

# Fenntartható tanulás a közösségben:



előtérben az idősek tudása és tapasztalata,  
az időskori tanulás és aktivitás lehetőségeinek megteremtése



## Miről szól a projekt?

A „Fenntartható tanulás a közösségben” az Európai Bizottság GRUNDTVIG programjának keretében finanszírozott, 2007. december és 2010. január között megvalósított európai projekt volt. A projekt az egyre idősödő társadalmak kérdéseit és az aktív időskor elősegítését állította előtérbe. A célja az volt, hogy új, gyakorlatias módszereket dolgozzon ki az idősek tudásának és tapasztalatainak áttekintésére, valamint feltérképezze a lehetőségeiket a tanulásban és a közösségi szerepvállalás terén. Ez egy újonnan kidolgozott, innovatív műhelymunka-modell keretei között valósult meg, amelyet egy kézikönyvben is közzétettünk. A projekt az Ausztriai Vöröskereszt koordinálásával, és hat európai ország (Ausztria, Finnország, Németország, Magyarország, Olaszország és Nagy-Britannia) kilenc szervezetének együttműködésével zajlott.

*Egy idős brit résztvevő így fogalmazta meg az aktív állampolgárságról alkotott képét: „[...] megtanuljuk tornával karbantartani magunkat és az egészséges életmód segítségével frissek és egészségesek maradunk, hogy sokáig élhessünk, és az elszigetelődés helyett tagjai maradjunk a közösségnek.”*

## A műhelymunka főbb elemei

A kétnapos műhelymunka két részből áll:

- **A résztvevők tudásának feltérképezése a múltbéli tapasztalatok és tanulmányok alapján.**
- **Személyes akcióterv készítése az újonnan felderített és jelentőségük szerint rangsorolt érdeklődési területek alapján.**

A műhelymunka formája – az aktív részvételre bátorító, biztonságos és meghitt légkörben zajló kiscsoportos foglalkozás – ideális környezetet biztosít a sokféle igény megfelelő kiszolgálására.



### **Ki vehet részt a műhelymunkában?**

A projektben együttműködő partnerekkel a foglalkozást hat ország 103 résztvevőjével teszteltük. Egyaránt jól működött a már bejáratott programokon résztvevő önkéntesek csoportjaival; a közösség lehetséges „motorjainak” tartott emberek csoportjaival, továbbá olyan idős emberekkel, akik eddig még nem vettek részt tanfolyamokon vagy önkéntes munkákban, de új tevékenységeket kerestek, valamint a helyi kisebbségi közösségek idős tagjaival is. Különösen hasznos lehet a projekt, ha egy, az idősek számára szervezett, tanulásra és közösségbe való bevonódásra irányuló hosszú távú programba illeszkedhet bele. Az ideális csoportméret 10–15 fő.”

### **Milyen előnyökkel jár a műhelymunka a résztvevők számára?**

Az értékelés szerint a résztvevők számos előnyét látták a műhelynek. A képességek egyénre szabott feltérképezése az önbecsülés és az önkéntességre való hajlandóság növelésében is hasznosnak bizonyult. A résztvevők felismerték erősségeiket és ráébredtek, mekkora értéket képviselnek. A műhely lehetőséget nyújtott arra is, hogy összegezzék tudásukat, tapasztalataikat. Az élmény jó érzéssel töltötte el a résztvevőket: „jólesik az elismerő szavakat hallani egy ilyen önértékelés során”.

*„A műhelymunka segítségével számba vettük az életünk során felhalmozott tudást és tapasztalatot. Még azok is, akik kezdetben úgy gondolták, nincs semmilyen képességük, rájöttek a két nap során, hogy igenis van tudás a tarsolyukban. A foglalkozás nagyon érdekes és hasznos volt, segített tudatosítani bennünk a képességeinket és a korlátainkat.” Maria Grazia, az olaszországi műhely résztvevője*

A résztvevők értékelték a lehetőséget – ahogy egy olasz résztvevő is rámutatott –, hogy felidézhetik múltbéli tapasztalataikat, örültek az aktív életre ösztönző lehetőségek bemutatásának és a többi résztvevőtől hallott történeteknek. Szintén hasznosnak találták, hogy megfogalmazhatták és átgondolhatták a jövőre vonatkozó álmaikat és vágyaikat: „konkrét terveket szőhettem arról, hogy mit tudok megvalósítani a jövőben” – fogalmazta meg egy finn résztvevő.

Egy magyar résztvevő így nyilatkozott a tudás feltérképezéséről:

„Nagyon fontos felismerni, mi az, amit tudunk. A műhelymunka során a résztvevők visszaneézhetnek, összegezhetnek, megszabadulhatnak a negatív dolgoktól, és megtervezhetik a jövőjüket.”

*Egy idős magyar asszony a személyes tervek (akcióterv) megfogalmazásáról: „Ez segít eligazodni a későbbiekben, tudjuk, kihez fordulhatunk. Ez olyan, mint amikor az utazási iroda kérdőívet töltet ki velünk, mert kíváncsi a visszajelzésünkre: ezt általában szívesen veszik az emberek.”*



### **A kézikönyv tartalma**

A kézikönyv rövid áttekintést ad a projekt háttéréről és a műhelyek kidolgozásának folyamatáról. Részletesen leírja, hogyan kell vezetni egy ilyen műhelyt, és bemutatja az alkalmazható módszereket. A kézikönyv nemcsak a szakembereket szólítja meg, hanem azokat az idős véleményformálókat is, akik szívesen vezetnék műhelyeket. A kézikönyv öt nyelven érhető el: angolul, németül, finnül, magyarul és olaszul.

