



C.H.A.N.G.E.R.S. - 2.0

1. eszköztár

**a vidéki idősek számára fenntartható
és zöld háztartási témákról
rendezvényeket szervező oktatók
számára**

A "Change Household Attitudes for a Non-wasteful, Green environment and Energy-consciousness addressing Rural Seniors" (C.H.A.N.G.E.R.S.-2.0) projekt eredményterméke.

<https://changers2.eu>

Dátum: 2024.06.24.

Szerzők:

Brian Restall és C.H.A.N.G.E.R.S.-
2.0 partnerek

Projektazonosító:

2022-1-HU01-KA220-ADU-
000089052



Az Európai Unió
társfinanszírozásával



A projekt összes képzési anyaga a CC BY-NC-SA 4.0 DEED (Nevezd meg! - Ne add el! - Így add tovább! 4.0 Nemzetközi) licenc alatt kerül terjesztésre.

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/deed.hu>



**Nevezd meg! - Ne add el! - Így add tovább! 4.0
Nemzetközi licenc**

2024 – C.H.A.N.G.E.R.S.-2.0 partnerség

A licenc lehetővé teszi, hogy munkánkat feldolgozd, átalakítsd és új művekbe építsd be nem üzleti célokkal, amíg ugyanazon licencfeltételek mellett terjeszted, mint az eredetit.

<https://www.facebook.com/profile.php?id=100092594718505>





Tartalomjegyzék

Szójegyzék – Néhány fontos kifejezés és fogalom tisztázása.....	5
1. A C.H.A.N.G.E.R.S.-2.0 első eszközkészletéről	7
1.1 A C.H.A.N.G.E.R.S. – 2.0 projektről	8
1.2 A C.H.A.N.G.E.R.S. – 2.0 partnerség	10
1.3 C.H.A.N.G.E.R.S. – 2.0 eredménytermékek	12
1.4 Az első eszközkészlet célja	13
2. Az idők megismertetése a zöld és fenntartható témákkal.....	16
2.1 Az európai háttér és indoklás	18
2.2 Az öregedési folyamat.....	18
2.2.1 Kognitív és társadalmi változások időskorban	19
2.3 A tanulási folyamat során felmerülő kihívások kezelése	22
2.4 A szkepticizmus kezelése.....	24
2.5 Tanulókörök és történetmesélés az idők bevonására.	27
2.5.1 A tanulókör módszertana gyakorlati példákkal	27
2.5.2 A történetmesélés módszertana gyakorlati példákkal	32
3. Helyi rendezvények, workshopok szervezése vidéki idők számára zöld és fenntarthatósági témákban	35
3.1 Tippek vidéki idők rendezvényeinek szervezéséhez.....	38
3.2 Ajánlott csatornák az idők eléréséhez.....	41
3.3 Meghívók készítése.....	42
4. További olvasnivalók és források.....	43
1. melléklet: Korosztálybarát helyi rendezvények szervezésének kritériumai.....	46
2. melléklet: Képzés előtti és utáni értékelő sablon.....	48



Üdvözljük a C.H.A.N.G.E.R.S.-2.0 1. eszközkészletében

Rendezvények szervezése vidéki idősöknek
fenntartható és zöld háztartás témakörben.



Kép: freepik.



Szójegyzék – Néhány fontos kifejezés és fogalom tisztázása

Az alábbi lista tartalmazza a dokumentumban használt főbb fogalmakat:

- **Energia** - egy absztrakt fizikai mennyiség, amely a cselekvést és/vagy mozgást előidéző képességre vonatkozik, és számos formában kifejezhető: kinetikai, kémiai, potenciális stb.
- **Energiaszegénység** - azt jelenti, hogy a háztartások nem képesek megfizethető áron megfelelő szintű energiaszolgáltatást fenntartani.
- **Klímváltozás** – olyan globális vagy regionális éghajlati változásokra utal, amelyek évtizedek alatt következnek be, és befolyásolják az ökoszisztémák egyensúlyát.
- **Fenntartható fejlődés** - „olyan fejlődés, amely biztosítani tudja a jelen szükségleteinek kielégítését anélkül, hogy veszélyeztetné a jövő generációk lehetőségeit saját szükségleteik kielégítésére”. (ENSZ, 1987)
- **Nemzedékek közötti elkötelezettség** - a fenntarthatósággal kapcsolatos erkölcsi és etikai kötelezettség, amely magában foglalja az egészséges környezet védelmét, mint a jelenlegi és a jövő generációinak kötelességét és elidegeníthetetlen jogát.
- **Intergenerációs tanulás** - az a mód, ahogyan minden korosztály közösen és egymástól tanulhat; együttműködve készségek, értékek és ismeretek megszerzésére, a kölcsönös tanulási kapcsolatok előmozdítására, valamint a társadalmi tőke és a társadalmi kohézió fejlesztésének elősegítésére idősődő társadalmainkban.
- **Zöld gazdaság** – amikor „a foglalkoztatás és a jövedelem növekedését a gazdasági tevékenységekbe, infrastruktúrába és eszközökbe történő állami és magánbefektetések hajtják, amelyek lehetővé teszik a szén-dioxid-kibocsátás és szennyezés csökkentését, az energia- és erőforrás-hatékonyság fokozását, valamint a biológiai sokféleség és az ökoszisztéma-szolgáltatások csökkenésének megelőzését”. (UNEP)



