

Sztafeta pokoleń

Opis modelu innowacji społecznej



Spis treści

O Sztafecie pokoleń.....	3
Wstęp do modelu.....	3
Odbiorcy innowacji.....	4
Przygotowanie i wdrożenie modelu	4
Ryzyka oraz sposoby im przeciwdziałania.....	7
Korzyści.....	8
Koszty	9

O Sztafecie pokoleń

1. „Sztafeta pokoleń” to innowacja społeczna, która była inkubowana i testowana w ramach projektu „Innowacje na ludzką miarę – wsparcie rozwoju mikroinnowacji w obszarze usług opiekuńczych dla osób zależnych” realizowanego przez Fundację Pracownia Badań i Innowacji Społecznych Stocznia w partnerstwie z Gminą Miasta Gdynia, Miastem Stołecznym Warszawa oraz firmą Ecorys.
2. W ramach projektu wypracowywane zostały rozwiązania dotyczące usług świadczonych na rzecz osób zależnych ze względu na niepełnosprawność, chorobę czy wiek oraz podejmowane są działania prowadzące do szeroko pojętej aktywizacji tych osób.
3. Innowacja „Sztafeta pokoleń” testowana była przez Caritas Archidiecezji Łódzkiej w pięciu parafiach na terenie archidiecezji łódzkiej – dwóch parafiach łódzkich oraz po jednej z Koruszek, Pabianic i Tomaszowa Mazowieckiego.

„Sztafeta pokoleń” skierowana jest do wolontariuszy Parafialnych Zespołów Caritas (PZC) i Szkolnych Kół Caritas (SKC), którzy zauważają w swym otoczeniu osoby starsze, samotne, chore czy niepełnosprawne i chcą nieść im pomoc poprzez dotrzymanie towarzystwa, cykliczne odwiedziny i wspólne spędzanie czasu. Działania te są próbą odpowiedzi na narastający problem społeczny, jakim jest sytuacja osób w wieku poprodukcyjnym, które często są mało aktywne i z różnych powodów niezaradne życiowo, co przyczynia się do ich wykluczenia społecznego.

Wstęp do modelu

1. „Sztafeta pokoleń” to propozycja działań na rzecz aktywizacji osób zależnych w społecznościach lokalnych, działań podejmowanych wspólnie przez zespoły dorosłych i młodych wolontariuszy.
2. W Caritas Archidiecezji Łódzkiej w realizację projektu włączyli się wolontariusze Parafialnych Zespołów Caritas i Szkolnych Kół Caritas – ze szkół podstawowych i średnich.
3. Celem było wspieranie osób zależnych w ich domach poprzez animację czasu wolnego.
4. Praktyczna realizacja polegała na systematycznych, cyklicznych spotkaniach wolontariuszy z osobami zależnymi i spędzaniu z nimi czasu lub organizowaniu wspólnych wyjść.
5. Dzięki podjętym działaniom nastąpiło wzmocnienie więzi międzypokoleniowych, wzrosła aktywność małej lokalnej społeczności, zaczęła się tworzyć sieć pomocy wzajemnej.

Odbiorcy innowacji

1. Odbiorcy bezpośredni to osoby zależne - osamotnione, chore, niepełnosprawne, niezaradne życiowo, o utrudnionym kontakcie z otoczeniem zewnętrznym, niemające rodziny lub o zaburzonych relacjach z rodziną, seniorzy w wieku 65+.
2. Odbiorcy pośredni to młodzi wolontariusze Szkolnych Kół Caritas i dorośli wolontariusze Parafialnych Zespołów Caritas.

