnie pierwszy entuzjazm.

DUSZA ZESPOŁU – stawia na komunikację, łagodzi konflikty, słucha, lubi współpracować. Unika konfrontacji, trudno mu/jej podejmować decyzje w kryzysowych sytuacjach.

KOORDYNATOR/KOORDYNATORKA – rozpoznaje talenty ludzi wokół, potrafi delegować zadania i doprecyzowywać cele. Może się wydawać, że pozbywa się pracy i „tylko” rozdziela zadania innym.

EWALUATOR/EWALUATORKA – celnie i wnikliwie osądza rozwiązania, myśli strategicznie i krytycznie (niekiedy nadmiernie), czasami może mu brakować siły i pomysłu do inspirowania innych.

SPECJALISTA/SPECJALISTKA – skupiony na konkretnych zadaniach, wnosi zazwyczaj specjalistyczne umiejętności i wiedzę, jest oddany/a konkretnym działaniom. Może zbyt wiele uwagi poświęcać wąskim problemom i szczegółom, nie widząc szerszego kontekstu.

LOKOMOTYWA – działa z dużą energią i sprawczością, potrafi przezwyciężać przeszkody. Może mieć tendencję do pomijania innych osób i nieuważności w komunikacji.

PERFEKCJONISTA/PERFEKCJONISTKA – wyszukuje błędy i niedociągnięcia, poprawia, ulepsza, zabezpiecza. Może być zbyt skrupulatny na szczegółach i mieć tendencje do zamartwiania się.

IMPLEMENTUJĄCY/IMPLEMENTUJĄCA – umie organizować w sposób praktyczny prace, przekuć idee na działania. Może być nie zawsze otwarty/otwarta na zmiany i nowe możliwości.

KREATOR/KREATORKA – myśli niestereotypowo, ciągle generuje nowe pomysły i rozwiązania. Ignoruje szczegóły i sprawy poboczne, może też być nieuważny/nieuważna w komunikacji.

Prawdopodobnie każda osoba może rozpoznać w sobie elementy wielu ról. Ten spis pomaga docenić swoje mocne strony, ewentualnie pracować nad słabszymi bądź mieć ich świadomość, a także – co najważniejsze – dzielić się zadaniami i uczyć współpracy.

Zachęcamy do traktowania tej listy elastycznie i z przymrużeniem oka. Jej wykorzystanie do przyjrzenia się zespołowi może pomóc w budowaniu grupy działania społecznego w oparciu o wzajemny szacunek i wszystkie cenne wartości, umiejętności i postawy, które wnoszą członkowie i członkinie.

Przy rozpoczęciu pracy nad konkretnym projektem zawsze zachęcamy do podziału zadań. To pomaga uniknąć przeciążenia jednej osoby, frustracji i nieporozumień, a w efekcie też – rozczarowań i części niepowodzeń. Współpraca, dzielenie się obowiązkami, wsparcie i wymiana doświadczeń dają ogromną satysfakcję i pozwalają na rozłożenie odpowiedzialności, tak by nie spoczywała na barkach jednej osoby. Grupy wolontariackie z UTW z wszystkich sześciu edycji projektu często podkreślają, że wspólna praca dostarcza im niezwykłych przeżyć, stymuluje nowe więzi, buduje zaufanie i pozwala dostrzec w innych osobach możliwości, których się wcześniej nie znało.

Krok 4. Komunikacja w grupie

2. Anne Morrow Lindbergh, *Gift from the Sea*, Random House, Nowy Jork 1991, tłumaczenie własne.

„Dobra rozmowa jest jak czarna kawa. Tak samo pobudza i tak samo trudno po niej zasnąć”² – pisała Anne Morrow Lindbergh, amerykańska eseistka i lotniczka. Nie ma nic prostszego i bardziej naturalnego niż rozmowa. Jednak, by była naprawdę wartościowa i dostarczyła emocjonalnej lub intelektualnej kofeiny, trzeba się naprawdę postarać. Przede wszystkim chodzi o słuchanie, które często okazuje się bardzo trudne, wymaga bowiem zatrzymania własnego toku myśli, skupienia na rozmówcy, otwartości na inną perspektywę i czasu, którego przecież zwykle mamy za mało.

Realizując działania społeczne, zwłaszcza w grupach i zespołach, musimy uczyć się słuchania. Po pierwsze, dlatego że tylko ono pozwoli nam na realną współpracę. Po drugie, dlatego że często skupieni na zadaniach, pochłonięci akcją działamy jakby z automatu, dążąc do spektakularnego sukcesu i realizacji zamierzeń. Dzięki słuchaniu otwieramy się na nowe perspektywy i rozwiązania. Bernard Baruch, amerykański ekonomista i polityk, doradca prezydentów Wilsona i Roosevelta, pisał: „większość znanych mi ludzi sukcesu więcej słucha, niż mówi”.³

3. w Cyt. Za: Seymour Brody, *Jewish Heroes & Heroines of America: 150 True Stories of American Jewish Heroism*, Lifetime Books, Los Angeles 1996, tłumaczenie własne.

Komunikacja to jednak więcej niż słuchanie. Uczestnicy i uczestniczki uniwersytetów trzeciego wieku przyzwyczajeni są do zajęć prowadzonych w formie wykładów. Gdy powstaje sekcja działań społecznych, sytuacja się zmienia. Nie chodzi już o to, by jedna osoba mówiła, zaś reszta przyjmowała treści i wykonywała zadania, ale o grupowe wymyślanie, dyskusowanie, realizowanie działań. O wymianę pomysłów i wspieranie się w akcji. Potrzebne więc jest słuchanie wzajemne i tworzenie przestrzeni do zabierania głosu przez wszystkich członków zespołu.

Przy takim demokratycznym i kolektywnym systemie pracy nie da się uniknąć konfliktów. Często, rozpoczynając pracę z grupami UTW, słyszymy, że „my się nie

kłócimy”, „zawsze jest miło i przyjemnie”, „najważniejszy jest uśmiech i zgoda”. Wszystkie te elementy jako czynniki tworzące dobrą atmosferę bez wątpienia mają znaczenie. Jednak znacznie lepiej, jeśli są efektem pracowanych konfliktów, omówionych różnic zdań, czy nawet wspólnie przeżytych trudnych sytuacji niż założenia, że spór jest niebezpieczny czy niepożądany.

Jako ludzie oczywiście jesteśmy różni. Mamy odmienne charaktery, style pracy, ale też pomysły, chęci, doświadczenia i światopoglądy. Jeśli chcemy pracować blisko i razem, nie unikniemy momentów konfrontacji. Warto mieć na to przyzwolenie i poświęcać czas na rozmowę o różnicach. Bardzo często w grupach, które dobrze się znają, funkcjonuje przekonanie, że nie trzeba rozmawiać o sprawach trudnych lub różniących, albo wręcz, że wszystko jest jasne: to w jaki sposób pracujemy i komunikujemy się. Czemu tak się dzieje? Prawdopodobnie dlatego, że komunikacja to sprawa codzienna, tak powszednia, że prawie niedostrzegalna, pozornie neutralna. Można powiedzieć, porównując nas, ludzi, do urządzeń elektronicznych, że wszyscy komunikujemy się według „ustawień domyślnych”. Dopóki nie poświęcimy czasu na ich sprawdzenie i ewentualnie



/ fot. Anna Liminowicz

dostosowanie czy zmianę, będziemy działać niejako automatycznie, z przyzwyczajenia, może nawet uznając, że inni mają tak samo jak my, a jeśli inaczej, to gorzej.

Jednym ze sposobów na uwidocznienie „ustawień domyślnych” i wyrażenie swoich potrzeb jest stworzenie przez grupę kontraktu.

Krok 5. Kontrakt grupowy

Kontrakt to spis zasad, na które jako grupa umawiamy się wspólnie. Nie jest to narzucony z zewnątrz lub sformułowany jednoosobowo regulamin! To tworzony w toku dyskusji, dialogu i negocjacji otwarty zbiór reguł, które mają być pomocne dla wszystkich członków zespołu – pozwalać na skuteczną, dobrą, godną współpracę.

Punktem wyjścia do tworzenia kontraktu są potrzeby uczestników grupy. Żeby je poznać, odpowiedzcie na pytania:

- / Czego potrzebujecie, by dobrze wspólnie działać?
- / Co jest dla was ważne, by móc odpowiednio się komunikować i by czuć się bezpiecznie?
- / Na co chcecie się umówić?
- / Jakie zasady dotyczące organizacji pracy, rozwiązywania konfliktów, podejmowania decyzji czy atmosfery wsą dla was istotne?
- / Co będzie sprzyjać waszej kreatywności i otwartości?

Postawienie takich pytań pozwala, by wybrzmiały różne, często nawet sprzeczne odpowiedzi. Coś, co dla niektórych członków grupy wydaje się oczywiste, dla innych może być nowością. Może być też tak, że różne osoby w grupie mają odmienne, nawet wykluczające się potrzeby. Ktoś ceni sobie punktualność, a w dodatku irytuje go spóźnianie się innych, a ktoś inny ze względu na swoją sytuację życiową nie jest w stanie za każdym razem dotrzeć na czas.

Nowe wyzwania, działanie pod wpływem presji czasu jednej osobie sprawiają frajdę i uciechę, chce też widzieć

zaangażowanie pozostałych osób, zaś dla kogoś innego są zbyt dużym stresem i czasem potrzebuje się z jakiegoś działania wycofać, przyjrzeć mu z boku, by móc się zaangażować. Są osoby, które dużo i chętnie mówią, czasem nie potrafią zatrzymać wywodu, ktoś inny potrzebuje zachęty, by w ogóle podzielić się swoimi myślami, a jeszcze inni marzą, by nie ciągnąć ich za język i nie wywoływać do odpowiedzi – sami zdecydują, kiedy mają potrzebę się wypowiedzieć.

Wszystkie te odmienne czy sprzeczne potrzeby są tak samo ważne i uprawnione. Jak uzyskać kompromis? Czasem sama rozmowa prowadzi do znalezienia rozwiązań odpowiadających wszystkim. Kiedy zaś nie da się pogodzić wszystkich potrzeb, to samo wyrażenie ich i usłyszenie może wiele zmienić: zmniejszyć napięcie, zbudować zaufanie i empatię, sprawić, że wszyscy członkowie zespołu poczują się uwzględnieni. Przy okazji tworzenie kontraktu integruje grupę, pozwala lepiej się poznać i rozumieć, co potem ułatwia wspólne działanie.

Kontrakt można tworzyć na różne sposoby. Czasem wystarczy rozmowa, zapisanie kilku haseł i podpisanie tej listy przez wszystkie osoby. Pomóc mogą też drobne ćwiczenia – zapisywanie w podgrupach propozycji zasad czy rysunkowe kalambury, w których każda osoba wyraża własną potrzebę. Bez względu na to, jaką formę wybierzemy oraz czy kontrakt dotyczy jednego spotkania, stałego działania grupy lub konkretnego projektu, warto go tworzyć.

Przyzwyczajeni do narzuconych reguł, które raczej nas ograniczają niż ułatwiają komunikację, możemy mieć opór przed tworzeniem zasad. Jednak zasady, które sami wymyślimy i wspólnie wynegocjujemy, z pewnością będą ułatwieniem. Pomogą uniknąć wielu napięć, domysłów i osiągnąć cel w dobrych warunkach. Można powiedzieć metaforycznie, że kontrakt jest jak fundament – niezależnie od tego, jak wysoki, ozdobny, oryginalny jest budynek, warto, by miał solidną, zbudowaną wcześniej podstawę.

Kiedy powołacie grupę działania społecznego, zadbacie o wspólne zasady, porozmawiacie o komunikacji, sprawdźcie, jaki potencjał ma wasza ekipa, wtedy czas ruszać dalej.

Zespół bowiem najlepiej rozwija się we wspólnym działaniu!

Umowa o wolontariacie

MARCIN GÓRECKI

Podczas budowania grupy wolontariatu na UTW warto pomyśleć o jej sformalizowaniu, to znaczy o wpisaniu działalności takiej grupy do statutu UTW i podpisaniu z każdym wolontariuszem tzw. umowy wolontariackiej. Umowę można podpisać między zarządem UTW lub podmiotem prowadzącym UTW a danym wolontariuszem.

Umowa taka powinna regulować obowiązki i prawa obu stron, zarówno jednostki prowadzącej grupę wolontariatu, jak również samych wolontariuszy. Każdy wolontariusz powinien wiedzieć, co należy do jego obowiązków, co będzie wykonywał w ramach swojej działalności oraz ile zajmie mu to czasu, np. 2 godziny w tygodniu. Umowę taką można podpisywać jednorazowo na daną akcję lub, jeśli planuje się dłuższą współpracę, na okres kilku miesięcy lub roku. Podpisując umowę na dłuższy okres, obowiązki wolontariusza można określić na tyle ogólnie, by pasowały przy różnych akcjach, np. wsparcie organizacyjne imprez dla społeczności lokalnej; wsparcie przy czytaniu książek w lokalnych przedszkolach. Umowa wolontariacka chroni obie strony, zarówno ustanawiającego grupę wolontariatu, jak również wolontariusza – każda ze stron dzięki jej zapisom wie, co może wykonywać w ramach współpracy i czego może oczekiwać od drugiej strony. Umowa taka powinna również wyraźnie określać sposoby odstąpienia od niej. Standardowo umowę przygotowuje się w dwóch egzemplarzach – po jednym dla każdej ze stron.

Należy pamiętać, że zgodnie z Ustawą o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie z 24 kwietnia 2003 roku organizator wolontariatu zobowiązany jest do zapewnienia ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków (tzw. NNW), jeśli wolontariat ma odbywać się przez nie więcej niż 30 dni kalendarzowych (niezależnie od tego, czy wolontariusz jest już ubezpieczony we własnym zakresie). Powyższe nie dotyczy sytuacji, kiedy umowa wolontariacka została zawarta na dłużej niż 30 dni, wtedy wolontariusz jest objęty tym ubezpieczeniem ze strony Skarbu Państwa (na mocy Ustawy o zaopatrzeniu z tytułu wypadków lub chorób zawodowych powstałych w szczególnych okolicznościach, w tej sytuacji to ZUS wypłaca odszkodowanie wolontariuszowi, a co ważne, nie trzeba wolontariusza wcześniej zgłaszać do ZUS-u, przy ubieganiu się o odszkodowanie, wystarczy karta wypadkowa, zaświadczenie lekarskie i podpisane porozumienie).

Umowa o wolontariacie to przede wszystkim znak profesjonalnego podejścia do kwestii działalności społecznej UTW, równego traktowania wolontariuszy i bycia wobec nich uczciwym. W załączeniu znajduje się wzór umowy o wolontariacie, którą można dostosować w zależności od waszych potrzeb. Więcej informacji na temat profesjonalnego organizowania wolontariatu można znaleźć pod adresem: <http://wolontariat.org.pl/>

Warto pamiętać, że wszelkie działania społeczne wychodzące do grup objętych nadzorem takich instytucji, jak np.: szkoła, przedszkole, biblioteka, dom pomocy społecznej wymagają podpisania odrębnych umów o współpracy między UTW a daną instytucją. Grupa wolontariatu nie powinna organizować działań skierowanych zwłaszcza do dzieci i młodzieży bez odpowiedniego porozumienia i nadzoru pracowników instytucji, do której uczęszczają, takich jak nauczyciele, wychowawcy, opiekunowie – odpowiedzialność za ich bezpieczeństwo zawsze bierze instytucja, a nie grupa wolontariatu.

POROZUMIENIE O WYKONYWANIU ŚWIADCZEŃ WOLONTARYSTYCZNYCH

zawarte w dniu [data zawarcie porozumienia] w [miejsowość]

pomiędzy :

[pełna nazwa organizatora wolontariatu, czyli podmiotu prawnego (organizacja/institucja)] z siedzibą w [miejsowość], o numerze Krajowy Rejestr Sądowy lub NIP/REGON: [numer organizatora – organizacje pozarządowe posiadają nr KRS, instytucje NIP/REGON], reprezentowanym przez [osoba lub osoby uprawnione do podpisywania umowy, czyli które posiadają umocowanie prawne do zawierania tego typu zobowiązań – np. poprzez odpowiedni wpis w KRS lub udzielone pełnomocnictwo na piśmie]

zwanym dalej „Korzystającym”,

a

[imię i nazwisko wolontariusza] legitymującym się dowodem osobistym o numerze [XXX XXXX], o numerze PESEL: [XXXXXXXXXXXX] zamieszkałą w [miejsowość, kod pocztowy], przy ulicy

[nazwa ulicy, numer lokalu/mieszkania]

zwanym dalej „Wolontariuszem”.