- **Biodiverzitás** – „az egy területen élő különböző élőlények összessége – a különféle állatok, növények, gombák, sőt mikroorganizmusok, mint például baktériumok, amelyek természetes világunkat alkotják.”
- **Teljes értékű élelmiszerek** – azok az élelmiszerek, amelyek a vásárlás időpontjában természetes állapotukhoz nagyon hasonlítanak, vagy minimálisan feldolgozottak, vagy teljesen feldolgozatlanok. Nem minden teljes értékű élelmiszer etikusan előállított, és nem garantált a bio- és fenntartható termelési formák alkalmazása sem.
- **Biogazdálkodás** – integrált gazdálkodási rendszer, amely a fenntarthatóságra, a talaj termékenységének és a biológiai sokféleség növelésére törekszik. A biogazdálkodás nem tévesztendő össze a fenntartható gazdálkodással, mivel az élelmiszerek előállítása során továbbra is figyelembe veszi a növényvédő szereket. A fenntarthatóság holisztikus módon vizsgálja a gazdálkodási gyakorlatot a talaj és a víz megőrzésére törekedve. A fenntartható gyakorlatokra példa az agroerdészet.
- **Élelmiszerhulladék-gazdálkodás** – az élelmiszerhulladék megelőzésének, hasznosításának, újrahasznosításának vagy ártalmatlanításának fázisaira vonatkozik. Újabban az élelmiszer-hulladékgazdálkodás szorosan kapcsolódik a körforgásos gazdasághoz. Itt a hulladék szerves erőforrás, amely mentes a szennyező anyagoktól, és biztonságosan visszailleszthető a talajba szerves trágyaként.



1. A C.H.A.N.G.E.R.S.-2.0 első eszközkészletéről



1. A C.H.A.N.G.E.R.S.–2.0 első eszközkészletéről



Forrás: pikisuperstar a Freepik-ről.

Üdvözljük a C.H.A.N.G.E.R.S.–2.0 első eszközkészletében, amely végigvezeti Önt az időseknek szóló felnőttoktatási lehetőségek, workshopok és képzési események megszervezésén. Egy út elején járunk, ahol elgondolkodhatunk azon a társadalmi átalakuláson, amely a közösség fenntarthatóságának javításához szükséges.

Az első eszközkészlet olyan felnőtt tanulásban érdekelt feleket kíván támogatni, akik főként a fenntarthatósággal kapcsolatos témákban oktatnak az idősebb (65+) korosztályok számára, és akik érdeklődnek az intergenerációs megközelítés bevezetésében a fiatalabbak bevonásával. Ezek az iránymutatások és képzési anyagok hasznosak lehetnek a különböző szinteken, különböző célokhoz és célcsoportokhoz annak érdekében, hogy az időseket és a fiatalokat a környezetbarátabb és fenntarthatóbb készségek felé tereljék.

1.1 A C.H.A.N.G.E.R.S. – 2.0 projektéről

A C.H.A.N.G.E.R.S.–2.0 projektben a vidéki idősekre szabott képzési anyagok kerültek kidolgozásra, amellyel javíthatjuk a felnőttkori tanulási lehetőségekhez való hozzáférésüket. Az érintett témák, mint az energiahatékonyság, a



fenntarthatóság a háztartásban vagy az éghajlatváltozáshoz való alkalmazkodás segíthetnek a klímaváltozás és az energiaszegénység elleni küzdelemben, és hozzájárulhatnak a fenntarthatósághoz.

A C.H.A.N.G.E.R.S.–2.0 fő célja a vidéki időseket elérő oktatók számára célzott képzési anyagok kidolgozása a felnőttkori tanulási lehetőségeinek javítása érdekében meghatározott környezetvédelmi témákban; amelyek segíthetnek nekik enyhíteni az éghajlatváltozást és az energiaszegénységet, miközben hozzájárulnak a fenntarthatósághoz. A jelen dokumentum célja, hogy támogassa a fenntartható és zöld háztartás témáiról szóló tananyag használatát és hasznosítását.

A C.H.A.N.G.E.R.S.–2.0 partnerség elkötelezett a projekt hatásának és a partnerek között megszerzett tudás növelése mellett, azáltal, hogy képzési- és segédanyagokat biztosít az érdeklődők számára.

Ez az eszközkészlet azoknak az érdekelt feleknek szól, akik profiljuk és/vagy napi tevékenységük révén könnyen elérhetik a vidéki időseket, pl. a helyi és regionális önkormányzatok, valamint az idősekkel és idősekért működő civil szervezeteket, különösen a vidéki területeken.

A fent említett érdekelt felek közvetlen megkeresésével szeretnénk:





1.2 A C.H.A.N.G.E.R.S. – 2.0 partnerség

A C.H.A.N.G.E.R.S.-2.0 partnerség a következő európai szervezeteket foglalja magában:

A **CAM Consulting Kft.** a vezetőpartner, amely egy energetikával kapcsolatos képzésekre és szakmai szemléletformáló anyagok fejlesztésére szakosodott magyar cég, nagy tapasztalattal rendelkezik az energiahatékonyság, a megújuló energiaforrások, a fenntarthatóság, a klímaváltozás, a szakképzés és a felnőttkori tanulás területén és nemzetközi együttműködésekben.

www.camconsulting.eu

info@camconsulting.eu



A **Projects in Motion Ltd.** (PiM) egy máltai székhelyű kkv. Multidiszciplináris kutatószervezetként hisz az ember- és technológiaközpontú megközelítések erejében. Célja a megújuló energiaforrások, az energiahatékonyság és az energiaigény intelligens felhasználásának vagy csökkentésének előmozdítása Európában partnerségek, szemléletformálás, innováció és stratégiai tevékenységek révén.

www.pim.com.mt

brian.restall@pim.com.mt



A **KMOP** az egyik legrégebbi civil társadalmi szervezet Görögországban. Célja, hogy pozitív társadalmi hatást érjen el olyan kutatások és innovatív kezdeményezések révén, amelyek kritikus társadalmi problémákkal foglalkoznak, támogatják a nyilvános vitákat, és segítik a szakpolitikák kialakítását nemzeti és nemzetközi szinten.

