

Octombrie 2022, Comunicat de presă 5

Workshop cu seniori “Cum să rămânem activi pe măsură ce înaintăm în vârstă?”

Eveniment de multiplicare – SENIOR

Ce înseamnă înaintarea în vârstă în mod activ și cum putem dezvolta o societate activă? O societate sănătoasă implică toate grupurile de vârstă într-un mod incluziv, iar educația continuă sprijină acest proces la nivel social. Pentru a veni în întâmpinarea acestei întrebări, [Asociația TEAM4Excellence](#) din Constanța a organizat în data de 27 octombrie 2022 un eveniment de multiplicare în cadrul proiectului Erasmus+ [Supporting Elderly Needs Is Our Responsibility](#) (SENIOR) cu intenția de a promova educația în rândul cetățenilor de toate vârstele și generațiile prin oferirea de activități de educație și schimb de experiențe.

Parteneriatul strategic Erasmus+ Supporting Elderly Needs Is Our Responsibility vine în sprijinul seniorilor, ai educatorilor de adulți și a organizațiilor de educație pentru adulți și vizează atât promovarea învățării pe tot parcursul vieții, cât și combaterea stereotipurilor despre persoanele peste 65 de ani.



Consortiul este format din cinci organizații:

- [Asociația TEAM4Excellence](#), România
- [Asociația Voluntariat Pentru Viață](#), România
- [Asociația Deses-3](#), Spania
- [Fundatia “Instytut Badan I Innowacji W Edukacji”](#), Polonia
- [Asociația Petit Pas](#), Italia

Activitatea de workshop “Cum să rămânem activi pe măsură ce înaintăm în vârstă?” desfășurată începând cu ora 14:45 în incinta salonului Nobilis din Constanța a promovat cunoașterea, înțelegerea și implicarea în activități comune cu seniori. Am avut 46 de invitați, unii dintre ei făcând parte din următoarele organizații:

- Direcția Generală de Asistență Socială Constanța
- Crucea Roșie Constanța

- Centrul European pentru Responsabilitate Socială
- Asociația de Dezvoltare pentru Asistență Socială și Formare Profesională
- Asociația Generală a Inginerilor din România, Filiala Constanța

Participanții s-au arătat entuziaști în timpul prezentării proiectelor Erasmus+ de educație continuă, prilej prin care au descoperit noi resurse și materiale educaționale pentru adulți: [o analiză a nevoilor în lucrul cu seniori](#), [ghidul practicianului](#), [un ghid practic pentru facilitatori](#) și [un curs online pentru educatorii de adulți](#).

Activitatea de workshop facilitată de trainerul de dezvoltare personală Cornel Marcu și s-a bazat pe conturarea unei punți de comunicare intergenerațională înspre încurajarea persoanelor în vârstă să devină cetățeni activi pentru ceilalți. Dialogul dintre participanți a promovat respectarea și valorificarea experienței seniorilor într-un mod personal, căci, în prima jumătate a activității, fiecare dintre ei a trebuit să definească vârsta a treia printr-o lentilă optimistă. Aceștia au găsit metode prin care se pot menține activi atât fizic, cât și psihic.



A doua parte a workshop-ului s-a axat pe seniori într-o societate activă, unde s-a vorbit despre contextul optim pentru dezvoltarea și popularizarea înaintării în vârstă într-un mod activ. Participanții mai în vârstă au fost interesați de mai multe evenimente de dezvoltare personală în cadrul cărora să poată comunica, să se joace și să ajute la rândul lor comunitatea. Bătrânii au fost entuziași în ceea ce privește îndrumarea tinerilor și a copiilor. În acest fel, cele două vârste pot face schimb de experiențe și de învățăminte, iar tinerii pot învăța de la cei mai în vârstă inclusiv competențe profesionale. În același context, a venit propunerea unui context local de voluntariat pentru vârstnici. Evenimentul ne-a reamintit de importanța adulților de peste 65 de ani în cadrul comunității constănțene, iar noi am fost plăcut surprinși să vedem câtă nevoie și cerere este de astfel de evenimente de incluziune socială a vârstnicilor în comunitatea locală.

Dacă sunteți educator sau voluntar care lucrează cu persoanele în vârstă, rămâneți la curent cu viitoarele oportunități ale proiectului pe pagina web <http://trainingclub.eu/senior/>, unde publicăm cele mai recente actualizări și detalii despre etapele de implementare ale proiectului.

Proiectul "[Sprijinirea nevoilor persoanelor vârstnice este responsabilitatea noastră](#)" a primit finanțare din partea Comisiei Europene în cadrul Acordului de grant numărul 2020-1-RO01-KA204-080320, Parteneriate strategice ERASMUS+.