§ 1

Korzystający w ramach współpracy powierza wykonywanie Wolontariuszowi, a Wolontariusz dobrowolnie podejmuje się wykonania na rzecz Korzystającego następujących czynności/zadań:

[w tym miejscu warto napisać do jakiego projektu/ działania / wydarzenia zapraszamy wolontariusza oraz wypisanie zadań ogólnych lub szczegółowych, które chcemy aby wolontariusz dla nas wykonał]

§ 2

Strony Porozumienia uzgadniają, że czynności określone w § 1 będą wykonywane w okresie od [dd-mm-rrrr] do [dd-mm-rrrr] w wymiarze [1 dzień w tygodniu lub 5 godzin w tygodniu] / w łącznym wymiarze [XX] godzin.

Miejscem wykonywania czynności będzie

[nazwa miejsce np. w siedzibie Korzystającego lub w placówce X]

§ 3

Z uwagi na charakter i ideę wolontariat Wolontariusz za swoje czynności nie otrzyma wynagrodzenia.

§ 4

Korzystający zobowiązuje się zapewnić Wolontariuszowi bezpieczne i higieniczne warunki wykonywania przez niego świadczeń.

§ 5

Korzystający zobowiązuje się pokrywać niezbędne koszty ponoszone przez Wolontariusza, związane z wykonywaniem świadczeń na rzecz Korzystającego w następujący sposób:

[Np. Zwrot wydatków nastąpi w terminie 14 dni po otrzymaniu od Wolontariusza stosownego rozliczenia wraz z dowodami poniesionych wydatków.]

§ 6

Korzystający ma obowiązek ubezpieczyć wolontariusza od następstw nieszczęśliwych wypadków, w przypadku gdy umowa jest zawarta poniżej 30 dni.

§ 7

Korzystający pokrywa, na zasadach określonych w odrębnych przepisach, kosztów podróży służbowych i diet Wolontariusza.

§ 8

Wolontariusz zobowiązuje się do zachowania w tajemnicy informacji, które uzyskał w związku z wykonywaniem świadczeń na rzecz Korzystającego, a które stanowią tajemnicę Korzystającego.

Dotyczy to w szczególności informacji związanych z:

[Np. Dane osobowe i informacje wrażliwe dot. beneficjentów działań w ramach projektu];

§ 9

Porozumienie może być rozwiązane przez każdą ze Stron z 7 dniowym wypowiedzeniem.

§ 10

W sprawach nieuregulowanych przepisami ustawy o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie lub niniejszym Porozumieniem zastosowanie będą miały odpowiednio przepisy Kodeksu cywilnego.

§ 11

Wszelkie zmiany Porozumienia będą dokonywane w formie pisemnej pod rygorem nieważności.

§ 12

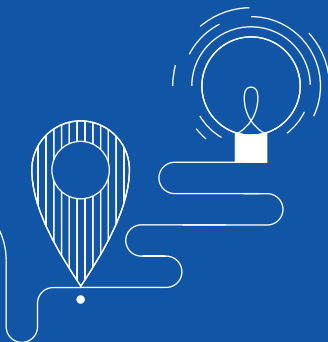
1. Porozumienie sporządzono w dwóch jednobrzmiących egzemplarzach, po jednym dla każdej ze Stron.
2. Wolontariusz może w każdym czasie poprosić o wydania przez Korzystającego pisemnego zaświadczenia o wykonaniu świadczeń przez Wolontariusza. Zaświadczenie powinno zawierać informację o zakresie wykonywanych świadczeń.

Korzystający

Wolontariusz

[podpis osoby/osób upoważnionych i pieczęćka]

2



**DIAGNOZA potrzeb lokalnych
i GENEROWANIE pomysłu
na działanie**

- krok 1 **poszerzenie definicji wolontariatu**
- krok 2 **potencjał członków grupy**
- krok 3 **diagnoza potrzeb lokalnych**
- krok 4 **generowanie pomysłu na działanie**
- krok 5 **określenie grupy odbiorców**
- krok 6 **określenie celu działania**
- krok 7 **harmonogram**

Diagnoza potrzeb lokalnych i generowanie pomysłu na działanie

ADAM KADENACI

Seniorzy, którzy dołączają do grupy wolontariatu, zazwyczaj mają już pierwsze pomysły na działania. Źródłem tych pomysłów mogą być problemy, które dostrzegają w swojej miejscowości, działania społeczne, z którymi zetknęli się osobiście, czy podejmowane na innych uniwersytetach trzeciego wieku. Decyzję o kierunku zaangażowania zazwyczaj można podjąć bardzo szybko. Zachęcamy was jednak, żeby przed dokonaniem wyboru zrobić jeszcze parę kroków wstecz. Dzięki nim działanie, które wybieriecie, może być dla was bardziej satysfakcjonujące i angażujące, a mieszkańcom przyniesie większe korzyści.

Krok 1. Poszerzenie definicji wolontariatu

Podczas pierwszych warsztatów dla uczestników projektu „UTW dla społeczności” sprawdzamy zawsze, jak rozumieją pojęcie wolontariatu. Przykłady wskazywane przez seniorów najczęściej dotyczą pomocy osobom potrzebującym: z niepełnosprawnościami, starszym zależnym czy pozostającym w trudnej sytuacji życiowej. Pierwsze pomysły zgłaszane przez członków waszej grupy mogą dotyczyć właśnie tego rodzaju działań, ponieważ są one zgodne z potoczną definicją wolontariatu. Wspieranie osób potrzebujących jest szczytnym działaniem, które może przynosić dużo satysfakcji wolontariuszom. Jednak trzeba pamiętać, że wolontariat na rzecz osób potrzebujących często

jest obciążający fizycznie i psychicznie dla tych, którzy się w niego angażują. Niektórzy z uczestników „UTW dla społeczności” mówili, że nie podejmowali się do tej pory wolontariatu, ponieważ utożsamiali go z pomocą potrzebuującym. Czuli, że nie będą w stanie udźwignąć tego ciężaru. Wizja angażowania się w działania pomocowe może zniechęcić część członków grupy wolontariatu oraz utrudnić dołączenie kolejnych członków.

Pierwszym krokiem, który warto podjąć z nowo powstałą grupą wolontariatu, jest próba poszerzenia definicji działania społecznego poprzez pokazanie przykładów wykraczających poza rozumienie go jako wyłącznie pomocowego. Dobrym sposobem jest pokazanie filmów opowiadających o projektach realizowanych przez osoby starsze w ramach „Seniorów w akcji” (pod koniec tego rozdziału znajdziecie linki do najlepszych z nich). Obejrzyjcie je wspólnie, zanim zdecydujecie się na pierwsze działanie. Każdy z filmów opowiada o inicjatywie bazującej na umiejętnościach bądź pasji seniorów. Takie rozumienie wolontariatu jest mniej powszechne, jednak my dostrzegamy w nim dużo korzyści i w ramach naszych projektów staramy się je promować. Kiedy opieramy nasze działania na zainteresowaniach wolontariuszy, zwiększamy szansę na zaangażowanie większej grupy słuchaczy UTW. Dzielnie się swoją pasją da im satysfakcję i może sprawić, że ich oddziaływanie będzie bardziej długofalowe. Ryzyko wypalenia jest tutaj mniejsze niż w przypadku działań pomocowych.

Krok 2. Potencjał członków grupy

Uniwersytety trzeciego wieku zrzeszają nieraz po kilkuset członków. Nie wszyscy słuchacze znają się osobiście. Tak samo zapewne będzie w waszej grupie wolontariatu tuż po jej utworzeniu. Zachęcamy was, żeby poznać się bliżej, ponieważ działanie w zintegrowanej grupie przynosi więcej satysfakcji wolontariuszom i wpływa pozytywnie na ich zaangażowanie. Zalecamy

przeprowadzenie autodiagnozy, która pokaże, jaki potencjał wnoszą poszczególne osoby. Warto przeprowadzić to w sposób zorganizowany, który da wszystkim wolontariuszom przestrzeń do zaprezentowania swoich zainteresowań i umiejętności. Możecie skorzystać z następującego ćwiczenia.



POZNAJMY SWÓJ POTENCJAŁ

Podczas spotkania podzielcie się na pary. Zadbajcie o to, żeby spotkały się w nich osoby, które do tej pory znały się mało lub nie znały się w ogóle. Zadaniem uczestników jest przeprowadzenie krótkiego wywiadu z drugą osobą. Zadajcie sobie następujące pytania (możecie je wcześniej zapisać na kartce A4):

- Jak masz na imię?
- Czym zajmowałeś/zajmowałaś się w życiu zawodowym?
- Co lubisz robić w czasie wolnym? Jakie są twoje zainteresowania, pasje?
- Do jakich sekcji na UTW należysz?

Najpierw jedna osoba z pary zadaje pytania, a druga słucha i zapisuje odpowiedzi. Potem zamieniacie się rolami.

Każda rozmowa nie powinna trwać dłużej niż 10 minut.

Po zakończeniu obu tur usiądźcie wspólnie w kole. Każdy z uczestników ma za zadanie przedstawić osobę, z którą rozmawiał i opowiedzieć, czego się o niej dowiedział.

Na koniec połóżcie wszystkie kartki na dużym stole i wspólnie zobaczcie, jaki macie potencjał jako grupa.

Umiejętności, kompetencje i pasje członków i członkiń grupy wolontariatu mogą stanowić punkt wyjścia do wyboru waszego pierwszego działania. Jeśli część z was zaangażowana jest w amatorski teatr, to w ramach wolontariatu możecie przygotować spektakl dla dzieci, który będzie wzbogacał ofertę edukacyjną w przedszkolach i szkołach podstawowych. Dokonując wyboru działania, weźcie pod uwagę rzeczy, na których się znacie i które lubicie robić. Zwiększy to waszą szansę na zaangażowanie szerokiego grona słuchaczy UTW i może skutkować długofalowym, rozciągniętym w czasie działaniem waszej grupy.

PODZIEL SIĘ TYM, CO LUBISZ ROBIĆ:

Grupa z Akademii 50+ w Rzeszowie postanowiła wspierać świetlicę środowiskową działającą na rzecz dzieci z pobliskiego osiedla. Wolontariusze zaproponowali kilkanaście zajęć plastycznych, rękodzielniczych i sportowych. Dzieci mogły wybrać te, które im się najbardziej podobały. Wszystkie zajęcia bazowały na tym, co seniorzy lubią robić w wolnym czasie – w ramach sekcji na UTW czy w życiu prywatnym. Dzięki wiedzy na temat zainteresowań swoich członków grupa przygotowała wartościową ofertę warsztatową, a wolontariusze mieli dużo radości wynikającej z dzielenia się swoimi pasjami z dziećmi.

Krok 3. Diagnoza potrzeb lokalnych

Poszukiwania pomysłu na działanie nie mogą zakończyć się na poziomie sprawdzenia zainteresowań i mocnych stron wolontariuszy. Kolejnym krokiem powinno być zweryfikowanie, czy to, co potrafimy i lubimy robić, trafia w potrzeby lokalnej społeczności. Niezbędne jest przeprowadzenie wstępnej diagnozy. Zachęcamy do rozpoczęcia jej od dyskusji w gronie wolontariuszy. Znaczący problemy, z jakimi borykają się mieszkańcy, wiecie, jak funkcjonują lokalne instytucje. Korzystacie z oferty domu kultury, a wasze wnuki chodzą do przedszkola lub szkoły. Krótko mówiąc, każdy z was jest ekspertem od spraw lokalnych. Podczas dyskusji poszukajcie odpowiedzi na następujące pytania:

- / Z jakimi problemami mierzy się wasza miejscowość?
- / Czego brakuje w waszej miejscowości?
- / Co wzbogaciłoby życie mieszkańców i uczyniłoby je bardziej satysfakcjonującym?
- / Na jakie ważne tematy lokalne/ogólnopolskie toczy się dyskusja wśród mieszkańców?



ANKIETA BADAWCZA

Ciekawą diagnozę przeprowadziły seniorki z Jędrzejowskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku. Przygotowały papierową ankietę, która badała potrzeby osób starszych. W ankiecie znalazły się zarówno pytania zamknięte (uczestnicy wybierali jedną z wielu gotowych odpowiedzi), jak i pytania otwarte (można było wpisać dowolną odpowiedź). Ankiety wypełnili wszyscy słuchacze UTW. Dodatkowo każdy z nich miał rozdać ankiety swoim znajomym i sąsiadom, którzy nie byli członkami uniwersytetu. Dzięki temu diagnozą zostali objęci też mniej aktywni seniorzy. Analiza wyników badania pokazała, że osobom starszym z Jędrzejowa brakuje spotkań z drugim człowiekiem. Jednocześnie okazało się, że nie ma oferty sportowej dostosowanej do ich potrzeb, która pozwoliłaby zadbać o kondycję fizyczną, jak i dawałaby przestrzeń do integracji z innymi mieszkańcami. W ten sposób narodził się pomysł na projekt „Nordic Walking dla Seniorów – wyrusz razem z nami”, który szerzej opisujemy w tej publikacji.



/ fot. Krzysztof Pacholak

Warto uczulić uczestników dyskusji, żeby szukali odpowiedzi na te pytania w różnych dziedzinach życia: edukacji, kulturze, sporcie, przestrzeni publicznej, postawach obywatelskich, integracji, pomocy społecznej, ekologii itp. Zapisujcie na bieżąco odpowiedzi – będziecie mogli do nich wrócić w momencie wybierania waszego pierwszego działania w ramach wolontariatu.

Zapewne nie będziecie w stanie odpowiedzieć na każdą z kwestii, które pojawią się podczas diagnozy. Część z nich po prostu przekracza wasze możliwości czasowe, organizacyjne czy finansowe. Podczas szukania pomysłu na działanie swoją uwagę skupcie na tych sprawach, które wydają się być w waszym zasięgu.



ROZSZERZENIE DIAGNOZY

Jeżeli zależy wam na rzetelnym rozpoznaniu potrzeb lokalnej społeczności, to spróbujcie rozszerzyć diagnozę. Wyjdźcie poza swoją grupę i sprawdźcie, jaka jest perspektywa mieszkańców. Idealną okazją do tego mogą być lokalne imprezy plenerowe, np. dni waszej miejscowości czy obchody świąt państwowych. Przygotujcie cztery duże kartki (najlepiej formatu A1). Na każdej z nich wypiszcie jedno z pytań, które zadaliście sobie w gronie wolontariuszy podczas wewnętrznej diagnozy, wraz z waszymi odpowiedziami. W porozumieniu z organizatorami wydarzenia ustawcie na terenie imprezy stanowisko prezentujące wyniki waszej diagnozy. Podczas wydarzenia zachęcajcie mieszkańców do odpowiadania na postawione przez was pytania i zapisujcie ich odpowiedzi na kartkach. Możecie też sprawdzać, co napotkane osoby myślą o odpowiedziach wskazanych przez wolontariuszy, żeby zweryfikować, czy wasze opinie są podzielane przez innych. Po zakończeniu imprezy spotkajcie się w gronie wolontariuszy i przeanalizujcie zebrane wypowiedzi mieszkańców.