<https://www.kmop.gr/>



A **Falco & Associati** egy tanácsadó és képzési cég Milánóból, Olaszországból. Küldetése az európai társadalom versenyképességének javítása vállalkozásfejlesztésen, képzésen és transznacionális partnerségek létrehozásán keresztül.

<https://www.falcoeassociati.it/>



A **BSC** a szlovéniai Gorenjska Regionális Fejlesztési Ügynöksége, amely elősegíti a Gorenjska régiófejlődését, és 18 települést egyesít égisze alatt. A BSC összekötő kapocs a regionális és





országos szint között, együttműködik önkormányzatokkal, cégekkel, ipar- és vállalkozói kamarákkal, civil szervezetekkel, minisztériumokkal és egyéb állami szervekkel.

<https://www.bsc-kranj.si/>

info@bsc-kranj.si

A **Nyugdíjasok Egyesülete** egy pécsi székhelyű magyar egyesület, amely helyi és regionális szinten képviseli az időseket.

<https://nyugegy.hu/>



Az **Associação de Melhoramentos e Ben Estar Scial de Pias** egy portugál magán non-profit szervezet, amelynek fő célja, hogy szociális támogatói szolgáltatást nyújtson családoknak, időseknek és gyermekeknek, közvetlenül a közösséggel vagy más szervezetekkel és projektekkel együttműködve.





1.3 C.H.A.N.G.E.R.S. – 2.0 eredménytermékek

A WP4-A2 két eszközkészletet kínál **eredménytermékként**, amelyek további információkat és támogató eszközöket tartalmaznak. A C.H.A.N.G.E.R.S.–2.0 eredményeinek véglegesítése előtt a Görögországban, Portugáliában, Magyarországon és Szlovéniában megvalósított tesztelések során partnerségi szintű értékelésre került sor. Ezek a 2024 végéig végrehajtott pilottevékenységek lehetővé tették a konzorcium számára, hogy egyértelmű visszajelzést kapjon a kidolgozott képzési anyagokról és eszközkészletekről, kiemelve a konkrét változásokat és fejlesztéseket az oktatók és hallgatók részéről a helyszínen.

A partnerek észrevételeit és javaslatait egy máltai fizikai workshop során együttesen vettük figyelembe, a véglegesítés a kísérleti tesztelés során kapott visszajelzéseken alapul.

Következésképpen a módszertan fejlesztési és tesztelési fázisait követően a C.H.A.N.G.E.R.S.–2.0 projekt által a 4. munkacsomag (WP4) keretében közzétett tervezett eredmények a következők:

1. eredménytermék

A WP4-A1 tevékenység során kifejlesztett **képzési anyagok gyűjteménye** támogatja a fenntartható és zöld háztartási témakörök oktatását az idősök számára, kifejezetten a vidéki idősök igényeihez igazítva. A tananyag mindenki számára elérhető, akit érdekel ezeknek a témáknak a megértése. Az anyag engedi a saját tempóban való haladást, amely lehetővé teszi az oktatók vagy idősebb tanulók számára, hogy érdeklődésüknek és időbeosztásuknak megfelelően foglalkozzanak az anyaggal, így ideális választás motivált idősök és képzők számára. A WP4-A1 képzési anyag keretrendszere és témakörei a következő témákat fedik le.

- 1) fenntarthatóság a háztartásokban
- 2) az éghajlatváltozás mérséklése és az ahhoz való alkalmazkodás
- 3) energiahatékonyság
- 4) energiaszegénység
- 5) megújuló energia
- 6) e-mobilitás

2. eredménytermék

1. eszközkészlet a vidéki idősök számára fenntartható és zöld háztartási témákról rendezvényeket szervező oktatók számára, melynek célja, hogy támogassa az érintetteket és az oktatókat javaslatokkal és eszközökkel a vidéki idősökkel való helyi rendezvények megszervezéséhez. Tartalmaz Eseménystruktúrákat és terveket, értékelő sablonokat és kérdőíveket, valamint





útmutatásokat tartalmaz az idősokkal való interakcióhoz és a WP4-A1-ben kifejlesztett tananyag workshopokon való felhasználásához.

3. eredménytermék

2. eszközkészlet a vidéki idősök számára fenntartható és zöld háztartási témákról generációk közötti workshopokat szervező oktatók számára készült eszköztár, melynek célja, hogy támogassa azokat az oktatókat, akik érdeklődnek a vidéki idősök intergenerációs tanulási lehetőségekkel való oktatásában, miközben strukturált tantervi megközelítést, valamint megfelelő transzgenerációs családi együttnevelési anyagokat és játékokat kínál önálló tanuláshoz/távoktatáshoz. A második eszközkészlet közvetlenül a végső célcsoportnak, a vidéki idősöknek és családtagjaiknak, barátoknak és szomszédoknak is szól. Az önálló tanulás részeként a projekt eredményeinek megismerésére, a kifejlesztett eszközök kipróbálására ösztönzi őket.