Przygotowanie i wdrożenie modelu

I. Rozpoznanie potrzeb i zasobów:

1. Punktem wyjścia jest uświadomienie sobie skali problemu, jakim jest obecność osób zależnych w otoczeniu, rozpoznanie ich złej sytuacji życiowej i rozpatrzenie możliwości podjęcia działań zaradczych.
2. Kolejny krok to decyzja o wsparciu tych osób poprzez dotrzymanie towarzystwa, animację czasu wolnego i próbę ich aktywizacji.
3. Należy również dokonać analizy zasobów - w naszym przypadku chodzi przede wszystkim o siły ludzkie, są to doświadczeni, dobrze zorientowani w potrzebach środowiska lokalnego wolontariusze PZC oraz chętna do konkretnych działań młodzież skupiona w SKC.

II. Rekrutacja uczestników:

1. Zaczynamy od wolontariuszy PZC i opiekunów SKC poprzez przekazanie im informacji o projekcie podczas spotkań. Zbieramy zgłoszenia chętnych zespołów i spośród nich wyłaniamy grupy do realizacji zadania, preferujemy PZC i SKC z terenu tej samej parafii. Przy wyborze kierujemy się ich dotychczasową aktywnością i naszą wiedzą o ich dokonaniach i potencjale.
2. Osoby wybrane z Zespołów i Kół szczegółowo zapoznujemy z założeniami innowacji i ogólnym planem działań na rzecz osób zależnych.
3. Do jednego podopiecznego delegujemy stałą grupę wolontariuszy: 1 osoba z PZC i 2 z SKC. Do projektu przygotowujemy jednak liczbę osób większą niż konieczna, aby mieć rezerwę w razie sytuacji nieprzewidzianych.
4. Wolontariusze PZC to osoby dorosłe, wytypowane przez Zespół, które pełnią funkcję opiekuna.
5. Jako wolontariusze SKC sprawdzają się zarówno młodzi ze szkół średnich, jak i dzieci ze szkół podstawowych (od klasy V wzwyż). O ich udziale współdecydują opiekunowie SKC.

6. W przypadku osób niepełnoletnich konieczna jest pisemna zgoda rodziców na uczestnictwo w projekcie.
7. Wolontariuszom Parafialnych Zespołów pozostawiamy wybór odbiorców projektu, gdyż to oni najlepiej orientują się w małym środowisku lokalnym. Właściwy wybór osób to jeden z czynników decydujących o powodzeniu planowanych działań.

III. Przygotowanie do działania:

A. Spotkania organizacyjne

1. Koordynator zadania spotyka się z wyrekrutowanymi zespołami, aby dokładnie omówić założenia innowacji. Godne polecenia jest spotkanie bezpośrednie, ułatwia późniejszą komunikację.
2. Dalszy kontakt może być realizowany przez liderów każdego z PZC oraz opiekunów SKC.
3. Jeśli obowiązuje dokumentacja, dobrze jest wypełnić ją podczas spotkania, można od razu wyjaśnić wszelkie wątpliwości, konieczne jest zebranie deklaracji dotyczących ochrony danych osobowych.

B. Warsztaty

1. Dla PZC - z zakresu komunikacji, psychologicznych aspektów pracy z osobą starszą, systemu pomocy społecznej i służby zdrowia, roli wolontariusza wspierającego, a nie wyręczającego podopiecznego(3x2h),
2. Dla SKC – przygotowujące do kontaktu z osobą starszą, dotyczące empatii, odpowiedzialności, specyfiki aspektów starości, pomysłów na wspólne działania (2x2h),
3. Wspólne dla PZC i SKC zaplanowane tak, aby wzajemnie się poznać, zintegrować, wspólnie działać i wyodrębnić trzyosobowe zespoły, które przygotowują się do wizyt u tej samej osoby podopiecznej. Cykl warsztatów wspólnych ma szczególne znaczenie – dobre poznanie się i dopasowanie w grupach odwiedzających jest najistotniejsze dla właściwego przebiegu realizowanych wizyt u osób zależnych (2x2h).
4. W warsztatach uczestniczą wszyscy wolontariusze zgłoszeni do projektu. Prowadzone są przez doświadczoną kadrę, w przypadku Caritas byli to pracownicy z działów merytorycznie związanych z tematyką zajęć.