Krok 4. Generowanie pomysłu na działanie

W przypadku działań społecznych nie ma jednego sposobu tworzenia pomysłu na działanie. Każda grupa wolontariuszy dochodzi do niego inną drogą. Na bazie

WYKORZYSTAJ SWOJĄ PASJĘ, ŻEBY WZBOGACIĆ LOKALNĄ KULTURĘ



Większość członkiń grupy wolontariatu z Rybnika należy do amatorskiego „Teatru na Pięterku 60+”. W związku z tym pojawił się pomysł, żeby ich działanie bazowało na przygotowaniu spektaklu skierowanego do okolicznych dzieci. Seniorki zauważyły, że Rybnik nie ma legendy opowiadającej o historii powstania miasta, a takie opowieści stanowią dla dzieci ważny czynnik budowania tożsamości i przywiązania do miejsca. Korzystając z wiedzy o mieście, stworzyły więc własną legendę opowiadającą o początkach Rybnika. Na jej podstawie przygotowały spektakl, który był wystawiany w lokalnych przedszkolach, szkołach i instytucjach kultury.



/ fot. Alicja Szulc

doświadczeń projektu „UTW dla społeczności” proponujemy wam podejście analityczne, które przy dokonywaniu wyboru bierze pod uwagę zarówno potencjał wolontariuszy, jak i specyfikę miejscowości. Szukajcie swojego działania na wspólnym polu tych dwóch zbiorów.

HALO SENIOR



Wolontariuszki z Błońskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku dostrzegły lukę w systemie wspierania osób starszych i chciały stworzyć infolinię wspierającą seniorów będących w trudnej sytuacji życiowej. Nie miały w tym żadnego doświadczenia, więc postanowiły znaleźć specjalistów, którzy pomogą im przygotować się do prowadzenia infolinii. Pierwsza pomoc przyszła ze strony władz samorządowych. Na prośbę UTW urzędnicy zorganizowali dla wolontariuszek obsługujących infolinię szkolenia z psychologiem, które miały je przygotować do rozmów z osobami potrzebującymi. Skontaktowały się też z założycielką Telefonu Życzliwości z Łodzi, która podzieliła się z nimi swoimi doświadczeniami. Wiedza, którą zdobyły dzięki wsparciu innych, pomogła im przygotować i rozpocząć projekt „Halo Senior” wspierający osoby starsze z terenu gminy.



/ fot. Alicja Szulc

Wybierzcie temat ważny dla was i dla pozostałych mieszkańców, taki, do realizacji którego możecie wykorzystać umiejętności i kompetencje członków grupy.

Bazowanie na tym, co potraficie, nie jest jednak jedyną drogą. Wolontariat może być też świetną okazją do zdobycia nowych umiejętności. Jeśli jeden z tematów, który wypracowaliście podczas diagnozy lokalnej, jest dla was bardzo ważny, ale nie macie umiejętności i doświadczenia niezbędnego do działania w tym obszarze, nie musi to oznaczać rezygnacji z niego. Poszukajcie osób i instytucji, które mają specjalistyczną wiedzę i poproście je o wsparcie. Zwróćcie się do jednostek samorządu zajmujących się danym tematem lub do wolontariuszy z innego miasta, którzy realizowali już podobne działanie. Przy wyborze pomysłu kluczowe jest to, żeby wolontariusze działali w obszarze, który uważają za ważny i który da im satysfakcję.

Efekty zbadania potencjału grupy i diagnozy lokalnej mogą zaowocować wieloma pomysłami na działania. Na początku funkcjonowania waszej grupy warto wybrać tylko jeden z nich i skupić na nim siły wszystkich wolontariuszy. Pozostałe dobrze jest odłożyć na później. Świeżo powołana grupa potrzebuje sprawdzenia się w działaniu. W jakim stopniu jesteście w stanie się zaangażować? Jak sprawdza się podział obowiązków? Jak się ze sobą czujecie? Na te pytania będziecie w stanie odpowiedzieć po zakończeniu waszego pierwszego wspólnego projektu. Dobrze jest zacząć od małego działania, które zbuduje strukturę funkcjonowania waszej grupy i potwierdzi, że decyzja o zaangażowaniu się w wolontariat była słuszna. Po pierwszym sukcesie można rozwijać to działanie i wchodzić w inne obszary, które wspólnie wyznaczyliście podczas diagnozy na początku.

Krok 5. Określenie grupy odbiorców

Określenie grupy, do której będzie skierowane działanie, jest nieodłącznym elementem planowania projektu. To ważne nawet wtedy, gdy organizujecie wydarzenie otwarte (np. piknik sportowy), w którym mogą wziąć udział wszyscy chętni. Wasze działanie powinno być sprofilowane zgodnie z potrzebami konkretnej grupy. Jeśli główną atrakcją pikniku mają być zajęcia sportowe, to trzeba je dostosować do możliwości i zainteresowań odbiorców, na których najbardziej wam zależy. Wybranie konkretnego typu odbiorcy ułatwi też promocję. Będziecie mogli się wtedy skupić tylko na tych kanałach, z których dana grupa korzysta. Zdarza się, że wybranie grupy odbiorców stanowi pierwszy krok w planowaniu działania. Wolontariusze mogą być już na wstępie zdecydowani, że chcą działać na rzecz dzieci w wieku przedszkolnym czy osób starszych zależnych. Zawęża to pole generowania pomysłów. Podczas odkrywania zainteresowań i pasji wolontariuszy warto się wtedy skupić tylko na tych, które mogą się sprawdzić w pracy z tą grupą, a diagnozę lokalną można wtedy ograniczyć do spraw jej dotyczących.

Niezależnie od tego, na którym etapie określicie sobie grupę odbiorców, musicie poświęcić trochę czasu na jej lepsze poznanie, jeśli zależy wam na tym, żeby wasze działanie spotkało się z zainteresowaniem. Pierwszy krok w tym kierunku możecie wykonać w swoim gronie. Spotkajcie się i spróbujcie znaleźć odpowiedź na następujące pytania:

- / O czym myślą przedstawiciele tej grupy?
- / Co lubią robić w wolnym czasie?
- / Co jest dla nich ważne?
- / Jacy są? Jakie cechy są dla nich charakterystyczne?

W ten sposób zobrazujecie sobie osobę (tzw. personę), która jest potencjalnym uczestnikiem waszego projektu. Podczas planowania działań wracajcie do tej osoby

i sprawdzajcie, czy proponowane przez was atrakcje spodobają się przedstawicielom tej grupy.

Sposobem na lepsze poznanie potrzeb odbiorców jest przeprowadzenie konsultacji. Jedną z ich form są konsultacje eksperckie. W pierwszej kolejności spotkajcie się z przedstawicielem instytucji na co dzień pracującej z interesującą was grupą. Przykładowo, jeśli wasz projekt jest skierowany do dzieci w wieku wczesnoszkolnym, wtedy warto przedstawić jego wstępne założenia animatorce z lokalnego domu kultury lub zaangażowanemu nauczycielowi ze szkoły podstawowej. Spojrzenie takiej osoby może wnieść sporo dodatkowych informacji. Drugim sposobem jest skonsultowanie się bezpośrednio z potencjalnymi odbiorcami. Zachęcamy do tego szczególnie, jeśli kierujecie swoje działanie do grupy korzystającej z ofert konkretnej placówki, np. dzieci ze szkoły podstawowej.



WYSTAWA MOŻLIWOŚCI

Wolontariusze z Akademii 50+ w Rzeszowie przygotowali propozycję kilkunastu zajęć warsztatowych dla podopiecznych lokalnej świetlicy środowiskowej. Chcieli sprawdzić, w jakim stopniu ich oferta trafia w potrzeby dzieci, więc zorganizowali akcję badawczą o nazwie Wystawa Możliwości. W przestrzeni świetlicy ustawili stanowiska prezentujące każde z proponowanych zajęć. Siedzieli przy nich seniorzy eksperci, którzy pokazywali narzędzia wykorzystywane podczas konkretnego warsztatu (np. wiertarkę potrzebną do wykonania pudełek na drobiazgi) lub efekty takich zajęć (np. bransoletkę). Każde dziecko miało możliwość wskazania trzech najciekawszych propozycji. Głosowanie odbywało się za pomocą samoprzylepnych kropek, które uczestnicy przyczepiali do stanowisk. Na Wystawie Możliwości było też stanowisko otwarte, gdzie dzieci mogły zostawić propozycje zajęć, w jakich chciałyby uczestniczyć, a które nie pojawiły się we wstępnej ofercie. Wyniki akcji badawczej pozwoliły wybrać z szerokiej puli warsztatów te najbardziej podobające się dzieciom. Dodatkowo cały cykl zajęć został wypromowany wśród odbiorców, co pozytywnie przełożyło się na późniejszą frekwencję.

Można przyjąć dwa modele angażowania przedstawicieli danej grupy odbiorców. Pierwszy z nich zakłada, że wydarzenia przez was organizowane mają charakter otwarty i każdy z przedstawicieli tej grupy może się do nich zgłosić. Wymaga to od nas szeroko zakrojonej promocji. Jako przykład mogą tutaj posłużyć wycieczki krajoznawcze organizowane przez Pszczyński Uniwersytet Trzeciego Wieku. Drugi model opiera się na dotarciu do odbiorców dzięki nawiązaniu partnerstwa z instytucją. Wspomniany już UTW w Rybniku organizował swoje spektakle w przedszkolach oraz szkołach. To te instytucje dbały, żeby podczas przedstawienia była pełna widownia. Oba podejścia mają swoje plusy i minusy. Pierwsze z nich wymaga włożenia dużego wysiłku w promocję, ale dzięki niemu zyskujecie pewność, że wszystkie osoby biorące udział w wydarzeniu robią to z własnej woli. Można też ściągnąć ludzi z różnych środowisk, którzy dzięki naszemu wydarzeniu poznają się i nawiążą relacje. Drugi model wymaga mniejszych sił włożonych w promocję i daje pewność zaangażowania odbiorców w działanie, ale uczestnictwo jest w mniejszym stopniu dobrowolne. Zastanówcie się, który sposób dotarcia do odbiorców będzie lepszy z punktu widzenia waszego działania i możliwości wolontariuszy.

Krok 6. Określenie celu działania

Zdarza się, że wolontariusze nie zastanawiają się głębiej nad celem swojego działania, ponieważ wydaje im się on oczywisty – chcemy zrobić coś dobrego dla wybranej grupy mieszkańców. Zachęcamy jednak, żeby przeanalizować sobie tę kwestię w zespole. Określenie najważniejszych celów pomoże wam podczas przygotowań i realizacji samego działania. Będą one stanowić kompas, który wskaże, na czym się skupić, a co można sobie odpuścić.

Tak jak przy wcześniejszych etapach zachęcamy was, żeby również określenia celów dokonać kolektywnie podczas spotkania wszystkich wolontariuszy. Spróbujcie

wskazać cele na trzech poziomach. Po pierwsze, niech każdy z wolontariuszy i każda z wolontariuszek wyznaczy sobie swój cel indywidualny, czyli to, co chce osiągnąć dzięki swojemu zaangażowaniu. Wolontariat jest działaniem bezinteresownym, ale pamiętajmy, że nie oznacza to braku korzyści dla osób działających na rzecz innych. Cele wskazywane przez uczestników „UTW dla społeczności” były różne – od chęci zdobycia nowych umiejętności, przez chęć podzielenia się swoją pasją z innymi, po potrzebę bycia z innymi ludźmi. Warto, żeby grupa usłyszała, jaki jest najważniejszy, indywidualny cel każdego wolontariusza i wolontariuszki, tak by mogli uwzględnić je w swoich planach. Jeśli ludzie szukają w wolontariacie dobrej zabawy i spełnienia potrzeb



/ fot. Anna Liminowicz

towarzyskich, wtedy grupie trudno będzie podjąć działania pomocowe na rzecz osób w trudnej sytuacji życiowej. Następnie zastanówcie się, jaki cel stawiacie sobie jako grupa, może to być np. demokratyczne podejmowanie decyzji, równomierne rozłożenie obowiązków na wszystkich członków czy przyciągnięcie do grupy nowych wolontariuszy. Pamiętajcie, że wasze pierwsze działanie przyniesie korzyści nie tylko mieszkańcom, ale powinno też pozytywnie wpłynąć na was jako na grupę. Jeśli zadacie o rozwój grupy i dobrą organizację, zwiększy to szanse na podejmowanie kolejnych działań. Trzecim poziomem jest wyznaczenie głównego celu waszej inicjatywy. Podczas dyskusji zastanówcie się, jaki efekt chcielibyście osiągnąć na koniec swojego działania oraz jaka zmiana może pod jego wpływem zajść wśród odbiorców lub szerzej – w całej miejscowości.

Pamiętajcie, żeby na każdym z poziomów wskazać po jednym, najważniejszym celu, na którym chcecie się skupić podczas realizacji projektu. W trakcie działania wracajcie do niego co jakiś czas i sprawdzajcie, czy udaje się wam go osiągnąć. Jeśli zauważycie rozdzwięk między obranym celem a realizacją, zastanówcie się, z czego to może wynikać i jak wrócić na kurs obrany na początku. Jasno określone cele pomogą wam też dokonać ewaluacji po zakończeniu projektu – sprawdzić, czy udało się osiągnąć efekty założone na początku.

Krok 7. Harmonogram

Realizowanie projektu społecznego jest działaniem rozłożonym w czasie. Zazwyczaj możemy podzielić go na trzy etapy: przygotowań, realizacji i podsumowania projektu. Zanim przystąpicie do wdrażania wypracowanego pomysłu, warto zastanowić się, jakie zadania do wykonania stoją przed wami, jak bardzo są czasochłonne i w jakim okresie planujecie je wykonać. Przydatnym narzędziem porządkującym planowanie jest oś czasu.



TWORZENIE HARMONOGRAMU NA OSI CZASU

Przygotujcie małe kartki (np. post-ity) w trzech kolorach. Każdy kolor będzie odpowiadał za jeden z trzech etapów. Spróbujcie wypisać wszystkie działania, które będziecie musieli wykonać na każdym z nich. Na jednej kartce wypisujcie tylko jedno działanie. Poszczególne etapy składają się zazwyczaj z kolejnych działań:

1. przygotowania – nawiązanie współpracy z partnerami, zdobycie środków finansowych/rzeczowych, zdobycie niezbędnych pozwoleń, promocja, próby/działania testowe,
2. realizacja założonego działania – poszczególne etapy działania, zebranie informacji zwrotnej od uczestników,
3. podsumowanie projektu – spotkanie podsumowujące i weryfikacja realizacji celów, świętowanie, planowanie kolejnego projektu w oparciu o dotychczasowe doświadczenie.

Stwórzcie dużą oś czasu. Możecie ją narysować na kartce formatu A1 lub wykleić ją taśmą malarską na stole. Spróbujcie teraz przyporządkować każde działanie do osi czasu tak, żeby określić ich kolejność wykonania, np. nawiązanie współpracy z lokalną grupą teatralną powinno wydarzyć się, zanim ruszycie z promocją. Potem zastanówcie się, ile może trwać każde działanie i w jakim okresie powinno być wykonane. Przykładowo – z szeroką promocją pikniku międzypokoleniowego warto ruszyć na trzy tygodnie przed startem imprezy. Przewidywany czas trwania i terminy zaznaczcie na osi czasu.

Dokładnie określony harmonogram pomoże wam urealnić wasz pomysł na działanie. Podczas jego układania może się okazać, że nie będziecie w stanie zrealizować wszystkiego, co sobie pierwotnie założyliście. Często mamy tendencję do planowania zbyt dużych działań w stosunku do naszych możliwości. Organizowanie dwóch wycieczek krajoznawczych w miesiącu w okresie letnim, wraz z przygotowaniem, wymagałoby zbyt wielu wyrzeczeń od wolontariuszy. Ale jedno wydarzenie

Filmy opowiadające o projektach realizowanych przez osoby starsze w ramach „Seniorów w akcji”:

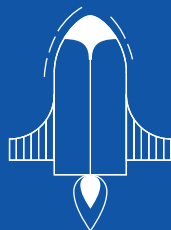
- <https://www.youtube.com/watch?v=nGPvgGVSm0w&t=1s>
- <https://www.youtube.com/watch?v=1fg0lUe298w>
- <https://www.youtube.com/watch?v=rLGk-XuisSo>
- <https://www.youtube.com/watch?v=s8oEl5Bm-KE>

w miesiącu może już leżeć w zasięgu grupy. Tworzenie harmonogramu to okazja do bardziej realistycznego spojrzenia na zamiary. Ten etap jest idealnym momentem do zmiany planów. Później może być już trudniej. Zachęcamy do tego, żeby na początku działalności grupy wolontariatu zacząć od realizacji małego projektu, a dopiero przy następnych projektach podnosić sobie poprzeczkę. Harmonogram i wypisane na kartkach działania pomogą wam też podzielić się zadaniami. Najlepiej danym tematem zajmować się w mniejszych podgrupach, nie indywidualnie. Kiedy działamy w parze lub trójce, mamy w sobie więcej siły i odwagi do podejmowania wyzwań i zmierzania się z zadaniem. Przy podziale zadań bierzcie pod uwagę wasze prywatne plany i terminy, np. wakacje czy wizyty u lekarza. Dopasowujcie swoje zaangażowanie w wolontariat do rytmu waszego życia.