Tekintse meg a WP4 végső eredményeit a projekt weboldalán, fedezze fel és töltsse le a kapcsolódó dokumentumokat:

<https://C.H.A.N.G.E.R.S.2.eu/results/>



1.4 Az első eszközkészlet célja

Az **1. eszközkészlet a vidéki idősök számára fenntartható és zöld háztartási témákról rendezvényeket szervező oktatók számára** címet viselő dokumentum felhasználói útmutatóként szolgál a C.H.A.N.G.E.R.S.–2.0 projekt eredményeihez. Egyszerűen magyarázza el a projektpartnerek megközelítéseit a zöld témák lehetséges bevonására a felnőttkori képzésekbe, amelyek hatékonyan adaptálhatók és átadhatók a vidéki idősök számára.

Az 1. eszközkészlet oktatók számára készült, és bemutatja az idősök sajátos jellemzőit, amelyeket figyelembe kell venni képzésük során. Az eszközkészlet ezen részében a cél a következők feltárása:

- az öregedés hatása az idősökre,
- társadalmi változások az idős korban,
- a környezeti nevelés szerepe a vidéki idősök bevonásával,
- hogyan lehet a legjobban megszervezni környezettel kapcsolatos rendezvényeket a vidéki idősök számára.

Ennek az eszközkészletnek a célja, hogy segítse a partnereket, idős szervezeteket és önkormányzatokat oktatási jellegű események és tréningek megszervezésében



vidéki idősök számára a C.H.A.N.G.E.R.S.–2.0 projekt 4. munkacsomagjának („Képzési anyag kidolgozása idős háztartások számára fenntartható és környezetbarát témákban”) eredménytermékeként.

A C.H.A.N.G.E.R.S.–2.0 partnerség elkötelezett a projekt hatásának és a partnerek között megszerzett tudás növelése mellett, azáltal, hogy képzési anyagokat és további eszközöket biztosít az érdeklődők számára. A kidolgozott képzési anyagban szereplő témák a következők:

- 1) Bevezetés
- 2) A ház teljesítménye és energiahatékonysága
- 3) Házfelújítás
- 4) Hulladék
- 5) Fenntartható közlekedés
- 6) Fenntartható élelmiszerek
- 7) Biodiverzitás és nulla szennyezés
- 8) Megújuló energia és energiaszegénység
- 9) Az éghajlatváltozás mérséklése és az ahhoz való alkalmazkodás

A kidolgozott anyagok úgy lettek megtervezve, hogy azok önmagukban is érthetőek és önállóan is elsajátíthatóak legyenek, így valós példákat, diagramokat, táblázatokat és ábrákat tartalmaznak az otthon tanulók támogatására. Ez a tananyag megtalálható online a projekt eredményoldalán, különböző nyelveken.

1. Zöld ABC (Bevezetés)	2. A ház teljesítménye	3. Házfelújítások	4. Hulladék	5. Fenntartható mobilitás	
6. Fenntartható táplálkozás	7. Biodiverzitás és nulla szennyezés				
English	Italian	Greek	Hungarian	Slovenian	Portuguese

https://changers2.eu/?page_id=350&lang=hu

A vidéki idősök és családok használhatják a következő oldalon található, a képzési anyaghoz és témákhoz kapcsolódó önálló tanulási útiterv plakátokat is.



PRÓBÁLD KI JÁTÉKAINKAT:

- Képregények
- Memórijáték
- Szókeresők
- Zöld családi társasjáték
- Társasjáték haladóknak

Az Európai Unió
társfinanszírozásával

A PROJEKTRŐL RÖVIDEN

A **Change Household Attitudes for a Non-wasteful, Green environment and Energy-consciousness addressing Rural Seniors** projektben a vidéki idősekre szabott képzési anyagokat dolgozunk ki, amivel javíthatjuk a felnőttkori tanulási lehetőségekhez való hozzáférést. Az érintett témák, mint az energiahatékonyság, a fenntarthatóság a háztartásban vagy a klímaváltozáshoz való alkalmazkodás segíthetnek a klímaváltozás és az energiaszegénység elleni küzdelemben, és hozzájárulhatnak a fenntarthatósághoz.



C.H.A.N.G.E.R.S. - 2.0

CSALÁDI ÚTMUTATÓ

A C.H.A.N.G.E.R.S.-2.0
ANYAGOK
HASZNÁLATÁHOZ



1. Modul: Zöld ABC

éghajlatváltozás;
alkalmazkodás;
semlegesség;
fenntarthatóság;
zöldgazdaság; generációk
közötti felelősség

2. Modul: A ház teljesítménye

energetikai teljesítmény;
energiaszegénység;
viselkedésváltozás: energia-
és víztakarékossági tippek
és eszközök



3. Modul: Ház- felújítások

energiahatékonyság;
energiaforrások;
megújuló erőforrások



4. Modul: Hulladék

újrahasznosítás;
körforgásos gazdaság;
fenntartható termékek;
greenwashing



FEDEZD FEL A FENNTARTHATÓSÁGOT!