IV. Ustalenie ostatecznego składu zespołów realizujących odwiedziny:

A. Skład zespołu:

1. Osoba odwiedzana (zależna),
2. Odwiedzający:

- jeden wolontariusz PZC,
- dwóch wolontariuszy SKC.

3. Zalecany jest stały skład zespołu, nie sprawdza się rotacja osób.
4. Nie jest dobra także większa grupa – może przytłoczyć podopiecznego.
5. W razie sytuacji awaryjnych można dobrać osoby z listy rezerwowej.

B. Ważne dla odwiedzających:

1. Wcześniejsze zdobycie informacji o osobie odwiedzanej w PZC lub u osób, które ją znają.
2. Przed pierwszą wizytą spotkanie integracyjne w małej grupie dające możliwość dobrego poznania się, wymiany informacji o swoich zainteresowaniach, umiejętnościach, potrzebach.
3. Na pierwszej wizycie warto porozmawiać o potrzebach, oczekiwaniach i zainteresowaniach osoby odwiedzanej (w tym celu można wykorzystać ankietę).
4. Jasna komunikacja w zespole, przekazywanie informacji zwrotnych po wizycie.
5. Regularność wizyt w tym samym składzie umożliwia głębszą znajomość i lepsze relacje z osobą odwiedzaną.

V. Opracowanie regulaminu i harmonogramu wizyt:

1. Wolontariusze zapoznają się z regulaminem wizyt, po analizie i dyskusji akceptują jego zapisy.
2. Zbierają pomysły, tworzą ramowy harmonogram odwiedzin, zależny od stanu zdrowia i potrzeb osoby odwiedzanej oraz swoich możliwości.
3. Zalecana częstotliwość odwiedzin – raz na dwa lub trzy tygodnie, przy zachowaniu pełnej elastyczności.
4. Zalecany czas trwania jednej wizyty – od 1,5h do 2h. Należy jednak traktować go elastycznie (zależnie od stanu zdrowia i samopoczucia podopiecznego, warunków, możliwości wolontariuszy oraz zaplanowanych działań).

VI. Realizacja spotkań z podopiecznymi:

1. Przed każdą wizytą warto telefonicznie ją potwierdzić z osobą odwiedzaną.
2. Podejmowane działania zawsze powinny być zależne od sytuacji osoby odwiedzanej i jej potrzeb. Plan wizyty powinien być punktem wyjścia, propozycją, ale można go modyfikować na bieżąco – w trakcie odwiedzin.
3. Podczas odwiedzin najważniejsza okazuje się rozmowa i sama obecność wolontariuszy.

4. Przebieg wizyt obejmować może także wspólne zabawy i gry (gry planszowe, warcaby, szachy, scrabble itp.), naukę obsługi urządzeń elektronicznych, rozwiązywanie krzyżówek i rebusów, lekturę, zabawy słowne, oglądanie zdjęć i opowieści wspomnieniowe, muzykowanie i śpiew, modlitwę, proste prace plastyczne, robótki ręczne.

5. Wyjścia to spacery, wyjścia do kina, teatru, galerii sztuki, muzeum, palmiarni, ogrodu botanicznego, a także cukierni, kawiarni, pizzerii czy pierogarni.

6. Spotkania powinny być dokumentowane, np. prostym wpisem w dzienniczku wizyt.

7. Jako dodatkową pomoc można zapewnić wsparcie psychologa, pomocnego w razie wystąpienia problemów w kontakcie z osobą odwiedzaną lub w zespole odwiedzającym.

VII. Okresowe podsumowania w zespołach:

1. Krótki sygnał zwrotny wolontariusze przekazują sobie po każdej wizycie.

2. Po każdej wizycie dokumentują przebieg wizyty w dzienniczku.

3. Raz w miesiącu koordynator zadania kontaktuje się z każdym z zespołów odwiedzających z pytaniem o odbywanie wizyt i ewentualne problemy, sukcesy czy porażki.