/ fot. Krzysztof Pacholak

3



**SZUKANIE partnerów,
PROMOCJA
i EWALUACJA działań**

krok 1 **badanie lokalnego potencjału**

krok 2 **tworzenie kosztorysu**

krok 3 **pozyskiwanie środków na działanie**

krok 4 **promocja**

krok 5 **ewaluacja działań**

Szukanie partnerów, promocja i ewaluacja działań

ADAM KADENACI

Krok 1. Badanie lokalnego potencjału

Lokalne instytucje samorządowe, firmy czy organizacje pozarządowe mogą stanowić dla was duże wsparcie w realizacji pomysłu, dlatego warto szczególnie podejść do procesu ich wyszukiwania. Zachęcamy do nawiązywania współpracy z różnorodnymi partnerami. Na bazie dotychczasowych doświadczeń możemy wymienić obszary, w których lokalne instytucje mogą wam pomóc:

- / wsparcie rzeczowe – lokalni producenci i właściciele sklepów przekazujący niezbędne materiały lub drukujący materiały promocyjne,
- / wsparcie w zaprojektowaniu materiałów promocyjnych – lokalne agencje reklamowe, drukarnie lub szkoły średnie/wyższe uczące projektowania graficznego,
- / użyczenie sprzętu lub przestrzeni – samorzady, lokalne organizacje pozarządowe, lokalne instytucje kultury, kluby sportowe czy kościoły,
- / wsparcie eksperckie w postaci szkolenia lub poprowadzenia warsztatów – urząd gminy/miasta, domy kultury, indywidualni mieszkańcy, np. muzycy, sportowcy,
- / promocja – lokalne media, grupy/strony w mediach społecznościowych, lokalne punkty usługowe itp.,
- / dotarcie do potencjalnych uczestników działania – lokalne szkoły, świetlice środowiskowe, domy pomocy społecznej itp.

O potencjale lokalnych partnerów warto porozmawiać w gronie wszystkich wolontariuszy. Każdy z was może wiedzieć o miejscu lub osobach, o których nie słyszeli inni. Świetnym narzędziem do konfrontowania swojej wiedzy o miejscowości i szukania potencjalnych partnerów jest mapowanie.



MAPOWANIE

Spróbujcie znaleźć dużą mapę waszej miejscowości lub obszaru, na którym chcecie działać (jeśli mieszkacie w dużym mieście). Takimi mapami często dysponują urzędy gminy i punkty informacji turystycznej. Usiądźcie razem i rozłóżcie ją na dużym stole. Spójrzcie na swój plan działania, harmonogram i kosztorys. Zastanówcie się, jakich zasobów i usług potrzebujecie, żeby zrealizować pomysł. Wspólnie sprawdźcie, czy w okolicy istnieją instytucje, organizacje czy firmy, które mogłyby wesprzeć was w działaniu. Każdą z nich zaznaczcie na mapie i opiszcie. W ten sposób w jednym miejscu zbierzecie listę potencjalnych partnerów. Na zakończenie ustalcie, kto z was będzie się z nimi kontaktował w sprawie ewentualnego zaangażowania.

Pracę z mapą możecie też wykorzystać do zebrania innych istotnych dla was informacji. Jeśli planujecie przeprowadzić cykl działań plenerowych, to na mapie możecie wyszukać parki i place, które będą dobrym miejscem do zrealizowania waszych wydarzeń. Przyjrzenie się ich rozmieszczeniu, charakterystyce i sytuacji prawnej (np. kto może wydać zgodę) pomoże wam w wybraniu najlepszych miejsc. Jeśli planujecie przeprowadzić diagnozę potrzeb mieszkańców w przestrzeni publicznej, to mapa może wam pomóc w namierzeniu punktów węzłowych miejscowości – miejsc, przez które przechodzi lub w których przebywa duża grupa mieszkańców, np. rynek czy okolice centrum handlowego. Badania zrealizowane w punkcie węzłowym pozwolą wam zebrać dużą ilość informacji. Jeśli nie uda wam się zdobyć mapy miejscowości, to nie straconego. Sami możecie narysować schematyczną mapę na dużej kartce. Nanieście na nią najważniejsze punkty orientacyjne: rzekę, parki, duże ulice, budynki użyteczności publicznej, a potem zaznaczcie potencjalnych partnerów.

Krok 2. Tworzenie kosztorysu

Do zrealizowania zaplanowanego działania będziecie potrzebować pieniędzy. Część materiałów powinno udać się pożyczyć lub uzyskać od sponsorów. Jednak na początku trudno będzie określić, co otrzymacie od partnerów, a co będzie trzeba kupić. Spróbujcie stworzyć kosztorys, który podsumuje wszystkie potencjalne wydatki związane z waszym działaniem. Możecie go podzielić na następujące kategorie:

- / promocja – koszt zaprojektowania materiałów promocyjnych oraz koszt ich wyprodukowania,
- / materiały niezbędne do przeprowadzenia działania – koszt materiałów plastycznych, artykułów spożywczych, nagród, gadżetów itp.,
- / środki trwałe – koszt wypożyczenia sprzętu nagłaśniającego, sceny, aparatu itp.,



/ fot. Krzysztof Pacholak

- / wynagrodzenie dla specjalistów – koszt zatrudnienia instruktora, przeprowadzenia szkolenia dla wolontariuszy itp.,
- / transport – koszty paliwa, biletów komunikacji zbiorowej lub wynajmu firmy transportowej,
- / ubezpieczenie.

Oszacujcie, ile każda z pozycji może kosztować. Informacje o tym możecie znaleźć w internecie lub kontaktując się telefonicznie z firmami oferującymi potrzebne wam usługi. W ten sposób powstanie wstępny kosztorys planowanego działania. Nie wszystko będziecie musieli kupić. Zachęcamy was do tego, żeby znaczną część materiałów i usług wymienionych w kosztorysie spróbować uzyskać od lokalnych partnerów.

Krok 3. Pozyskiwanie środków na działanie

PIENIĄDZE

Siłą napędową działań, które opisujemy w tej publikacji, jest zaangażowanie wolontariuszy. Głównie dzięki ich umiejętnościom i godzinom, które przeznaczają na realizację pomysłów, udaje się je urzeczywistnić. W tym przypadku pieniądze nie są najważniejsze. Uczestnicy projektu „UTW dla społeczności” mają możliwość pozyskania budżetu o maksymalnej kwocie 1800 zł. Zaskakujące jest, że przy tak niewielkich środkach seniorzy są w stanie działać na naprawdę dużą skalę i wywierać pozytywny wpływ na mieszkańców. Magia wolontariatu. Nie polecamy jednak rozpoczynać działania bez jakichkolwiek środków finansowych. W prawie każdym projekcie pojawia się konieczność zakupu materiałów czy usług. Rozpoczęcie działań bez budżetu grozi koniecznością pokrywania wydatków z własnej kieszeni. Takich rozwiązań powinno się unikać.

Istnieje kilka źródeł finansowania, które chcielibyśmy wam polecić. W pierwszej kolejności zachęcamy do zgłaszania się do projektów realizowanych przez Towarzystwo Inicjatyw Twórczych „e” – „UTW dla społeczności” i „Seniorzy w akcji”. Oprócz budżetu na działanie otrzymacie też od nas wsparcie w postaci szkoleń i wizyt Latających Animatorów Kultury. Istnieją też inne konkursy wspierające działania podejmowane na rzecz osób starszych (np. program ASOS) czy wspierające oddolne działania mieszkańców (np. Fundusz Inicjatyw Obywatelskich). Pełną listę aktualnych konkursów grantowych można znaleźć tutaj: <https://fundusze.ngo.pl/aktualne>

Drugim źródłem finansowania, które warto sprawdzić, jest bezpośrednie wsparcie ze strony władz samorządowych. Władzom lokalnym powinno zależeć na udzieleniu pomocy finansowej wolontariuszom, którzy często realizują zadania należące do kompetencji samorządu – od upowszechniania kultury, przez wsparcie osób w trudnej sytuacji życiowej, po integrację mieszkańców. Warto wybrać się do urzędu gminy/miasta i przedstawić urzędnikom plany działania grupy wolontariatu. Urzędnicy mogą doradzić, jakie lokalne źródła finansowania są aktualnie dostępne. Samorząd ma też możliwość bezpośredniego wsparcia mieszkańców. W coraz większej liczbie gmin w Polsce pojawia się inicjatywa lokalna – narzędzie, które umożliwia wsparcie finansowe i rzeczowe mieszkańców, którzy chcą działać społecznie. Od 2010 roku każdy samorząd ma obowiązek podjąć uchwałę określającą warunki realizacji inicjatyw na swoim terenie. Obliguje je do tego Ustawa o wolontariacie i działalności pożytku publicznego. W ramach inicjatywy lokalnej część odpowiedzialności za realizację bierze na siebie samorząd, a część spoczywa na mieszkańcach. Zazwyczaj polega to na tym, że gmina finansuje materiały i usługi niezbędne do przeprowadzenia działania, a mieszkańcy w ramach wolontariatu organizują i przeprowadzają inicjatywę.

WARSZTATY MUZYCZNE I POTAŃCÓWKI NA PRADZE



Seniorzy z grupy muzycznej Cała Praga Śpiewa chcieli зараzić miłością do śpiewania mieszkańców Warszawy i stworzyć przyjazną przestrzeń do integracji międzypokoleniowej. Zaplanowali cykl warsztatów wokalnych i potańcówek. Złożyli do miasta wniosek w ramach inicjatywy lokalnej, który został rozpatrzony pozytywnie. Seniorzy z grupy Cała Praga Śpiewa przygotowali wszystkie wydarzenia i je poprowadzili. Miasto sfinansowało kostiumy sceniczne, usługi prowadzenia warsztatów oraz akompaniamentu muzycznego.



/ fot. Anna Liminowicz

Trzecim źródłem zdobywania środków, które warto polecić, jest finansowanie społecznościowe, tzw. crowdfunding. Istnieją strony internetowe umożliwiające organizację publicznych zbiórek pieniędzy, np. zrzutka.pl czy odpalprojekt.pl. Za pomocą tego narzędzia można zaangażować lokalną społeczność w finansowe wsparcie działania wolontariuszy. Nie trzeba zdobywać żadnych dodatkowych pozwoleń – wszelkimi formalnościami zajmuje się firma prowadząca taki portal. Na stronie należy opisać pomysł na działanie. Aby zachęcić mieszkańców do wpłaty, można w zamian za wsparcie zaproponować symboliczne prezenty, np. efekty pracy sekcji artystycznych na UTW. W przypadku korzystania z takich serwisów trzeba przeprowadzić w internecie akcję promocyjną, która poinformuje mieszkańców miejscowości o możliwości dołączenia do zbiórki. O pomoc w promocji warto poprosić młodsze pokolenie – wasze dzieci lub wnuki. Poprzez media społecznościowe, np. Facebooka mogą skutecznie poinformować innych mieszkańców o zbiórce.

LOKALNI SPONSORZY

W przypadku realizacji projektu opierającego się na wolontariacie pieniądze są najczęściej przeznaczane na zakup materiałów i druk plakatów oraz ulotek. Możecie jednak spróbować znaleźć sponsora rzeczowego, który przekaze wam niezbędne materiały. Dzięki przygotowanemu kosztorysowi będziecie wiedzieli, jakie rzeczy są wam niezbędne do przeprowadzenia planowanego działania. Zastanówcie się teraz, czy w waszej miejscowości są sklepy lub producenci, którzy mogliby być skłonni przekazać wam niezbędne materiały lub bezpłatnie wydrukować plakaty i ulotki. Jeśli ktoś z wolontariuszy ma znajomości w interesujących was branżach, to warto je wykorzystać. Powołajcie w swoim gronie specgrupę, która będzie odpowiedzialna za kontakt z potencjalnymi sponsorami. To zadanie lepiej jest wykonywać razem z innymi, ponieważ idąc na rozmowę w dwie lub trzy osoby, mamy więcej pewności siebie. Pamiętajcie, że relacja ze sponsorem nie jest jednostronna. On wam przekaze materiały, ale w zamian będzie mógł wypromować

siebie i swoje produkty wśród mieszkańców. Pokaże się też jako przedsiębiorca zaangażowany społecznie, co może skłonić większą liczbę osób do korzystania z jego oferty. Zysk jest obustronny, więc nie macie oporów przed proponowaniem współpracy. Lokalni przedsiębiorcy z chęcią zaangażują się w wasze działanie, jeśli uznają, że jest wartościowe i że spotka się z zainteresowaniem mieszkańców.

WSPARCIE INSTYTUCJI – WYPOŻYCZENIE SPRZĘTU, UŻYCZENIE PRZESTRZENI, WSPARCIE EKSPERCKIE

Nie wszystkie materiały trzeba kupować. Sprzęt nagłośnieniowy, sportowy czy rekwizyty do spektaklu możecie wypożyczyć od lokalnych instytucji samorządowych lub organizacji pozarządowych. Od tych podmiotów możecie też otrzymać merytoryczne wsparcie czy lokal, dzięki czemu będziecie mogli zaoszczędzić na wynagrodzeniu dla ekspertów i wynajmie miejsca. Od kilku lat instytucje kultury nastawiają się coraz bardziej na wspieranie mieszkańców, którzy w ramach wolontariatu chcą organizować wydarzenia społeczno-kulturalne. Powstają przy nich tzw. miejsca otwarte, które specjalizują się we wspieraniu oddolnych działań lokalnej społeczności. Ich opiekunowie wręcz czekają na takie grupy jak wasza (więcej informacji o miejscach tego typu możecie znaleźć na stronie www.miejscatwarte.pl). Warto zwrócić się do domu kultury czy biblioteki i sprawdzić, jakiego wsparcia mogą wam udzielić.

PRACA NAD SPEKTAKLEM



Grupa wolontariatu z Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Rybniku przygotowywała spektakl „Ze szczupakiem w herbie” przedstawiający ich autorską legendę o powstaniu miasta. Seniorzy i seniorzy sami napisali tekst sztuki, przygotowali scenografię, jednak potrzebowali wsparcia w przełożeniu tekstu na działania sceniczne. Zwrócili się z pomocą do Domu Kultury Rybnik- Chwałowice. Okazało się, że pracuje tam animatorka kultury, która może im pomóc w przygotowaniu spektaklu. Dodatkowo instytucja udostępniła im przestrzeń na próby i swoje zaplecze techniczne.

Krok 4. Promocja

Przy różnorodności projektów realizowanych przez seniorów w ramach „UTW dla społeczności” trudno jest udzielić uniwersalnych porad dotyczących promocji. To, jak wolontariusze promują swoje działanie, zależy od jego zasięgu terytorialnego, tematyki czy grupy odbiorców. W tym miejscu chcemy wam pokazać, jakie kanały promocji warto wziąć pod uwagę podczas planowania akcji informacyjnej i jaka jest ich specyfika.