5. Modul: Fenntartható közlekedés

alternatív üzemanyagok;
nem motorizált
közlekedés;
tömegközlekedés

SLAM
JUNK

6. Modul: Fenntartható táplálkozás

etikus és fenntartható
élelmiszerfogyasztás;
biogazdálkodás; körforgásos
gazdaság az élelmiszerlánc-
ban; élelmiszer-pazarlás

7. Modul: Biodiverzitás és zéró szennyezés

zöldgazdaság,
zöldközösség; zéró
szennyezés;
környezettudatos
magatartás



2. Az idősek megismertetése a zöld és fenntartható témákkal



2. Az idősök megismertetése a zöld és fenntartható témákkal



Kép: Freepik.

Európában az idősök számának növekedésével – és ennek következtében a természeti erőforrások használatának növekedésével – szükségessé válik az energia, az éghajlatváltozás és a fenntarthatóság körüli eszmecsere és gondolkodás.

A C.H.A.N.G.E.R.S.–2.0 partnerség felismerte, hogy nagy szükség van egy olyan képzési anyagra, amely a vidéki idősök számára adaptálható, akik korlátozott tanulási lehetőségekkel rendelkeznek a zöld témákban. Ennek oka jellemzően az idősebb generációk gyengébb digitális készségei, a mai gyors tempó, a testi fogyatékoság, valamint az infrastruktúra, az internet-hozzáférés és a vidéki területeken szervezett helyi képzések hiánya, amelyek révén az érintettek (felnőttoktatók, önkormányzatok vagy civil szervezetek) segíthetnék ezt a sérülékeny és növekvő csoportot, miközben felhívják a figyelmet és aktivizálják őket az egész életen át tartó tanulásban való részvételre.



A C.H.A.N.G.E.R.S.–2.0 partnerei a workshopokon képzési anyagokat és eszközkészleteket fejlesztettek és cseréltek workshopok alkalmával, hogy bővítsék



belső tudásukat az energiahatékonyságról, a megújuló energiaforrásokról és a fenntarthatóságról. Ez lehetőséget biztosított a képzési anyagok szervezeti szintű adaptálására is, alapítványi partnereink hozzájárulásának köszönhetően.

2.1 Az európai háttér és indoklás

Az Európai Unió 2030-ig tartó időszakra vonatkozó éghajlat- és energiapolitikai kerete a 2021-2030 közötti időszakra vonatkozó uniós szintű célokat tartalmaz, mint például a következők:

- Az üvegházhatású gázok kibocsátásának legalább 55%-os csökkentése (az 1990-es szinthez képest),
- A felhasznált energia legalább 42,5%-ának megújuló forrásból kell származnia, valamint
- legalább 32,5%-kal kell javítani az energiahatékonyságot.¹

E célok elérése érdekében az EU és tagállamai arra törekednek, hogy csökkentsék a lakossági energiafogyasztást, és fokozzák a megújuló erőforrások használatát. A C.H.A.N.G.E.R.S. – 2.0 projekt az idős embereket szólítja meg, különösen a vidéken élőket, akiknek kevesebb lehetőségük van megismerni ezeket a témákat, bár a környezetre és az éghajlatra gyakorolt hatásuk vitathatatlan. Az európai háztartások adják a végső energiafogyasztás egynegyedét, míg a lakosság körülbelül 20%-a 65 év feletti. Elengedhetetlen, hogy ezt a társadalmi csoportot ne hagyjuk ki a tanulási lehetőségekből. Az idősek ugyancsak ki vannak téve a gazdasági és társadalmi változásoknak, mint például az energia, a közüzemi szolgáltatások vagy az alapvető élelmiszerek árának változásai, és nagyobb valószínűséggel érinti őket az energiaszegénység.

2.2 Az öregedési folyamat

Az öregkort a harmadik életkor időszakának nevezik, az első életkor a gyermek- és serdülőkort, a második életkor pedig a felnőttkor időszakát jelenti. A harmadik életkor jellemzően a 60-74 évesekre használjuk, akik általában még nem szenvednek súlyos betegségben, aktívak, beilleszkedtek a társadalomba, és képesek utazni.

¹A megújuló energiáról szóló EU/2023/2413 irányelv. Az irányelv 2023. november 20-án lépett hatályba az összes uniós országban. https://energy.ec.europa.eu/topics/renewable-energy/renewable-energy-directive-targets-and-rules/renewable-energy-targets_hu



A negyedik életkor a 75 év feletti, romló egészségi állapotban lévő idősekre vonatkozik. Az öregedés lassú és zavartalan folyamat, amely során a testben és az emberi pszichében változások következnek be. Lefolyása egyenetlen és egyénileg nagyon különböző.



Kép: freepik.

2.2.1 Kognitív és társadalmi változások időskorban

A pszichoszociális öregedés jelentősen befolyásolja az idősek azon képességét, hogy alkalmazkodjanak azokhoz a változásokhoz, amelyeket az idős kor hoz, úgy mint a nyugdíjba vonulás és a kapcsolódó gazdasági változások, a lakóhelyváltás vagy társuk halála. A nyugdíjba vonulás nemcsak lehetőséget ad az időseknek a pihenésre, alvásra, és megszabadítja őket bizonyos társadalmi nyomásoktól, hanem csökkenti a társadalmi érintkezést is. Ugyanakkor teret ad új tevékenységeknek, önkénteskedésnek, különféle hobbiknak stb.