4. Raz na kwartał spotykają się zespoły działające w obrębie jednej parafii, podsumowując przebieg wizyt i dzieląc się wnioskami. Jeśli to potrzebne, można modyfikować harmonogram, dostosowując go do potrzeb osób odwiedzanych.

5. W przypadku problemów zawsze można liczyć na wsparcie czy interwencję koordynatora.

6. Realizacja „Sztafety pokoleń” w parafiach nie ma określonego zakończenia działań. Mogą one trwać tak długo, jak długo istnieje potrzeba, a wolontariusze mają możliwości na nią reagować.

Ryzyka oraz sposoby im przeciwdziałania

Ryzyko	Sposób przeciwdziałania
Niechęć osób zależnych lub ich rodzin do wpuszczenia kogoś obcego do domu.	Osoby zależny powinny być znane Parafialnym Zespołom Caritas, dzięki temu PZC jest gwarancją bezpieczeństwa odwiedzin.
Nieporozumienia z rodziną osoby zależnej.	Ważne jest, aby rodzina osoby zależnej miała świadomość odwiedzin i wiedziała, na czym polega innowacja i jaki jest jej cel. Jeżeli rodzina nie wyraża zgody, to niestety innowacja nie może być realizowana.

Zniechęcenie wolontariuszy i nieporozumienia między wolontariuszami	Ważne jest, aby dbać o dobre relację między poszczególnymi członkami zespołu odwiedzającego. Jednocześnie osoba prowadząca projekt powinna co jakiś czas robić spotkania podsumowująco-motywuujące dla wszystkich wolontariuszy celem uniknięcia wypalenia.
Wykorzystanie wolontariuszy do innych celów niż założone	Osoba zależna musi mieć świadomość, że wolontariusze nie są opiekunami tej osoby. Ważne jest ustalenie zakresu pomocy na pierwszym spotkaniu. W razie nieporozumień interweniować powinien koordynator projektu.

Korzyści

I. Dla osób zależnych:

- czują się mniej samotne, zdobywają nowych znajomych,
- ciekawie i aktywnie spędzają czas, odrywają się od swoich problemów i dolegliwości,
- uczą się pełniej korzystać z nowoczesnych technologii, komórek czy tabletów,
- zyskują motywację do wyjścia z domu,
- otwierają się na nowe wyzwania.

II. Dla wolontariuszy:

- młodzież ma możliwość kontaktu z osobami starszymi – może dowiedzieć się czegoś o najnowszej historii z ich perspektywy
- młodzież ma okazję do zaprezentowania swoich umiejętności czy zainteresowań, np. grać na instrumentach muzycznych
- nawiązuje się współpraca między dorosłymi osobami z PZC a młodzieżą z SKC,
- lepiej poznają się wolontariusze działający na tym samym terenie,
- tworzą się relacje, dające nadzieję na dalszą współpracę w przyszłości również w innych dziedzinach,
- jest szansa na otwarcie się młodych na perspektywę działań w PZC.

III. Dla organizacji:

- wzmacnia się potencjał organizacji,
- podejmowane są nowe działania na rzecz środowiska dające możliwość zaspokojenia ważnej potrzeby społecznej,
- rozszerza się oferta dla wolontariuszy.

Koszty

1. Większość działań będzie opierała się na pracy wolontariuszy.
2. Przedsięwzięcie ma szansę utrzymać się samo, uzupełnione wsparciem w postaci warsztatów dla SKC i PZC oraz koordynatora wolontariuszy.
3. Wynagrodzenie koordynatora wolontariuszy może być finansowane ze środków własnych Caritas, zaś na realizację warsztatów i ew. wsparcie psychologa (adekwatnie do potrzeb) spróbujemy pozyskać pieniądze ze środków publicznych lub fundacji (np. korporacyjnych). W przypadku braku takiej możliwości działanie zostanie zrealizowane wolontaryjnie.