A könyv a következő gyakorlatokat tartalmazza:

- **ráhangolóó gyakorlatok/bevezetés**
- **az egyéni tudás feltérképezése**
- **„házi feladat”**
- **az önkéntességgel és tanulási lehetőségekkel kapcsolatos információ**
- **személyes tervek (akcióterv)**
- **egymás ösztönzése és bevonása – „tudás piac”**
- **feldolgozást segítő (ún. „utánkövető”) gyakorlatok**
- **értékelés**

A könyv megadja minden gyakorlat célját és időtartamát, a szükséges eszközöket, a gyakorlatok levezetésének módját, és felhívja a figyelmet a tevékenység-specifikus elemekre.

### **Tervek a jövőre nézve**

A projekt egyik folytatásaként arra számítunk, hogy a különböző területeken dolgozó szervezetek ösztönzik és támogatják majd a „kortársaktól tanulást” az idősök körében. Ez azt jelenti, hogy a műhelymunka korábbi résztvevői a kézikönyv segítségével maguk is tarthatnak műhelyeket a saját helyi közösségük számára. Erre Olaszországban már volt is példa, amikor a Rómában rendezett műhely két résztvevője néhány héttel később Ferrarában saját műhelyt tartott. A projektben részt vevő szervezetek keresik a módját, hogy hogyan tehetnék rendszeresen elérhetővé ezt a műhelymunkát az idős érdeklődők számára. Az idősöknek szervezett európai önkéntes csereprogramok ([www.seven-network.eu](http://www.seven-network.eu)) előkészítő és utómunkálati szakaszainak tevékenységei közé is fokozatosan beépülnek a projekt keretében kidolgozott módszerek. A projektben részt vevő szervezetek folyamatosan keresik a kapcsolatot más, különböző régiókban, környezetben és/vagy országokban működő szervezetekkel, amelyek számára hasznos lenne egy ehhez hasonló műhely megrendezése.

### **További információ a műhelyekkel kapcsolatban**

A [www.slic-project.eu](http://www.slic-project.eu) weboldalon további információk találhatóak a projektről, és a kézikönyv is letölthető innen. Ha szeretne műhelyeket tartani, vagy érdeklik az alkalmazott módszerek, kérjük, forduljon az adott ország partnerszervezeteihez.

A kézikönyv szintén megrendelhető az adott nyelveken a partnerszervezeteknél.

# A partnerszervezetek listája

## AUSZTRIA



Austrian Red Cross  
Charlotte Strümpel, Cornelia Hackl  
Tel. +43 1 58 900 128  
charlotte.struempel@roteskreuz.at  
www.roteskreuz.at



Research Institute of the Red Cross  
Katharina Resch, Monika Höglinger  
Tel. +43 1 79 580 5427  
katharina.resch@w.roteskreuz.at  
www.wrk.at/forschungsinstitut



Circle of Austrian Adult Education  
Associations  
Wolfgang Kellner  
Tel. +43 1 5336547  
w.kellner@volksbildungswerke.org  
www.ring.bildungswerke.at

## FINNORSZÁG



Adult Education Centre  
of the City of Helsinki  
Pirjo Halla, Elisa Tan  
Tel. +358 9 31088571  
pirjo.halla@opisto.hel.fi  
www.hel.fi/tyovaenopisto

## NÉMETORSZÁG



ISIS – Institut für Soziale Infrastruktur  
Karin Stiehr  
Tel. +49 69 2648650  
stiehr@isis-sozialforschung.de  
www.isis-sozialforschung.de

## MAGYARORSZÁG



Budapesti Művelődési Központ  
Brenner Zsuzsanna, Basel Péter  
Tel. +36 1371 2770  
international@bmknet.hu  
www.bmknet.hu

## OLASZORSZÁG



LUNARIA  
Davide di Pietro, Sergio Crimi  
Tel. +39 0 68841880  
dipiетро@lunaria.org  
www.lunaria.org

## NAGY-BRITANNIA



PRIAE – Policy Research Institute  
on Ageing and Ethnicity  
Naina Patel, Ahsan Mahlik  
Tel. +44 1204 386 305  
npatel@priae.org  
www.priae.org



University of Strathclyde  
Maureen Marley, Val Bissland  
Tel. +44 (0)141 548 43 88  
maureen.marley@strath.ac.uk  
www.cl.strath.ac.uk/ssi.html

INTEVAL Ltd.  
Nicholas Walters  
Tel. +44 1483 415106  
n.walters@surrey.ac.uk  
www.surrey.ac.uk/politics/cse



## Impresszum:

Kiadja: Austrian Red Cross, Wiedner Hauptstraße 32, 1041 Vienna, Austria; Tel.: +43 (0) 1 589 00-128, www.redcross.at, ZVR-Zahl: 432857691  
Design: November Design & PR | Nyomdai munkálatok: gugler GmbH, Auf der Schön 2, A-3390 Melk

Az Európai Bizottság támogatást nyújtott ennek a projektnek a költségeihez. Ez a kiadvány (közlemény) a szerző nézeteit tükrözi, és az Európai Bizottság nem tehető felelőssé az abban foglaltak bármilyen felhasználásért. | Képek forrása: Adult Education Centre of the City of Helsinki, Budapest Cultural Centre, Lunaria, Policy Research Institute on Ageing and Ethnicity, Research Institute of the Red Cross, University of Strathclyde