A nem megfelelő vagy elégtelen alkalmazkodás kisebbségi érzésben, haszontalanság érzetében és társadalmi elszigeteltségben nyilvánulhat meg. Bár az időseknek kevesebb pénzre van szükségük ruházkodásra, szórakozásra vagy lakhatásra, megélhetési költségeik még mindig emelkednek (pl. gyógyszerek). Sokuknak lakóhelyet kell változtatni gazdasági okok miatt, vagy azért, mert túl nagy a háztartásuk, mozgáskorlátozottak vagy mentális problémákkal küszködnek, vagy nem tudják fenntartani magukat. Idős korban nagyon erős



házas társi kötelék alakul ki a házastársak között, ami megkönnyíti az öregedést és egymás bátorítását.

A partner halála után az idősek nagy veszteséget, ürességet és elhagyatottságot éreznek. Sokan megszokják az egyedüllétet, de függővé válnak a család más, fiatalabb tagjaitól. Ámbár vannak olyanok is, akik újra házasodnak. Az özvegyiség elhagyatottsághoz és a személyes jelentéktelenség érzésének növekedéséhez vezet. A nők (özvegyek) úgy kompenzálják a magányt, hogy társadalmi közösségeket hoznak létre, például idős nők csoportjait, akik rendszeresen találkoznak.

Az idősekkel foglalkozó szervezetek tagjaival folytatott rendszeres találkozók és tevékenységek segíthetik az oktatókat a meglévő társadalmi kapcsolatok elmélyítésében vagy új kapcsolatok kialakításában. Különösen előnyös lehet az időseket célzó tevékenységek közös szervezése, ahol új kapcsolatok jöhetnek létre (pl. szeniorművészeti kiállítás szervezése az idősek önbizalmának erősítésére, a kreativitás ösztönzésére, művészeti és társadalmi életük fejlődésére).

„Az ókori görögök ezt a kort a bölcsesség időszakaként határozták meg, amelyben az idősebbeket tisztelik és általános megbecsülésben részesítik. Míg ezek az általános szabályok ma már helyet adnak a gyorsan fejlődő társadalom különféle kliséinek és álértékeinek, még ez a dinamikus 21. századi társadalom is tudatában van a kialakulóban lévő demográfiai egyenlőtlenségeknek. Nagy fejlődésnek lehetünk tanúi a tudomány és az orvostudomány terén, ami a lakosság átlagéletkorának emelkedésének is az egyik lényeges aspektusa. Ezért a fejlett társadalom feladata, hogy lehetőséget biztosítson az időseknek érdeklődési körük aktív kibontakoztatására és produktív időtöltésére.

A művészeti oktatás kiváló, alacsony költségű lehetőségnek tűnik. A harmadik korszak művészeti akadémiái, amelyeket többnyire annak a városnak a költségvetéséből támogatnak, ahol működnek, segítik diákjaik művészeti és kulturális fejlődését, a rendszeres találkozókat és a társadalmi integrációt.” (Gomes et al., 2020, p.8)

A portugáliai Senior Egyetemen az időseket a zene, a képzőművészet, a tánc, az irodalom művészeti tudományaiból, valamint pszichológiából oktatják, és általában különböző műhelyeket hirdetnek a zöld környezet kérdéseivel kapcsolatban. Az idősek pozitív önismeretét és önbizalmát az a művészeti folyamat segíti elő, amelynek részesei.

Az idősekkel együtt elvégzett gyakorlati tevékenység is segíthet a társas interakcióban, ez is része a környezeti nevelésnek. Az idősek tapasztaltak a környezeti változások és átalakulások terén, amelyet meg kell becsülni. Az idősek megmutathatják a fiatalabbaknak a múltbeli hibáikat, sikereiket, és közösen alternatívákat építhetnek a problémák leküzdésére a lakosság életminőségének javítása érdekében. (MACHADO et. al., 2006).



Az idősekkel végzett tevékenységek segítik a környezeti problémák megoldását a tapasztalat- és tudáscserén keresztül. A résztvevők tudatos hozzáállást alakítanak ki a témával kapcsolatban, és az információt továbbadják gyermekeiknek, unokáiknak és ismerőseiknek.

A C.H.A.N.G.E.R.S.-2.0 projekt keretében kidolgozott anyag több kulcsfontosságú szempont jelentőségét hangsúlyozza, mint pl.

- az idősek ösztönzésének fontossága, hogy tanuljanak, felismerjék és értékeljék múltbeli tapasztalataikat;
- kreativitásuk előmozdítása; továbbá
- érdeklődésük felkeltése a környezetvédelem iránt.

Kulcsfontosságú a hasonló kezdeményezések országos kiterjesztése és fokozása annak érdekében, hogy az időseket megbecsüljék és aktívan részt vegyenek a környezeti nevelési tevékenységekben. Az ilyen programok elősegítik az élettapasztalatok megosztását és az ismeretek generálását e népességcsoport körében, akik eltérő neveltetésük miatt esetleg korábban nem találkoztak környezeti neveléssel.



2.3 A tanulási folyamat során felmerülő kihívások kezelése

Az idősök képzésének megkönnyítése érdekében az oktatóknak/idős szervezeteknek/önkormányzatoknak le kell küzdeniük az alábbi kihívásokat, amelyekkel az idősök szembesülhetnek:²

- az információfeldolgozási képességek normális, életkorral összefüggő hanyatlása;
- fizikai funkciókkal kapcsolatos problémák, például látás- vagy halláskárosodás;
- társadalmi elköteleződési képességek és kisebb figyelmi kapacitás;
- nehézségek a teljesen ismeretlen fogalmak megértésében.

