



REGIONALNE CENTRUM
WOLONTARIATU W KRAKOWIE

SENIOR W AKCJI

- NA WOLONTARIAT NIGDY NIE JEST ZA PÓŹNO

Stowarzyszenie Regionalne Centrum Wolontariatu w Krakowie zaprasza **osoby powyżej 60 roku życia mieszkające na terenie województwa małopolskiego** do BEZPŁATNEGO udziału w **SENIORALNEJ SZKOLE WOLONTARIATU**.

***Jeśli jesteś aktywną osobą? Lubisz działać? Chcesz coś zmienić?
Zgłoś się! Przygotuj się z nami do nowej przygody jaką jest wolontariat!***

SENIORALNA SZKOŁA WOLONTARIATU to kompleksowa forma działań, których zadaniem jest upowszechnianie idei wolontariatu, edukowanie, motywowanie i zaangażowanie osób w wieku 60+ w działalność wolontarystyczną. Realizowana jest w ramach projektu „Senior w akcji”, będącego kontynuacją zeszłorocznego projektu „Senior z pasją...”, który cieszył się ogromnym zainteresowaniem i ciepłym przyjęciem przez seniorów z całej małopolski.

I. Szkolenia - 3 dni szkoleniowe, realizowane w okresie II połowa września-listopad-średnio jedno szkolenie w miesiącu, każde szkolenie trwające 6 godzin dydaktycznych, realizowane na terenie Krakowa. Tematyka szkoleń:

- ◆ “Dlaczego warto zostać wolontariuszem 60+?”- współcześnie rozumiany wolontariat, sposoby pomagania innym, wolontariat formalny i nieformalny, przywileje i obowiązki wolontariusza, korzyści zdrowotne, społeczne i osobiste dla seniorów z pełnionej “pracy” w charakterze wolontariuszy.
- ◆ “Ja jako wolontariusz - moje mocne i słabe strony” - moja wiedza, umiejętności, kompetencje - co umiem? co potrafię? jak mogę to wykorzystać? - asertywność - jak mądrze stawiać granice? - moje emocje i stres - jak sobie z tym radzić?
- ◆ Szkolenie specjalistyczne – propozycje tematyczne:
 - „Wrażliwym być - czyli jak postępować z osobami niepełnosprawnymi,
 - „Wolontariat w szpitalach i hospicjach - jak radzić sobie z emocjami ,
 - „Społeczny animator - wolontariat w kulturze” ,
 - „Wolontariat na sportowo - mój sposób na aktywność”,
 - „Współczesne pomysły na zabawę - aktywne metody na spędzenie czasu z dziećmi”.

II. Wizyta studyjna - wizyta w warszawskich placówkach aktywnie i systematycznie współpracujących z wolontariuszami-seniorami.

- ◆ Termin i czas wizyty studyjnej: 17-19 października 2016r. , 3 dni
- ◆ 3 spotkaniach, każdorazowo trwających około 3 godzin, składających się z trzech części: spotkania z seniorem, który opowie o swoich doświadczeniach, z koordynatorem wolontariuszy, który przedstawi zasady współpracy z seniorami -wolontariuszami oraz możliwością zobaczenia danej instytucji.
- ◆ miejsca wizyt - placówki współpracujące z wolontariuszami - seniorami z różnych dziedzin życia: sportu, kultury, opieki nad chorymi itp. np.: Muzeum Powstania

ASOS 2014-2020

Rządowy Program na rzecz Aktywności Społecznej
Osób Starszych na lata 2014-2020

Ministerstwo Pracy i Polityki Społecznej

Projekt współfinansowany ze środków Ministerstwa Pracy i Polityki Społecznej w ramach Rządowego Programu na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych na lata 2014-2020.



REGIONALNE CENTRUM
WOLONTARIATU W KRAKOWIE

SENIOR W AKCJI

- NA WOLONTARIAT NIGDY NIE JEST ZA PÓŹNO

Warszawskiego, Stadion Narodowym, Ośrodkiem Pomocy Społecznej Dzielnicy Białołęka
m.st. Warszawy.

Na wolontariat nigdy nie jest za późno! Udział w projekcie to sposób na:

- ◆ profesjonalne przygotowanie do rozpoczęcia wolontariatu w swoim środowisku,
- ◆ przełamanie barier i obaw związanych z własnymi ograniczeniami,
- ◆ zdobycie nowych umiejętności i znajomości;
- ◆ aktywnie spędzony czas;
- ◆ świetną zabawę.

Udział w projekcie jest BEZPŁATNY! Zapewniamy:

- ◆ materiały dydaktyczne i poczęstunek podczas szkoleń;
- ◆ zwrot kosztów dojazdu na zajęcia;
- ◆ wyżywienie, zakwaterowanie i przejazdy na wizytę studyjną;
- ◆ ubezpieczenie NNW

Na zgłoszenia czekamy do 20 września 2016r.! Do udziału w projekcie można zapisać się:

- ◆ wysyłając formularz zgłoszeniowy pocztą mailową na adres:
rodacka@wolontariat.org.pl
- ◆ wysyłając pocztą tradycyjną lub dostarczając formularz zgłoszeniowy do Biura projektu: ul. Krasickiego 18/IIp., 30-503 Kraków

Do pobrania:

- ◆ Regulamin Senioralnej Szkoły Wolontariatu
- ◆ Formularz zgłoszeniowy

Więcej informacji można uzyskać:

<http://wolontariat.org.pl/krakow/projekty/senior-w-akcji/>

W przypadku pytań lub wątpliwości proszę o kontakt z opiekunką merytoryczną projektu: Anną Rodacką – rodacka@wolontariat.org.pl , tel: 603 33 42 52

ASOS 2014-2020

Rządowy Program na rzecz Aktywności Społecznej
Osób Starszych na lata 2014-2020

Ministerstwo Pracy i Polityki Społecznej

Projekt współfinansowany ze środków Ministerstwa Pracy i Polityki Społecznej w ramach Rządowego Programu na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych na lata 2014-2020.