PLAKATY I ULOTKI

Na rozwieszenie plakatów w przestrzeni publicznej trzeba mieć pozwolenie. Najłatwiej będzie poprosić urząd gminy/miasta o wskazanie miejsc, w których będziecie mogli je powiesić. Poproście partnerów zaangażowanych w projekt o umieszczenie plakatów w ich siedzibach. Zanieście je też do innych miejsc często odwiedzanych przez mieszkańców: lokalnych instytucji kultury, klubów sportowych itp. Jeśli wasze działanie jest skierowane do mieszkańców jednego osiedla, to zachęcamy was do rozwieszenia plakatów w lokalnych sklepach i punktach usługowych. Przy okazji będziecie mogli opowiedzieć ich właścicielom czy pracownikom, na czym polega wasze działanie. Jeśli właścicielom inicjatywa się spodoba, na pewno będą zachęcać klientów do udziału w wydarzeniu promowanym na plakacie. Klienci będą pytać się o wydarzenie promowane na plakacie. Możecie poprosić też lokalną spółdzielnię/wspólnotę mieszkaniową o rozwieszenie plakatów na klatkach schodowych. Promocja przy pomocy ulotek może przybrać podobną formę jak w przypadku plakatów.

Pamiętajcie, żeby po zakończeniu waszego działania usunąć plakaty i ulotki z miejsc, z których nie zostaną one zdjęte przez właściciela. Zadbanie o czystość i estetykę przestrzeni na pewno zjedna wam sympatię mieszkańców.

INTERNET

Warto promować wasze działania w internecie, jeśli jest ono skierowane do grupy, która często z niego korzysta, np. do młodzieży czy ludzi w średnim wieku. Najłatwiej można to zrobić za pomocą Facebooka. Stwórzcie tam wydarzenie promujące waszą inicjatywę. Niech każdy z was zaprosi na nie wszystkich swoich znajomych potencjalnie zainteresowanych uczestnictwem. Poproście partnerów instytucjonalnych o promowanie waszego wydarzenia na ich profilach. Możecie je też promować na facebookowych grupach tematycznych. Jeśli działanie jest skierowane do mieszkańców jednego osiedla, to umieśćcie wydarzenia na grupie zrzeszającej osoby mieszkające w tej okolicy. Na Facebooku można też znaleźć grupy tematyczne, np. dla rodziców z małymi dziećmi z waszej miejscowości czy właścicieli psów. Warto umieścić tam informację o waszym projekcie, jeśli trafia w jej temat przewodni.



/ fot. Diana Gaik

LOKALNE MEDIA

W pierwszej kolejności spróbujcie nawiązać współpracę z urzędem gminy/miasta. Te jednostki prowadzą często własne portale internetowe, gazety czy lokalne stacje telewizyjne. Z chęcią przekażą informację o działaniu realizowanym przez mieszkańców w ramach wolontariatu, ponieważ buduje to dobry wizerunek miejscowości. Następnie możecie się skontaktować z przedstawicielami innych lokalnych mediów i przekonać ich do promowania waszej inicjatywy. Unikajcie współpracy z mediami, które za umieszczenie informacji będą chciały od was pieniędzy. Wasze działanie jest atrakcyjne i wyjątkowe, ponieważ jako wolontariusze staracie się odpowiedzieć na ważne potrzeby mieszkańców. Lokalne media powinny być wdzięczne za to, że dostarczacie im ciekawych informacji, które mogą podnieść im sprzedaż lub oglądalność ich treści.

POCZTA PANTOFLOWA

Najbardziej skuteczna jest promocja bezpośrednia – sytuacja, w której sami seniorzy mogą opowiedzieć innym o działaniu, które planują. Nic tak nie zachęca jak entuzjazm i zaangażowanie, które bije od wolontariusza podczas rozmowy z drugim człowiekiem. Niestety jest to też najbardziej czasochłonny sposób promocji. Informację na plakacie w sklepie może przeczytać kilkaset osób w ciągu tygodnia, a jego powieszenie trwa kilka minut. Wolontariusz musiałby poświęcić kilkanaście godzin, żeby porozmawiać z taką liczbą ludzi. Całe szczęście, że jest to sposób promocji, z którego można korzystać przy okazji. Opowiadajcie o waszych planach rodzinie, sąsiadom, znajomym czy współpracownikom. Jeśli wyprodukowaliście ulotki, to warto rozdawać je przy okazji takich rozmów, żeby ułatwić tym osobom zapamiętanie szczegółów.

DZIAŁANIA W PRZESTRZENI PUBLICZNEJ

Świetnym pretekstem do promowania działań w sposób bezpośredni mogą być wszelkie akcje w przestrzeni publicznej. Jeśli w ramach badania potrzeb będziecie prowadzić działania plenerowe, to informujcie

mieszkańców o szerszym kontekście – po co przeprowadzić diagnozę i jak jej wyniki mogą wpłynąć na wasze plany. Od mieszkańców, którzy wykażą zainteresowanie waszą inicjatywą, warto wziąć kontakt mailowy. Kiedy wasz pomysł przybierze ostateczny kształt, będziecie mogli poinformować ich o szczegółach. Kolejnym pretekstem do bezpośredniej promocji mogą być działania testowe w plenerze. Załóżmy, że grupa wolontariuszy chce organizować pikniki plenerowe z pokazami i warsztatami dawnych gier podwórkowych jak kapsle czy klasy. Wspólnie trenujący w różnych miejscach miasta wolontariusze będą na tyle intrygujący, że mieszkańcy sami zaczną podchodzić do seniorów i pytać ich, co się dzieje. Stworzy to świetną sytuację do bezpośredniego zaproszenia mieszkańców na planowane pikniki i pozyskania ambasadorków promujących wśród swoich znajomych zbliżające się wydarzenie.

BAJARKI ZNAD WISŁY



Wolontariuszki z Puławskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku zdecydowały się działać na rzecz dzieci. Zaplanowały plenerowe czytanie bajek, a potem spektakl opowiadający o historii kota Filusia, który w XVIII wieku wzbił się balonem w przestworza jako pierwsza żywa istota w mieście.

W ramach promocji wolontariuszki chodziły po okolicy Pałacu Czartoryskich ubrane w niezwykle stroje i rozdawały mieszkańcom ulotki z zaproszeniem. Bezpośrednia akcja przyniosła spodziewane skutki – na wydarzenie przyszły tłumy mieszkańców. „Dzieci same rodziców za rękę ciągnęły” – wspominają wolontariuszki w reportażu opublikowanym na stronie Towarzystwa Inicjatyw Twórczych „e”.

Krok 5. Ewaluacja działań

Na koniec projektu warto zebrać informacje zwrotne od uczestników, żeby sprawdzić, w jakim stopniu udało się wam odpowiedzieć na rozpoznane na początku działań potrzeby. Wnioski mogą pomóc wam zaplanować kolejne edycje. Możliwe, że będziecie musieli przeformułować wasz model działania tak, żeby lepiej trafił w potrzeby odbiorców. Wasze obserwacje również stanowią ważne źródło oceny efektów i jakości projektu, jednak informacja od uczestników jest niezbędna, żeby poznać cały obraz.

W ramach ewaluacji przeprowadza się badania podczas trwania wydarzenia lub tuż po jego zakończeniu. Ankiety, choć często są wykorzystywane przy zbieraniu informacji zwrotnej od uczestników, na ogół kojarzą się respondentom z czymś nudnym i czasochłonnym. Jeśli chcecie, żeby dużo osób odpowiedziało na ważne dla was pytania, to zachęcamy do korzystania z prostych narzędzi animacyjno-badawczych. Mają one atrakcyjną formułę, która sprawia, że mieszkańcy sami zgłaszają się do udziału w badaniu. Wybór konkretnego narzędzia zależy od rodzaju działania. Na poniższej stronie, pod hasłem „diagnoza lokalna”, znajdziecie różnorodne metody animacyjno-badawcze. Spośród nich wybierzcie tę, która jest wam najbliższa. www.pomysly.e.org.pl

Po przeprowadzeniu badania podsumujcie jego wyniki. Wszyscy wolontariusze powinni się z nimi zapoznać i ustalić we wspólnym gronie, co z nich wynika. Raport z ewaluacji może też pomóc w zdobyciu środków na kontynuację projektu. Warto wybrać się do władz samorządowych i przedstawić im efekty waszego działania zobrazowane dzięki ewaluacji.



DOKOŃCZ

ZDANIE

To uniwersalna technika zbierania informacji zwrotnej od uczestników wydarzenia. Przed startem działania przygotujcie kartki A4 ze zdaniami, które trzeba dokończyć (jedno zdanie na jednej kartce):

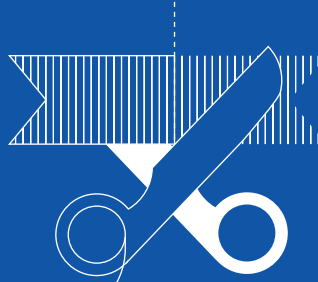
- Podczas wydarzenia najbardziej podobało mi się
- Podczas wydarzenia brakowało mi
- W przyszłości chętnie wziąłbym udział w

Każda z 3 kartek może być innego koloru, np. zielona, czerwona i niebieska. Zadbajcie o to, żeby zdania do dokończenia były wydrukowane dużą czcionką (minimum 50 w programie Microsoft Word). Po zakończeniu wydarzenia rozdajcie uczestnikom po jednej kartce z każdego rodzaju i markerze. Poproście ich, żeby dokończyli zdania, a potem umieścili kartki z odpowiedziami w jednym miejscu. Może być to duży stół, ściana lub rozwieszony sznurek. Pamiętajcie, żeby zadbać o anonimowość odpowiedzi udzielanych przez uczestników. Wtedy zwiększycie szanse na uzyskanie szczerzej informacji zwrotnej. Uczulcie uczestników, żeby się nie podpisywali oraz nie asystujcie im podczas dokończania zdań.



/ fot. Ewa Rachlewicz

4



**ŚWIĘTOWANIE
sukcesów
i PLANOWANIE
dalszych działań**

krok 1 **świętowanie sukcesów**

krok 2 **prezentacja działań na forum UTW**

krok 3 **podsumowanie działań i planowanie**

Świętowanie sukcesów i planowanie dalszych działań

MARCIN GÓRECKI

Po każdym wspólnie zrealizowanym działaniu warto znaleźć czas na świętowanie sukcesów. Jest to kluczowy moment dla grupy i jego przebieg może zdeterminować jej przyszłość. W polskiej kulturze mówienie o swoich sukcesach oraz dobrych stronach przychodzi dość trudno i często kojarzone jest z chwaleniem się lub zarzucaniem winy. Ale to właśnie nazywanie sukcesem działań, zwłaszcza tych zespołowych, które zakończyły się zaplanowanym efektem, pozwala budować sens funkcjonowania grupy wolontariatu. Jeśli każdy z członków grupy zobaczy, że swoją pracą przyczynił się do realizacji celu, zwiększy to jego poczucie satysfakcji z działań i stanie się motorem do angażowania się w kolejne. Żadna grupa nie jest idealna, ludzie mają swoje przyzwyczajenia i wady, jedni pracują szybciej, inni wolniej, zdarzają się konflikty i nieporozumienia. Najważniejsze jest jednak, by poprzez nazywanie sukcesów pokazać, że nie mieliście szansy zrealizować waszych działań bez działania zespołowego.

Krok 1. Świętowanie sukcesów

Nawet jeśli wasz projekt nie zakładał konkretnych efektów (jak np. książka czy wystawa), którymi można się pochwalić publiczności, zorganizujcie spotkanie, żeby świętować sukces, jakim jest osiągnięcie zaplanowanych celów. Zaproszcie uczestników projektu i wszystkie

WSPÓLNE OGNISKO



Grupa wolontariatu działająca przy UTW w Jędrzejowie na zakończenie swojego działania „Nordic Walking. Wyruszaj razem z nami” zorganizowała ognisko. Oprócz wolontariuszy na ognisko zaproszono również uczestników projektu. To wydarzenie było okazją do nieformalnych rozmów, wspominania wspólnych wydarzeń i podziękowań.



/ fot. Diana Gaik

osoby w niego zaangażowane. Zadbajcie o przyjazną atmosferę i przygotujcie poczęstunek, zaplanujcie czas na nieformalne rozmowy po części bardziej oficjalnej. Ważne, by podczas spotkania liderzy nazwali sukcesy każdej osoby z zespołu i każdej podziękowali. Możecie przygotować dyplomy i drobne upominki. Nie zapomnijcie o podziękowaniach dla innych osób, które pomogły wam podczas działań. Warto wydrukować albo wyświetlić zdjęcia robione podczas realizacji

4. ŚWIĘTOWANIE SUKCESÓW I PLANOWANIE DALSZYCH DZIAŁAŃ

projektu, ich wspólne oglądanie będzie pretekstem do wspomnienia. Na zakończenie zróbcie sobie pamiątkową fotografię.

Wspólne świętowanie to okazja, żeby zwrócić uwagę na poczucie wspólnoty i wzajemny wpływ, zauważyć, że równe traktowanie i dbanie o siebie nawzajem przyczynia się nie tylko do sukcesu w działaniu, ale przede wszystkim tworzy miejsce i grupę ludzi, do których chce się wracać i z którymi dalej chce się współpracować. W wielu zespołach zawiązują się relacje, które wykraczają poza wymiar wspólnego działania i nieraz przyczyniają się do powstawania przyjaźni i chęci wspierania się na różnych polach.



/ fot. Krzysztof Pacholak

Krok 2. Prezentacja działań na forum UTW

Warto również poprosić zarząd UTW, aby na zakończenie roku akademickiego wygospodarował czas na prezentację grupy wolontariatu na forum UTW. Możecie wtedy pokazać się innym słuchaczom i posiłkując się prezentacją ze zdjęciami, opowiedzieć o swoich działaniach. Nie

CHRZANOWSKI SUKCES



Grupa wolontariatu przy UTW w Chrzanowie zrealizowała szereg działań skierowanych do uczniów lokalnej szkoły i ich rodziców. Działanie grupy zostało docenione przez lokalną społeczność i dzięki wsparciu innego programu grantowego oraz siatce współpracy z innymi instytucjami zrealizowała kolejny projekt „Pociąg do Tradycji”, którego celem było odtworzenie historii chrzanowskich zakładów kolejowych i zbudowanie wokół niej tożsamości następnych pokoleń.



/ fot. Krzysztof Pacholak

zapominajcie o nazywaniu sukcesów. Ważne, by słuchacze dowiedzieli się, że taka grupa to coś więcej niż tylko jednorazowa akcja – to przyjemność robienia czegoś dla innych, a także możliwość nawiązania nowych znajomości z osobami, dla których działanie na rzecz rozwoju społeczności lokalnej jest ważne. Zachęćcie ich do dołączenia.

Warto pochwalić się osiągnięciami w uczelnianej gazecie lub na stronie internetowej. Sukces grupy wykorzystajcie do promocji sekcji wolontariatu – możecie rozprowadzić ulotki z informacjami na temat działań.

Krok 3. Podsumowanie działań i planowanie

Podsumowanie jest spojrzeniem wstecz na drogę grupy do osiągnięcia celu. To nie to samo co ewaluacja konkretnego działania, która jest przedstawiona w poprzednim rozdziale, lecz sprawdzenie działania grupy w oparciu o proponowany model. Wspólna analiza każdego z etapów pozwala sprawdzić, czy grupa powinna dopracować któryś z elementów, a także dostrzec etapy mogące służyć jako dobra praktyka w przyszłości.

Analiza pracy grupy na konkretnym działaniu pozwala zobaczyć jej mocne strony i wyznaczyć obszary, nad którymi należy wspólnie popracować. Przede wszystkim jednak może posłużyć do zaplanowania kolejnych działań. Pamiętajcie, by w podsumowaniu uwzględnić wyniki ankiety uczestników projektu – sprawdzić, czy zaproponowane działanie im się podobało, czy wyrazili jakieś propozycje zmian. Jeśli akcja, którą zrealizowaliście, przyniosła wam satysfakcję i podobała się uczestnikom, warto pomyśleć o jej kolejnej odsłonie. Sprawdzone działanie, w którym każdy członek grupy zna swoją rolę, jest prostsze do realizacji, można też rozważyć coś nowego, co będzie stanowiło dla zespołu wyzwanie. Jeżeli jednak musicie popracować nad paroma etapami modelu, miejcie na uwadze, że następne działanie będzie wymagało

większego wysiłku. W przypadku, gdy oceniliście w podsumowaniu, że zespół i komunikacja w grupie działają dobrze, możecie od razu przystąpić do diagnozy i generowania pomysłu. Pamiętajcie jednak, że jeśli do zespołu dołączą nowe osoby, trzeba będzie zacząć od początku, bo każda zmiana wymaga dostosowania się całej grupy i możliwe, że konieczne okaże się ustalenie nowych warunków.