Hogyan lehet fenntartani az idősök érdeklődését egy zöld és fenntartható háztartás témájú képzés során?

A vidéki idősök számára fontos, hogy **kamatoztathassák tapasztalataikat**, és ezekre a tapasztalatokra és emlékekre építsenek tanulási lehetőségeket. **Azzal, hogy rávesszük őket, osszák meg életüket és történetüket**, könnyen javíthatunk motivációjukon és felkelthetjük érdeklődésüket. A „*bemelegítő*” gyakorlatok és a közös élettapasztalatok körüli beszélgetések szintén **elősegítik az emberek gyorsabb kötődését**.

Ne feledje, hogy a legtöbb esetben az idősök nem ismerik a modern tanítási gyakorlatokat, és jellemzően **nincsenek hozzászokva** az osztályteremben való aktív részvételhez! Hasonlóképpen, **tartsa szem előtt a lehetséges technológiai szakadékokat** vagy a digitális megosztottságot, amely a modern technológiának való korlátozott kitettségére utal, ami akadályozhatja az idősök azon képességét, hogy hatékonyan vegyenek részt a digitális kommunikációban!

Az oktatók rugalmassága és türelme a tanulási mintákkal és stílusokkal szintén fontos azért, hogy az idősöknek legyen idejük alkalmazkodni a gondolataik spontán megosztásához, és hogy megtalálják önbizalmukat az interakcióhoz. Próbálja meg elkerülni **az állandó hibajavítást, mint tanítási technikát**, mivel az idősebb tanulók különösen érzékenyek a hibák elkövetésére, és gyakran nem fogadják túl kedvesen a nyilvános korrigálást!

Tehát az idősebb tanulók tanulási élményének javítása érdekében a következő gyakorlati megfontolásokat (1. ábra a túloldalon) kell biztosítani a kommunikáció megkönnyítése és az idősökkel való érdemi kapcsolatok elősegítése érdekében.

² Sharit, J. és Czaja, SJ (2020). Az idősebb felnőttek tanulási akadályainak leküzdése az emberi információfeldolgozás perspektíváinak megértése révén. *Journal of Applied Gerontology*, 39 (3), 233-241.



1. ábra – Fontos szempontok a kommunikáció javításához és az idősokkal való érdemi kapcsolatok előmozdításához.



További tanítási technikák, amelyeket a vidéki idősokkal dolgozó oktatóknak szintén figyelembe kell venniük:

- Az idősok verbális és nonverbális jelzéseinek jobb megértése és az aktív hallási készségek fejlesztése a válaszadás érdekében.
- Világos és egyszerű nyelvezet használata, amely kerüli a zsargont, a modern kifejezéseket vagy az összetett terminológiát, hogy az idősok is megértsék a beszélgetéseket.
- A kétirányú kommunikáció és a nyílt párbeszéd elősegítése, hogy az idősok kényelmesen tudják megosztani gondolataikat és kifejezni magukat.
- Türelem és elegendő idő hagyása az idősoknak, akik lassabban dolgozzák fel az információkat és adnak válaszokat.
- A nem verbális kommunikációs jelzések hangsúlyozása, mint például az arckifejezések és gesztusok a verbális kommunikáció kiegészítéseként.³

³ Communication Barriers with Elderly (2024). <https://www.examples.com/english/communication-barriers-with-elderly.html>



Következőképpen az oktatóknak szóló általános tippek és trükkök a következők.^{4 5}

- Hozzon analógiákat az ismert fogalmakhoz!
- Minimalizálja a zavaró információkat, összpontosítson egy fontos feladatra vagy olyan anyagra, amely felkelti az idők figyelmét!
- A tanulási folyamatnak egymásra épülőnek kell lennie. Az oktatóknak meg kell győződniük arról, hogy azokat az előfeltételeket, amelyeket az idők a tevékenység befejezése után elsajátítanak, előzetesen azonosították és megértették.
- Használjon emlékeztetőket a memória javítására és ismétlje meg a fontos információkat!
- Használjon egyszerű nyelvezetet és beszéljen érthetően!
- Tegye könnyen láthatóvá és olvashatóvá az információkat magas kontraszttal, nagy betűmérettel és megfelelő távolsággal a sorok között!
- Kerülje a fényes papír használatát!

2.4 A szkepticizmus kezelése

Az éghajlatváltozás olyan válság, amely hosszú távú oktatási erőfeszítéseket igényel, amelyeknek a klímaszkepticizmus csökkentését célzó stratégiákat is magukban kell foglalniuk, különös tekintettel a sokakban ma is kétségeket keltő félretájékoztatási törekvésekre. A fenntarthatósággal és az éghajlatváltozással kapcsolatos kommunikációs kampányok többsége jellemzően a fiatalabb demográfiai csoportok számára készült, mivel az az általános megítélés, hogy ők közvetlenül érzékenyek a változó éghajlatra és fogékonyabbak a környezettel kapcsolatos üzenetekre.⁶ Ezenkívül a tanulmányok azt is sugallják, hogy az idők nagyobb valószínűséggel konzervatívak és szkeptikusak az éghajlatváltozás okaival és hatásaival kapcsolatban; és hogy a szkeptikusok általában alacsonyabb környezeti értékeket mutatnak.⁷

Ennek az életkorral összefüggő hajlamnak az elismerése és az idősebbek informálása arról, hogy a klímaváltozás hogyan befolyásolja közvetlenül az

⁴Sharit, J. és Czaja, SJ (2018). Overcoming Older Adult Barriers to Learning Through an Understanding of Perspectives on Human Information Processing. Journal of Applied Gerontology, 39(3), 233–241. <https://doi.org/10.1177/0733464818794574>

⁵Centers for Disease Control and Prevention. (2020, January 13). Challenges Developing Material to Match Health Literacy Skills | Health Literacy | CDC. www.cdc.gov.