WSPÓLNA

DROGA

Przygotujcie małe karteczki samoprzylepne w dwóch kolorach i duży arkusz papieru. Na arkuszu narysujcie oś czasu i zaznaczcie etapy modelu: budowanie grupy, diagnozę, poszukiwanie partnerów i poszukiwanie funduszy, realizację działania, świętowanie. Zatrzymajcie się na poszczególnych etapach i niech każdy z was na karteczce jednego koloru zapisze odpowiedzi na pytania:

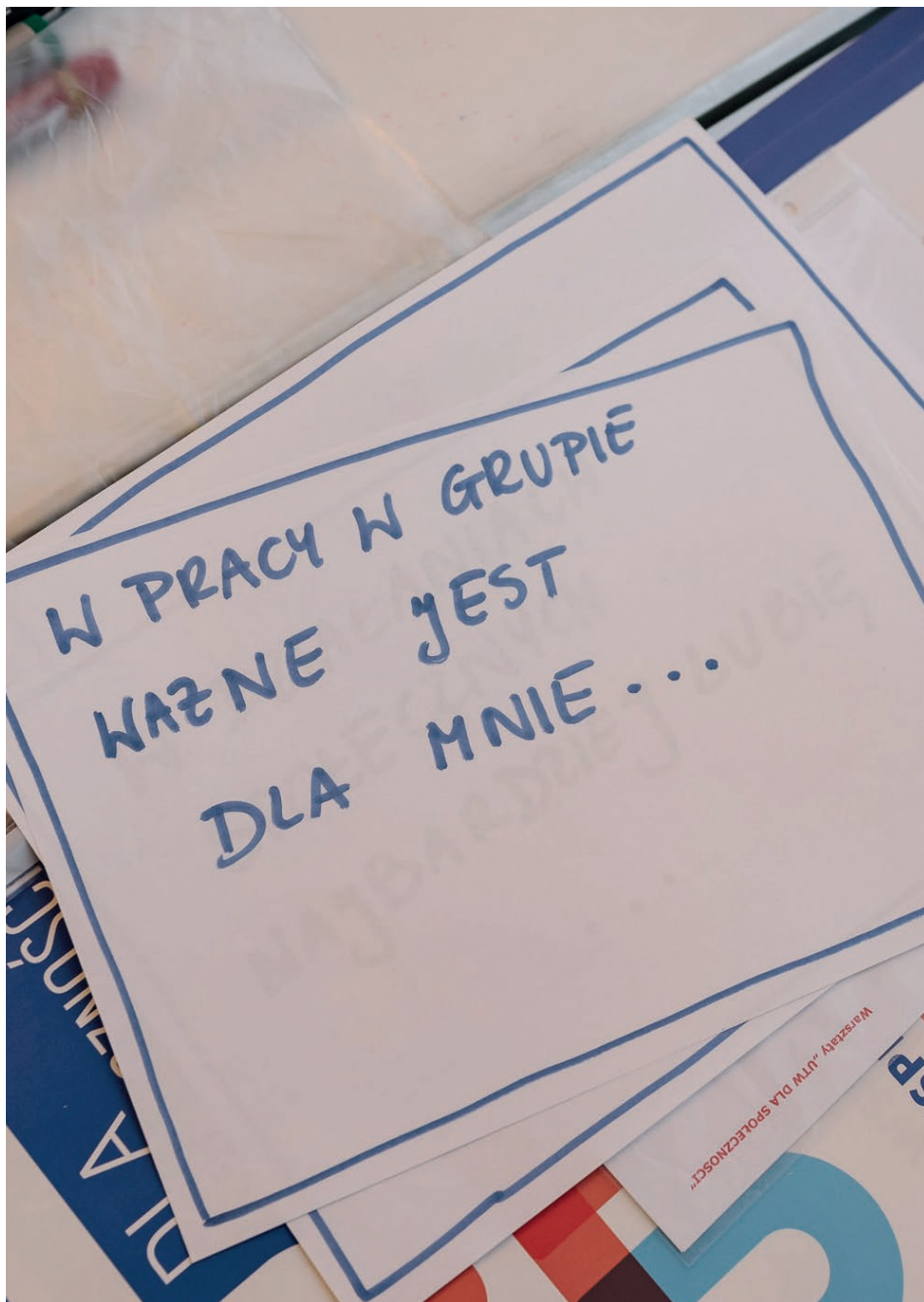
- jaki był twój wkład w realizację tego etapu?
- co się udało na tym etapie zrobić?
- co ci się podobało na tym etapie?

Na karteczkach drugiego koloru odpowiedzcie na pytania:

- co ci się nie podobało na tym etapie?
- czego nie udało się zrealizować?

Zbierzcie karteczki i przyklejcie je na osi czasu. Po zakończeniu analizy każdego z etapów przeczytajcie wszystkie odpowiedzi na głos. Na koniec podsumujcie:

- co się udało osiągnąć na każdym z etapów?
- jaki był wkład członków grupy?
- co wam się podobało?
- co wam się nie podobało?
- czego się nie udało zrealizować?
- nad czym należy popracować w przyszłości?



Urszula Engelmayer

**pomysły
do zrobienia**

Wyruszaj razem z nami

czyli jak zachęcić seniorów do wyjścia z domu
i rozpoczęcia treningów z kijkami

W Jędrzejowie, małym mieście w województwie świętokrzyskim, uniwersytet trzeciego wieku powstał w 2013 roku. Dwadzieścioro uczestników zajęć, którym nie wystarczało bycie biernymi słuchaczami, stworzyło zespół wolontariuszy, by działać na rzecz osób starszych. Chcieli dowiedzieć się jak najwięcej o ich potrzebach, więc przygotowali i rozprowadzili wśród nich ankietę. Okazało się, że tym, czego najbardziej brakuje jędrzejowskim seniorom, jest spotkanie i rozmowa



/ fot. Diana Gaik

z drugim człowiekiem. Wolontariusze szukali sposobu, by zachęcić ich do wyjścia z domu, a także do aktywności fizycznej. Wpadli na pomysł zorganizowania regularnych spacerów z kijkami do nordic walking. To niewymagający specjalnych umiejętności ani drogiego sprzętu sport, który można uprawiać w dużej grupie, jeśli tylko pozwala pogoda.

Podzielili się zadaniami i zabrali za realizację. Skontaktowali się z burmistrzem i dostali obietnicę pomocy. Ustalili, że będą spacerować rano co dwa tygodnie w parku wokół zalewu, gdzie jest dużo ławek, a miejsce startu i mety jest zadane. Nawiązali współpracę z instruktorem.

Zorganizowali szeroko zakrojoną akcję promocyjną, wspartą przez miasto. Wydrukowali opatrzone logotypami sponsorów ulotki i plakaty, które roznosili w całym mieście. Działania zostały nagłośnione przez lokalne media i parafie. W spotkaniu informacyjnym wzięli udział rehabilitant i policjant.

Na pierwszy spacer przyszło sześćdziesiąt osób.

W czasie treningów uczestnicy mają na szyjach zielone chustki, a wolontariusze czerwone. Dodatkowo ci idący na początku, w środku i na końcu grupy są wyposażeni w odblaskowe kamizelki. Zawsze ktoś niesie apteczkę i wodę. Prowadzone przez instruktora treningi trwają do godziny razem z rozgrzewką i ćwiczeniami rozciągającymi.

Zakończeniem pierwszego sezonu było wspólne ognisko zorganizowane razem z leśnikami.

Na spacery przychodzą osoby spoza UTW, dzięki czemu jest szansa na wzajemne poznanie się i zbudowanie zaufania. To pozwoli na przygotowanie całego systemu pomocy seniorom w Jędrzejowie. Wolontariusze dzielą między siebie zadania, planują dalszą pracę.

Działania grupy wolontariuszy zachęciły innych seniorów do wyjścia z domu i rozpoczęcia aktywności fizycznej. Przyczyniły się do nawiązania i odnowienia kontaktów towarzyskich, ale i zaznaczyły pozytywną obecność osób starszych w społeczności. Regularne spacerki kilkudziesięcioosobowej grupy seniorów są świetną reklamą Jędrzejowskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku.

KROK 1.

PRZYGOTOWANIE PLANU DZIAŁAŃ

W grupie wolontariuszy zastanówcie się, czego potrzebujecie, żeby zorganizować spacer. Przygotujcie plan działań: powinien obejmować nawiązanie współpracy ze specjalistami i z lokalnymi władzami, które mogą was wesprzeć, np. przy promocji, a także kalendarz kolejnych spotkań grupy wolontariuszy. Ustalcie wstępnie częstotliwość spacerów, pamiętając, że na każdym konieczna będzie obecność przynajmniej trzech wolontariuszy. Trening powinien trwać godzinę. Wybierzcie spośród siebie osobę, która będzie czuwać nad całością. Rozdzielcie zadania, umówcie się na konkretne terminy ich wykonania.

Zastanówcie się, gdzie będą odbywać się spacer. Najlepiej, by było to miejsce z większą liczbą ławek na początku trasy (i jednocześnie jej końcu), a także ławkami po drodze.

KROK 2.

NAWIĄZANIE WSPÓŁPRACY

Spotkajcie się z władzami gminy, opowiedzcie o pomysśle, wspólnie zastanówcie się, jak mogą was wesprzeć. Skontaktujcie się z zarządcą terenu, na którym planujecie spacer, żeby ustalić, czy w wybranych terminach nie będą kolidowały z innymi wydarzeniami. Na pierwsze spotkanie zaproście fizjoterapeutę czy rehabilitanta, który opowie o korzyściach spacerów z kijkami i rozwieje pojawiające się wątpliwości, ewentualnie kogoś z policji. Wśród lokalnych firm poszukajcie sponsorów, pomyślcie, jak sfinansować udział fizjoterapeuty i instruktora, a także ubezpieczenie uczestników.

KROK 3.

DZIAŁANIA PROMOCYJNE

Przygotujcie plakaty i ulotki – powinny zawierać informację o spacerach i zaproszenie na spotkanie informacyjne. Plakaty powieście na tablicach ogłoszeń, a także w miejscach najczęściej odwiedzanych przez seniorów. Ulotki zostawcie w sklepach, aptekach, na poczcie, w bibliotekach, w ośrodkach zdrowia, poproście



fot. Diana Gaik

o udostępnienie informacji w parafiach. Warto pojawić się z ulotkami na lokalnym festynie lub innej tego typu imprezie. Opowiadajcie o inicjatywie przy każdej możliwej okazji, rozmawiajcie z sąsiadami i znajomymi. Poczta pantoflowa zwykle sprawdza się najlepiej.

KROK 4. SPOTKANIE INFORMACYJNE

Opowiedzcie o treningach, podkreślcie, że uczestnicy muszą mieć jedynie kijki i wygodne ubranie. Przedstawcie goszczących specjalistów. Podajcie terminy spacerów, odpowiadajcie na pytania, zbierzcie zapisy.

KROK 5. ORGANIZACJA SPACERÓW

Zróbcie szczegółowy harmonogram dyżurów wolontariuszy na najbliższy miesiąc, pamiętając o zapewnieniu

zastępstwa. Przygotujcie kolorowe chustki, kamizelki, apteczkę, wodę i kubeczki, a także listę uczestników.

Umówionego dnia czekajcie na chętnych. Opowiedzcie o zasadach, przedstawcie trenera. W trakcie spaceru sprawdzajcie, czy ktoś nie potrzebuje pomocy lub odpoczynku. Najlepiej, by jedna dyżurująca osoba była na początku kolumny, jedna w środku i jedna na końcu. Po powrocie do punktu startu pożegnajcie uczestników i przypomnijcie o kolejnym spotkaniu.

Róbcie zdjęcia ze spacerów i publikujcie je w mediach społecznościowych, a także na stronie internetowej.

KROK 6.

SPOTKANIE NA ZAKOŃCZENIE SEZONU

Wspólne wydarzenie dla wszystkich uczestników spacerów i osób, które z wami współpracowały, będzie okazją do podsumowania i podziękowań, a także promocji kolejnych działań. Pokażcie zdjęcia ze spacerów – w formie prezentacji lub wystawy. Spotkanie można zorganizować w plenerze lub na przykład w siedzibie uniwersytetu.

Warianty

Można zorganizować drugą grupę, bardziej zaawansowaną, która będzie spacerować za każdym razem na innej trasie.

Składniki

liczba osób	animatorów: min. 5; uczestników: 10–70
czas	przygotowanie: 2 miesiące, działanie: 6 miesięcy (1 godz. raz na 2 tyg.)
potrzebne	sala na spotkanie informacyjne, kolorowe chusty, kamizelki odblaskowe, apteczka, środki na wynagrodzenie trenera, fizjoterapeuty, ubezpieczenie
stopień trudności	4/5

Wieczór arabski

czyli jak zorganizować międzykulturowe spotkanie
i przyczynić się do integracji lokalnej społeczności

Wolontariusze z Legionowskiego Centrum Wolontariatu współpracującego z lokalnym UTW chcieli zaproponować mieszkańcom miasta coś atrakcyjnego, a jednocześnie nowego. Szukając inspiracji, kierowali się swoimi zainteresowaniami i doświadczeniami. W trakcie rozmów okazało się, że jedna z wolontariuszek wiele lat mieszkała w Libii, Iraku i Libanie, w swoim gronie mają Syryjczyka, a także inne osoby, które sporo wiedzą o Bliskim Wschodzie. Ponieważ w Legionowie jest coraz więcej mieszkańców pochodzących z tego rejonu świata, uznali, że warto przybliżyć ich kulturę. Tak powstał pomysł zorganizowania wieczoru arabskiego. Zaczęli się zastanawiać, kogo zaprosić i jak zaplanować imprezę. Zarezerwowali salę w Pocztalni – nowej siedzibie legionowskiej biblioteki. Zaprosili gości, spotkali się z nimi, ustalili, co trzeba kupić.

Przygotowali plakaty, zamieścili informację w internecie i do ostatniej chwili promowali wydarzenie, publikując na Facebooku zdjęcia z przygotowań.

Scenę pokrytą arabskim dywanem udekorowano przedmiotami z Bliskiego Wschodu. Goście przyszli w regionalnych strojach, pokazywali zdjęcia. Program rozpoczął się wykładem o filarach islamu przygotowanym przez przedstawicielkę koła naukowego arabistów UW, potem był reportaż o życiu libańskiej rodziny, a jego autorka opowiedziała o tym, jak się mieszka w tym kraju. Były opowieści irackiej rodziny o weselnych zwyczajach, pokaz arabskich tańców w wykonaniu zespołu senierek, ozdabianie henną, a także przygotowywanie na scenie hummusu i *taboulleh*. Był czas na zadawanie pytań, dyskusję i ciekawostki. Na końcu wszyscy zostali zaproszeni na degustację arabskich przysmaków.

Wydarzenie zgromadziło ponad 120 osób w różnym wieku i okazało się ogromnym sukcesem. Wolontariusze mają w planach kolejne imprezy prezentujące różne kultury.



/ fot. Paweł Ogródzki

Arabski wieczór był prawdziwym międzykulturowym spotkaniem, które pozwoliło dowiedzieć się więcej o nieznannej kulturze, przełamać stereotypy i uprzedzenia. W trakcie przygotowań i samej imprezy zostały nawiązane znajomości i przyjaźnie, które trwają do dziś.

KROK 1. **PLAN DZIAŁAŃ**

W grupie wolontariuszy zastanówcie się, z jakim krajem, regionem czy kulturą jest związana wasza okolica – przez mieszkańców albo historię. Pamiętajcie, że najlepszymi ekspertami będą imigranci lub przedstawiciele tej kultury. Zaproście ich do współpracy już na etapie przygotowań. Porozmawiajcie o tym, co każda osoba może i chce wnieść do wspólnego działania. Pamiętajcie, że trzeba zadbać o zarezerwowanie i przygotowanie sali, o zaproszenie gości, promocję, zapewnienie funduszy na zakupy

i o same zakupy. Ktoś powinien być odpowiedzialny za budżet i rozliczanie faktur. Rozdzielcie zadania i wybierzcie spośród siebie osobę, która będzie czuwała nad całością. Zróbcie plan i harmonogram. Sprawdźcie, czy w planowanym przez was terminie nie ma świąt, np. religijnych, które uniemożliwią gościom udział w wydarzeniu.

KROK 2. PRZYGOTOWANIA

Zarezerwujcie salę, z liczbą miejsc uzależnioną od przewidywanej liczby uczestników. Jeśli będzie więcej niż kilkadziesiąt osób, sala powinna mieć nagłośnienie i scenę. Spotkajcie się osobiście ze wszystkimi gośćmi wieczoru. Ustalcie kolejność, temat i czas ich wystąpień. Dowiedzcie się, czego będą potrzebowali, zachęćcie do przyniesienia ciekawych przedmiotów i strojów,



/ fot. Paweł Ogrodzki

poproście o dostarczenie zdjęć (kilka dni wcześniej), które będą wyświetlane na ekranie podczas imprezy. Kupcie potrzebne rzeczy, wyślijcie zaproszenia.

Ustalcie, kto będzie prowadzić wieczór – najlepiej, by była to osoba, która ma takie doświadczenie.

KROK 3. PROMOCJA

Przygotujcie plakaty, rozwieście je mniej więcej dzień przed imprezą. Zamieście informacje na swojej stronie internetowej i w mediach społecznościowych, dorzucajcie zdjęcia z przygotowań i ciekawostki. Stwórzcie wydarzenie na Facebooku. Poproście o wsparcie przy promocji zaprzyjaźnione instytucje i organizacje.

KROK 4. IMPREZA

Ostatnie godziny przed wydarzeniem to czas najintensywniejszej pracy. Trzeba udekorować salę, sprawdzić nagłośnienie, zrobić i przywieźć ostatnie zakupy, przywitać wszystkich gości. Czuwajcie nad przebiegiem imprezy, a w razie niespodziewanych zmian czy trudności elastycznie reagujcie. Na koniec podziękujcie wszystkim gościom, przybyłym mieszkańcom, wolontariuszom, sponsorom i wszystkim, którzy pomogli w zorganizowaniu wieczoru.

Warianty

Możecie zorganizować spotkanie bardziej kameralne. Wtedy będzie szansa na bardziej osobiste rozmowy i nawiązanie bezpośrednich relacji.

Składniki

czas	przygotowanie: 2 miesiące
realizacja	3 godziny
liczba osób	animatorów: min. 10
uczestników	do 150
potrzebne	salą, fundusze na poczęstunek
stopień trudności	4/5

Bajarki znad Wisły

czyli jak zrobić teatr z papieru i opowiedzieć dzieciom historię

Puławski Uniwersytet Trzeciego Wieku w 2017 roku świętował 25-lecie. W tym samym roku czternaście uczestniczek uniwersytetu stworzyło grupę Bajarki znad Wisły. Spotykały się regularnie przez kilka tygodni, ćwiczyły dykcję i interpretowanie czytanego tekstu. Podczas lokalnego festynu we własnoręcznie przygotowanych kostiumach zapraszały na plenerowe czytanie bajek. O Bajarkach informowały też lokalne media. Przez całe lato raz w tygodniu czekały na dzieci na dziedzińcu Pałacu Czartoryskich. Akcja okazała się sukcesem. Postanowiły przygotować inspirowany lokalną legendą spektakl „O czym szmerze Łacha, czyli największa przygoda kota Filusia”. Część członkiń grupy uczestniczyła wcześniej w działaniach teatralnych, dla innych występy na scenie były nowością i wyzwaniem. Zdecydowały się na konwencję teatru kamishibai, czyli opowieść przedstawianą na planszach i czytaną, z krótkimi scenami aktorskimi. Premiera spektaklu odbyła się w przedszkolu. Z przedstawieniem i czytaniem bajek Bajarki odwiedzają przedszkola i szkolne świetlice. Wszędzie są witane z entuzjazmem, dla dzieci ich wizyty są zawsze wielką atrakcją.

KROK PO KROKU:

KROK 1.

PRZYGOTOWANIE PLANU DZIAŁAŃ I PODZIAŁ ZADAŃ

W grupie wolontariuszy zastanówcie się, czego potrzebujecie, żeby zorganizować spektakl. Zróbcie plan działań: powinien obejmować wybór i opracowanie tekstu, wybór aktorów i reżysera, stworzenie scenografii i kostiumów, terminy kolejnych spotkań grupy wolontariuszy, a także harmonogram prób. Wybierzcie spośród siebie osobę, która będzie czuwać nad całością. Rozdzielcie zadania, umówcie się na konkretne terminy ich wykonania.

KROK 2.

POSZUKIWANIE ODPOWIEDNIEGO TEKSTU

Pomyślcie, co chcielibyście wystawić na scenie. Zastanówcie się, dla jakiej grupy wiekowej będzie przeznaczony spektakl i weźcie to pod uwagę przy wyborze i opracowywaniu tekstu. Jeśli zdecydujecie się na lokalną legendę, trzeba będzie rozpisać tekst na sceny i role.

KROK 3.

PRZYGOTOWANIE SCENOGRAFII I KOSTIUMÓW

Do przygotowania scenografii w teatrze kamishibai potrzebne będą plansze (ok. 100 x 80 cm) przedstawiające poszczególne sceny (ich zilustrowanie możecie zlecić grafikowi). Aby plansze były odpowiednio sztywne, najlepiej wydrukować je na twardej piance lub nakleić papier na sklejkę. Na tylnej części plansz umieśćcie tekst (wydrukowany dużą czcionką lub wyraźnie napisany





/ fot. Diana Gaik

grubym pisakiem), który będzie czytany przy poszczególnych scenach i ewentualnie miniaturkę obrazka z przedniej części (to ułatwi pracę „za kulisami”). Plan-sze ponumerujcie. Możecie zbudować (np. ze sklejki) skrzynkę, rodzaj stabilnej ramy do wsuwania kolejnych obrazków, jednak wystarczy parawan, za którym będą mogły schować się czytające osoby.

Przygotujcie kostiumy aktorów odgrywających scenki. Jeśli w swoim gronie macie kogoś, kto umie i lubi szyć, to świetnie, ale równie dobrze każdy może przygotować kostium samodzielnie – do pokazania postaci potrzebnych jest tylko kilka charakterystycznych elementów.

KROK 4. PRÓBY

Umawiajcie się regularnie, najlepiej raz albo dwa razy w tygodniu. Próby to ćwiczenia do spektaklu, ale też okazja do spotkań, rozmów i planowania kolejnych działań.

KROK 5. PROMOCJA

Jeśli planujecie, że wydarzenie będzie otwarte dla wszystkich, to kiedy wyznaczycie datę i miejsce premiery, przygotujcie plakaty. Możecie je wydrukować lub narysować samodzielnie. Rozwieście je wszędzie tam, gdzie pojawiają się dzieci lub ich rodzice, np. w przedszkolach, szkołach, w bibliotece czy domu kultury. Opowiadajcie o przedstawieniu sąsiadom i znajomym.

KROK 6. PREMIERA

To nie tylko pierwsze przedstawienie, ale i czas na świętowanie. Warto pomyśleć o napojach i poczęstunku. Zaproszcie wszystkie osoby, które brały udział w przygotowaniach spektaklu, i na końcu im podziękujcie.

Warianty

Możecie zorganizować czytanie bajek w plenerze lub placówkach dla dzieci. W każdym takim spotkaniu powinny brać udział dwie czytające osoby. Zróbcie kostiumy pasujące do postaci z prezentowanych bajek. Promujcie działania na lokalnych imprezach, warto przygotować ulotki lub plakaty.

Składniki

liczba osób	animatorów: 5, uczestników: 30
czas: przygotowanie	3 miesiące; realizacja 30–45 minut
potrzebne	sala, materiały do wykonania scenografii i kostiumów
stopień trudności:	4/5

utw.seniorzywakcji.pl

Gotowanie z babcią

czyli jak zorganizować kurs kulinarny i zintegrować pokolenia przy wspólnym przyrządzaniu posiłków

Klub Wolontariusza z Wodzisławskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku na początku liczył pięć członkiń, ale szybko powiększył się do dwudziestu kilku. Wolontariuszki są bardzo zajęte. W przedszkolach pokazują przygotowane przez siebie spektakle, a na szpitalnym oddziale dziecięcym rysują z małymi pacjentami. Współpracują też ze świetlicą środowiskową i stąd narodził się pomysł kursu kulinarnego dla dzieci i młodzieży przychodzących do placówki.

Organizatorki porozmawiały o pomysle z dyrekcją placówki, potem zostało wytypowanych dwanaście osób (w wieku 7-14 lat), które miały brać udział w zajęciach. Na spotkaniu z młodymi ludźmi wolontariuszki opowiedziały o kursie i poprosiły o przyniesienie na pierwsze zajęcia ulubionych przepisów.

Później kartki z propozycjami dań zostały powieszona na ścianie jako inspiracja do kolejnych spotkań. Uczestnicy postanowili, że na pierwszych zajęciach zrobią zupę pomidorową i hamburgery. Wszyscy bardzo się zaangażowali i dzielili pracą. Każdy miał szansę się wykazać i nauczyć się czegoś nowego.

Spotykali się raz na dwa tygodnie od marca do listopada z przerwą wakacyjną. Przygotowali w sumie dziewiętnaście dań: na każdych zajęciach zwykle robili zupę i deser lub główne danie i deser. Kiedy trzeba było poczekać na ugotowanie się jedzenia, uczestnicy spisywali przepisy i rysowali potrawy. Potem wszyscy razem zasiadali do posiłku. Jedzeniem, które zostało, następnego dnia częstowali innych.

W jednych z zajęć wziął udział nauczyciel z liceum gastronomicznego, który pokazał, jak robić dekoracje z warzyw i owoców. Z okazji Dnia Matki przygotowali uroczysty poczęstunek i zaprosili swoje rodziny.

Prace plastyczne złożyły się na książki kucharskie, które młodzi ludzie dostali na zakończenie kursu. Książki

miały formę segregatora z okładką ozdobioną w technice dekupażu z fotografią właściciela. Wszyscy otrzymali także kuchenne fartuszki z wyszytym imieniem.

Kurs kulinarny to dla przychodzących do świetlicy młodych ludzi nie tylko nauka gotowania i zasad zdrowego odżywiania się, ale przede wszystkim okazja do pracy w różnowiekowej i międzypokoleniowej grupie. Wspólne działanie, kiedy nikt nikogo nie ocenia, a dorośli są wsparciem, było ważnym doświadczeniem zarówno dla młodych ludzi, jak i seniorów.

KROK PO KROKU

KROK 1.

PRZYGOTOWANIA

W grupie wolontariuszy zastanówcie się, czego potrzebujecie, żeby zorganizować kurs kulinarny i ile mniej więcej osób będzie w nim uczestniczyć. Konieczne będzie zapewnienie budżetu na kupno artykułów spożywczych. Pomyślcie, jakich sprzętów będziecie potrzebować, i jak je zorganizować. Zróbcie plan działań, podzielcie się zadaniami i umówcie na konkretne terminy.

KROK 2.

POCZĄTEK DZIAŁAŃ

Skontaktujcie się z placówką, która prowadzi zajęcia dla dzieci: świetlicą środowiskową, domem kultury, biblioteką. Ustalcie zasady współpracy, może instytucje te będą mogły finansowo lub rzeczowo wesprzeć działania.

Na pierwszym spotkaniu z młodymi ludźmi przedstawcie się i opowiedzcie, jak będą wyglądać zajęcia. Porozmawiajcie o tym, co kto lubi jeść i dlaczego. Poproście o przepisy ulubionych dań i spośród nich wspólnie wybierzcie te, które przygotujecie na początku kursu.

Przed zajęciami kupcie potrzebne składniki i skompletujcie sprzęt potrzebny do przygotowania wybranej potrawy.



/ fot. Anna Liminowicz

KROK 3. WSPÓLNE GOTOWANIE

Ustalcie reguły wspólnej pracy, przypomnijcie o zasadach bezpieczeństwa i o konieczności zachowania higieny – przydadzą się chustki na głowę dla wszystkich. Podzielcie się zadaniami zgodnie z możliwościami uczestników, pamiętajcie, by każda osoba miała okazję wykazania się swoimi umiejętnościami i nauczenia się nowych. Udzielajcie wskazówek, pokazujcie, jak coś zrobić, ale nie wyręczajcie. Warto korzystać z pomysłów dzieci i wprowadzać drobne modyfikacje do przepisów. Zachęcajcie do poznawania nowych smaków, ale i dawajcie prawo do odmowy. Pamiętajcie też, że potrawy nie muszą wyglądać idealnie.

Kiedy jedzenie będzie się gotowało, poproście o narysowanie dania i spisanie przepisu. Powstałe prace zbierzcie i zachowajcie – przydadzą się do książek kucharskich.

Usiądźcie razem do stołu i cieszcie się wspólnym posiłkiem. Jeśli okaże się, że jedzenia jest za dużo, tym, co zostało, poczęstujcie inne osoby przychodzące do świetlicy.

KROK 4. **ŚWIĘTOWANIE**

Na zakończenie kursu wspólnie zorganizujcie poczęstunek i zaproszcie gości. Przygotujcie dla uczestników dyplomy i książki kucharskie złożone z ich przepisów oraz rysunków, do których będą mogli dokładać kolejne. Podziękujcie im, a także wszystkim, którzy pomogli wam w działaniach.

Warianty

Do udziału w kursie możecie zaprosić dzieci z różnych placówek, wtedy będą miały szansę poznać się i zintegrować przy wspólnej pracy.

Składniki

liczba osób	animatorów: 6, uczestników: 12
czas: przygotowanie	3 tygodnie;
realizacja:	6 miesięcy (3 godziny raz na 2 tygodnie)
potrzebne	sala, sprzęt kuchenny, chustki na głowę, budżet na artykuły spożywcze i materiały plastyczne
stopień trudności	4
tagi	seniorzy, dzieci, integracja, gotowanie, wymiana wiedzy, wolontariat

utw.seniorzywakcji.pl

Podwórkowe gry i zabawy naszych dziadków

czyli jak zachęcić dzieci do aktywności fizycznej i dobrze się z nimi bawić

Grupa wolontariuszy z UTW przy Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu szukała pomysłu na zmobilizowanie dzieci do ruchu i współpracy. Skupili się na tym, co sami pamiętają z dzieciństwa i co sprawiało im frajdę.

Uznali, że dobrym sposobem na oderwanie dzieci od ekranów mogą być podwórkowe gry. Spośród około trzydziestu zabaw wybrali sześć najatrakcyjniejszych i najprostszych do przeprowadzenia: dwa ognie (zbijaka), skakankę, serso, cymbergaja, kapsle i grę w klasy. Do większości z tych gier nie jest potrzebny specjalny sprzęt. Trzeba było kupić tylko zestaw do serso, skakanek, piłki i kredę.

Roznosili informacje do szkół i proponowali, że na lekcjach WF-u będą pokazywać zabawy dzieciom i z nimi grać. Szkoły podjęły współpracę. Inicjatywa wolontariuszy okazała się ogromnym sukcesem. Dzieci chętnie włączały się do zabawy, nawet te, które zwykle nie lubią ćwiczyć. Zdarzało się, że w ciągu jednego dnia wolontariusze prowadzili aż pięć lekcji w klasach 3-7.

Dzięki swoim działaniom nie tylko pokazali dzieciom nowe sposoby spędzania czasu i zachęcili młodych ludzi do aktywności fizycznej, ale też dali wszystkim uczestnikom okazję do innych niż dotąd międzypokoleniowych spotkań.

KROK 1.

PLANOWANIE DZIAŁAŃ

W grupie wolontariuszy porozmawiajcie o tym, w co lubiliście się bawić i grać, kiedy byliście dziećmi. Wybierzcie kilka gier i spiszcie ich reguły (wtedy będzie wam łatwiej przedstawiać pomysł). Zastanówcie się, czego potrzebujecie, żeby rozpocząć: co trzeba kupić i i przygotować na początek. Pamiętajcie o zaplanowaniu promocji.

Wybierzcie spośród siebie osobę, która będzie czuwać nad całością, rozdzielcie zadania i umówcie się na konkretne terminy ich wykonania.

KROK 2.

PROMOCJA

Wydrukujcie w kilkudziesięciu egzemplarzach opisy gier, wybierzcie się z nimi na lokalny piknik lub inną tego typu imprezę. Przygotujcie sobie stanowisko do grania, zapraszajcie do udziału przechodzące osoby.

Wybierzcie się do szkół, zaproponujcie współpracę.

KROK 3.

GRY W SZKOŁACH

Zależnie od pogody zabawy można przeprowadzić na boisku albo w sali gimnastycznej. W każdej klasie, z którą będziecie mieć zajęcia, opowiedzcie kilka słów o sobie



/ fot. Krzysztof Pacholak

i o tym, co skłoniło was do pokazania młodym ludziom gier z przeszłości. Wyjaśnijcie zasady i zacznijcie wspólną zabawę. Nie zrażajcie się, jeśli na początku spotkacie się z rezerwą, szybko okaże się, że chętnych jest coraz więcej. Nagradzajcie pochwałami każdy sukces.

KROK 4.

SPOTKANIE KOŃCZĄCE SEZON

Warto na koniec semestru czy roku szkolnego, np. przy okazji lokalnego wydarzenia, opowiedzieć o sukcesach i zaprosić uczestników do wspólnej zabawy. Pamiętajcie o podziękowaniach dla wszystkich, którzy nie tylko brali udział w akcji, ale i pomogli w przygotowaniach.

Warianty

Możecie zorganizować gry, które nie wymagają wysiłku fizycznego. Chińczyk, warcaby, loteryjka będą atrakcją dla młodszych dzieci, choć raczej nie zastąpią lekcji WF-u.

Składniki

liczba osób	animatorów: 3, uczestników: jednorazowo 20
czas: przygotowanie	1-2 miesiące; realizacja jednego warsztatu: 45 minut
potrzebne	sprzęt do gier: piłki, skakanki, kreda, kapsle itp., wydrukowane instrukcje
poziom trudności	3/5

LUCYNA KOWALEWSKA, ELŻBIETA WITKOWSKA, KAROL CZOPEK (WROCŁAW)

Pocztówki z Zielonki, jakiej już nie ma

czyli jak wspólnie spędzić czas i zainteresować dzieci lokalną historią

Trzy wolontariuszki z Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Zielonce szukały pomysłu na lokalne działania związane z historią miasta. Po wielu spotkaniach i długich rozmowach skorzystały z sugestii koordynatorki UTW i postanowiły zorganizować grę miejską dla dzieci ze szkolnych świetlic. Podzieliły między siebie zadania zgodnie z zainteresowaniami i umiejętnościami. Przy planowaniu gry starały się przyjąć perspektywę dzieci, tak by była dla nich ciekawa i wciągająca, stąd w grze pojawiły się nowe technologie w postaci informacji zapisanych kodami QR.

Głównym hasłem i osią zabawy miały być archiwalne fotografie przedstawiające różne obiekty dawnej Zielonki. Wolontariuszki zaplanowały trasę w bezpiecznej okolicy, przez miejsca związane z historią, ułożyły rebusy i zagadki. Ustaliły termin. Odwiedziły szkoły, gdzie opowiedziały o pomysle, uzgodniły liczbę dzieci biorących udział w grze. Zapewniły ubezpieczenie, poczęstunek i nagrody. W przygotowaniu i we wsparcie w trakcie gry zaangażowało się ponad dwadzieścioro wolontariuszy.

Umówionego dnia na starcie pojawiło się kilkadziesiąt osób – dzieci z opiekunkami. Wszyscy dostali zaprojektowane graficznie i wydrukowane książeczki z zadaniami. Utworzono dziesięć drużyn, każdej towarzyszyła wolontariuszka z UTW. W ciągu półtorej godziny dzieci na kolejnych etapach szukały ukrytych wskazówek pozwalających im ruszyć dalej, odnajdywały fragmenty puzzli, które składały się na fotografie terenu, rozwiązywały zadania tematycznie związane z historią miejsc, a także smartfonami odczytywały kody QR. Wszystkie dzieci bardzo się zaangażowały i świetnie sobie poradziły. Na zakończenie wszyscy zapozowali do wspólnej fotografii, gracze dostali nagrody i razem poszli na pizzę.

Organizatorki dzięki swojemu pomysłowi zaproponowały ciekawy sposób spędzania czasu i zainteresowały lokalną historią nie tylko dzieci biorące udział w grze. Także wolontariusze dowiedzieli się nowych rzeczy o miejscach, które znają od lat. Uczestnicy z różnych pokoleń mieli okazję nawzajem się poznać i nawiązać relacje w niecodziennych okolicznościach. To początek kolejnych tego typu działań w Zielonce.

KROK PO KROKU

KROK 1.

PRZYGOTOWANIE PLANU DZIAŁAŃ

W grupie wolontariuszy zastanówcie się, czego potrzebujecie do zorganizowania gry. Zbierzcie pomysły na hasło przewodnie, trasę i zadania. Trasa nie powinna być dłuższa niż cztery kilometry. Spróbujcie przewidzieć, ile mniej więcej osób weźmie udział w zabawie. Najprościej zaprosić zespoły rodzinne, wtedy nie trzeba zapewniać grupom opieki ani ubezpieczenia. Podzielcie się pracą i wybierzcie spośród siebie osobę, która będzie czuwać nad całością. Zróbcie plan i harmonogram działań.

KROK 2.

PRZYGOTOWANIE ELEMENTÓW GRY

Ułóżcie zagadki, rebusy itp. dotyczące każdego z przystanków. Rozwiązania zadań powinny być wskazówkami pozwalającymi dotrzeć do kolejnego etapu gry. Możecie przygotować książeczki z zadaniami, możecie też po prostu wydrukować karty z tabelami, w których wolontariusze będą zaznaczać (np. stemplem) zaliczenie kolejnego etapu. Listy, które będziecie ukrywać albo inne materiały papierowe warto zafoliować. Przydadzą się kolorowe przypinki w różnych kolorach i kształtach dla poszczególnych zespołów.

Pomyślcie o nagrodach – w zależności od tego, czy chcecie wprowadzać element rywalizacji, mogą być różnej wartości albo jednakowe. Ważne, by dostała je każda osoba biorąca udział w grze i by były naprawdę przemyślane, np. związane z tematem zabawy.

KROK 3. PROMOCJA

Jeżeli do waszej gry chcecie zaprosić dzieci ze szkolnej świetlicy albo innej placówki, porozmawiajcie z dyrekcją, opowiedzcie o pomysłe i wspólnie ustalcie warunki. Jeżeli będzie to impreza otwarta, promujcie ją na waszej stronie internetowej, stwórzcie wydarzenie na FB, dołączcie formularz zgłoszenia i regulamin. Pamiętajcie, że liczba osób, które faktycznie pojawią się na starcie, będzie różna od liczby deklaracji udziału, a także wysłanych zgłoszeń. Możecie zrobić plakaty i powiesić je wszędzie tam, gdzie pojawiają się dzieci i ich rodzice. Opowiadajcie o grze znajomym i sąsiadom.



/ fot. Paweł Ogródzki



/ fot. Paweł Ogrodzki

KROK 4. ORGANIZACJA I PRZEBIEG GRY

W grupie wolontariuszy podzielcie się zadaniami, tak by na każdym przystanku były przynajmniej dwie osoby. Upewnijcie się, że wszyscy wiedzą, co mają robić i dopilnujcie, żeby mieli zapisane potrzebne numery telefonów. Przygotujcie dla siebie identyfikatory (np. przypinki z imionami i kolorowe chusty), żeby uczestnicy od razu mogli was rozpoznać.

Bądźcie na miejscu startu (z wydrukowanym regulaminem i formularzem zgłoszenia) dla każdego zespołu pół godziny przed rozpoczęciem gry. Przedstawcie się, opowiedzcie o zasadach, rozdajcie przypinki i materiały. Czuwajcie nad przebiegiem gry, kontaktując się między sobą i sprawdzając, czy wszyscy uczestnicy zakończyli dany etap.

KROK 5. **ZAKOŃCZENIE**

Kiedy wszyscy dotrą do mety, pogratulujcie uczestnikom, rozdajcie nagrody, podziękujcie osobom, które brały udział w organizacji imprezy i zróbcie pamiątkowe zdjęcie.

Warianty

Grę możecie zorganizować wspólnie z lokalnym muzeum lub ośrodkiem kultury.

Składniki

liczba osób	animatorów 3–5 do organizacji i ok. 20 do samej gry
uczestników	do 40 (10 grup po 4 osoby)
czas: przygotowanie	3 tygodnie
realizacja	ok. 3 godzin
potrzebne	materiały plastyczne, kolorowe chusty, budżet na nagrody i ewentualny poczęstunek
poziom trudności	4/5

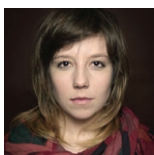
utw.seniorzywakcji.pl

HANNA WIŃSKA, JADWIGA MACIĄŻEK, KRYSZYNA JASTRZĘBSKA (ZIELONKA)

**autorzy i autorki
publikacji**



ADAM KADENACI – absolwent Instytutu Stosowanych Nauk Społecznych na Uniwersytecie Warszawskim. Pracuje jako badacz społeczny, animator i koordynator projektów społecznych. Członek sieci Latających Socjologów i Animatorów Kultury, w ramach której prowadził działania diagnostyczno-animacyjne w bibliotekach, domach kultury, na uniwersytetach trzeciego wieku, w pracowniach Orange i na orlikach.



DOROTA OGRODZKA – trenerka, animatorka kultury, pedagogka teatru, reżyserka, badaczka. Pracuje w Stowarzyszeniu Pedagogów Teatru, z którym prowadzi przestrzeń praktyki i pedagogiki teatru LUB/LAB. Jako trenerka i animatorka związana jest z Towarzystwem Inicjatyw Twórczych „ę”, gdzie prowadzi warsztaty, wspiera lokalnych liderów w działaniach społecznych.



MARCIN GÓRECKI – animator, edukator i koordynator projektów społecznych. Absolwent nauk politycznych i filozofii w Szkole Filozofii XX wieku Tadeusza Gadacza. Związany z Towarzystwem Inicjatyw Twórczych „ę”, gdzie koordynował projekt „UTW dla społeczności” i pilotaż projektu mentoringowego „Tandem. Mentoring 55+”.



URSZULA ENGELMAYER – socjolożka, trenerka, konsultantka i koordynatorka projektów społecznych. Autorka i redaktorka publikacji związanych z działaniami społecznymi i kulturą, między innymi „Pomysłów do zrobienia” Towarzystwa Inicjatyw Twórczych „ę”.



POLSKO-AMERYKAŃSKA FUNDACJA WOLNOŚCI

Polsko-Amerykańska Fundacja Wolności działalność programową rozpoczęła w 2000 roku, realizuje swoje przedsięwzięcia w trzech obszarach tematycznych: edukacja, rozwój społeczności lokalnych, ze szczególnym uwzględnieniem obszarów wiejskich i małych miast, oraz dzielenie się polskimi doświadczeniami z transformacji z innymi krajami Europy Środkowej i Wschodniej.

Dotychczas fundacja przeznaczyła na swoją działalność ponad 169 mln USD, a jej fundusz wieczysty przekroczył 255 mln USD. W ramach 36 programów sfinansowano prawie 27 tysięcy stypendiów dla młodzieży, blisko 12 tysięcy projektów lokalnych z udziałem setek tysięcy osób, zorganizowano szkolenia dla 65 tysięcy nauczycieli, także dla 21 tysięcy liderów i pracowników organizacji pozarządowych, a blisko 4 tysiące lokalnych bibliotek przekształcono w nowoczesne centra informacji, edukacji, kultury i aktywności obywatelskiej. W wizytach studyjnych do Polski uczestniczyło ponad 8 tysięcy osób z Ukrainy, Białorusi, Rosji, Gruzji, Mołdawii oraz innych krajów.

Od 2005 roku fundacja prowadzi program Uniwersytety Trzeciego Wieku – Seniorzy w akcji, którego celem jest promowanie przedsięwzięć edukacyjnych i aktywizujących skierowanych do osób starszych, wolontariatu i społecznego zaangażowania seniorów, a także współpracy międzypokoleniowej. Ważną częścią programu jest konkurs Seniorzy w akcji, w ramach którego oferowane są granty i szkolenia dla osób powyżej 60. roku życia realizujących projekty społeczne oparte na własnym pomysle.

Więcej informacji o Polsko-Amerykańskiej
Fundacji Wolności: www.pafw.pl

Od 2002 roku prowadzimy projekty społeczne i kulturalne w całej Polsce. Pracujemy z młodymi ludźmi, seniorami, animatorami kultury, pracownikami organizacji pozarządowych i domów kultury, nauczycielami i artystami. Inspirujemy do działania, przekazujemy wiedzę i narzędzia do realizacji własnych projektów społecznych.

Od 2008 roku prowadzimy ogólnopolski program Seniorzy w akcji (inkubator + dotacje) finansowany przez Polsko-Amerykańską Fundację Wolności. Dotychczas wsparliśmy realizację blisko 300 lokalnych projektów realizowanych przez liderów 60+ i pary międzypokoleniowe (60+ i 35-). Współpracujemy ze środowiskiem uniwersytetów trzeciego wieku: organizujemy warsztaty dla liderów i słuchaczy UTW, wspieramy integrację UTW na poziomie regionów, pomagamy powoływać grupy wolańtariatu seniorów na uniwersytetach trzeciego wieku. W 2012 roku przeprowadziliśmy ogólnopolskie badanie „Zoom na Uniwersytety Trzeciego Wieku”, które dostarczyło cennych informacji na temat potrzeb i wyzwań, jakie stoją przed liderami tych instytucji.

Współpracujemy z radami seniorów i samorządami w programie Zoom na Rady Seniorów. W 2016 roku uruchomiliśmy program Generator Innowacji. Sieci Wsparcia, którego celem jest poprawa jakości życia najstarszych seniorów i ich opiekunów. Mamy sieć animatorów kultury w całym kraju, stabilnych partnerów, doświadczenie i umiejętności, które pozwalają nam eksperymentować, wyznaczać nowe trendy i wdrażać odważne projekty.

Więcej informacji o Towarzystwie Inicjatyw
Twórczych „E”: www.e.org.pl

Informacje o programie Seniorzy w akcji:
www.seniorzyw akcji.pl

Autorzy i autorki:

Adam Kadenaci, Dorota Ogrodzka,
Marcin Górecki, Urszula Engelmayer

Redakcja:

Urszula Engelmayer

Korekta:

Lidia Ścibek

Opracowanie graficzne:

 RZECZYOBRAZKOWE

ISBN: 978-83-955171-0-5

Warszawa, 2019 / Wydanie I

Publikacja udostępniona jest na licencji Creative Commons
Uznanie autorstwa – Użycie niekomercyjne 3.0 Polska
(CC-BY-NC 3.0 PL).

Dziękujemy wszystkim, którzy przyczynili się do rozwoju projektu

„UTW dla społeczności”: Beacie Tokarz-Kamińskiej, Katarzynie Świątkiewicz, Marcie Białek-Graczyk, Damianowi Kalicie, Katarzynie Bindzie, Dominikowi Mosaiczkowi, Antoninie Jeżewskiej, Katarzynie Łęgnowskiej, Dagmarze Gortych, Magdalenie Latuch, Jurgicie Kraużlis, Annie Biernat, Annie Jurkiewicz, Angeli Zielińskiej, Krzysztofowi Pacholakowi, Annie Liminowicz, Dianie Gaik, Pawłowi Ogrodzkiemu i wszystkim uczestnikom i uczestniczkom projektu.

Publikacja sfinansowana ze środków
Polsko-Amerykańskiej Fundacji Wolności

towarzystwo
inicjatyw
twórczych



POLSKO-AMERYKAŃSKA
FUNDACJA WOLNOŚCI