⁶Ojala M, Lakew Y. Young people and climate change communication. Oxford Research Encyclopaedia of Climate Science (2017) Elérhető: <https://oxfordre.com/climatescience/display/10.1093/acrefore/9780190228620.001.0001/acrefore-9780190228620-e-408>

⁷McCright AM, Riley E. Dunlap RE (2011). Cool dudes: The denial of climate change among conservative white males in the United States. Global Environmental Change. 21. évfolyam, 4. szám, 2011. október, 1163–1172. oldal. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S095937801100104X>



egészségüket, segíthet csökkenteni a károkat, ha egyéni magatartásukat a klímaváltozás mérsékléséhez igazítják, társadalmi erőfeszítéseket tesznek az éghajlati problémák megoldására, miközben megtanulják, hogyan lehet minimalizálni a szennyezést és hulladékot, valamint energiát megtakarítani otthon.

Valószínűbbek a pozitív tettek, ha ezek a cselekvések beágyazódnak a társadalmi gyakorlatok rendszerébe, így az idősok szokásainak és társadalmi életének részévé válnak. Az alábbi **1. táblázatban** hat stratégia található a szkepticizmus kezelésére:

1. táblázat – Hat stratégia a klímaszkepticizmus káros hatásainak csökkentésére⁸

Stratégia	Leírás
A szkeptikusok megszólítása értékalapú kereteken belül	Az éghajlati szkepticizmus különösen erős a konzervatívok körében, és a viselkedésváltozásra vonatkozó klímaváltozási üzenetek hatékonyabbak lehetnek, ha a konzervatív értékekhez méltó módon fogalmazzák meg őket (pl. a nemzeti energiabiztonság megerősítése, a régi életmód fenntartása, az egyéni felelősség kifejezésekként).
A szkeptikusok megszólítása a járulékos előnyök kiemelésével	Tekintettel arra, hogy a viták jellemzően arról szólnak, hogy az emberek okozzák-e a klímaváltozást, a szkeptikusokra nem feltétlenül hatnak a hagyományos üzenetek a környezet megóvása érdekében tett egyéni cselekvés fontosságáról. Erősebbek lehetnek azok az érvek, amelyek a tettek járulékos előnyeire összpontosítanak, mint a zöld munkahelyek előmozdítására, a technológiai innováció ösztönzésére vagy a közegészségügy támogatására.
Klímaparát konzervatívok mozgósítása	A konzervatívabbak nagyobb valószínűséggel lesznek meggyőződve az éghajlatváltozás valóságáról és sürgősségéről, ha ezeket az üzeneteket a konzervatív mozgalom tekintélyes képviselői adják át.
Normák kialakítása	Az emberek nagyobb valószínűséggel cselekednek egy bizonyos módon, ha azt észlelik, vagy azt mondják nekik, hogy más értékes emberek is így tesznek. Mivel a normákon alapuló beavatkozások a társadalmi természetünkre hagyatkoznak, a politikai meggyőződéstől függetlenül is pozitív hatást fejthetnek ki.

⁸ Hornsey MJ, Lewandowsky S. A toolkit for understanding and addressing climate scepticism. Nat Hum Behav. 2022. nov. 6(11):1454-1464. doi: 10.1038/s41562-022-01463-y. Epub, 2022. november 16. PMID: 36385174; PMCID: PMC7615336.



Konszenzusos üzenetküldés

A klímakutatók 97%-a egyetért azzal, hogy az éghajlatváltozás megtörténik, és azt nagyrészt az emberek okozzák. Ennek a konszenzusos üzenetnek a sikeres kommunikálása pozitív hatással van a klímabarát attitűdökre, hiedelmekre és viselkedésekre.

Klímabarát cselekvések beágyazása a társadalmi gyakorlatba

Valószínűbb a pozitív cselekvés, ha ezek a tettek beágyazódnak a társadalmi gyakorlatokba, így az egyén mindennapjainak és társadalmi életének részévé válnak.



2.5 Tanulókörök és történetmesélés az idők bevonására.

Ezen a koncepción belül a tanulókör megközelítés és a történetmesélés módszertana (storytelling) javasolt a tanulási folyamat hatékony részeként az idők bevonására a zöld és fenntartható háztartási témákba. Mindkettő lehetőséget biztosít az aktív részvételre, a tudásmegosztásra és a személyes kapcsolatokra, miközben figyelembe veszi az idők speciális igényeit is, mint például az ismétlés és a magyarázatok iránti igény.

2.5.1 A tanulókör módszertana gyakorlati példákkal

A tanulókör módszertana nagyon hatékony és vonzó módszernek bizonyult a képzési folyamat elősegítésére, és emberek egy kis csoportjára vonatkozik, akik találkoznak, hogy megismerjenek valamit, ami érdekli őket. Ez egy olyan tevékenység, amely a résztvevő csoport sajátos igényeihez és érdeklődési köréhez igazodik. A tanulókörök főbb jellemzői a következők:

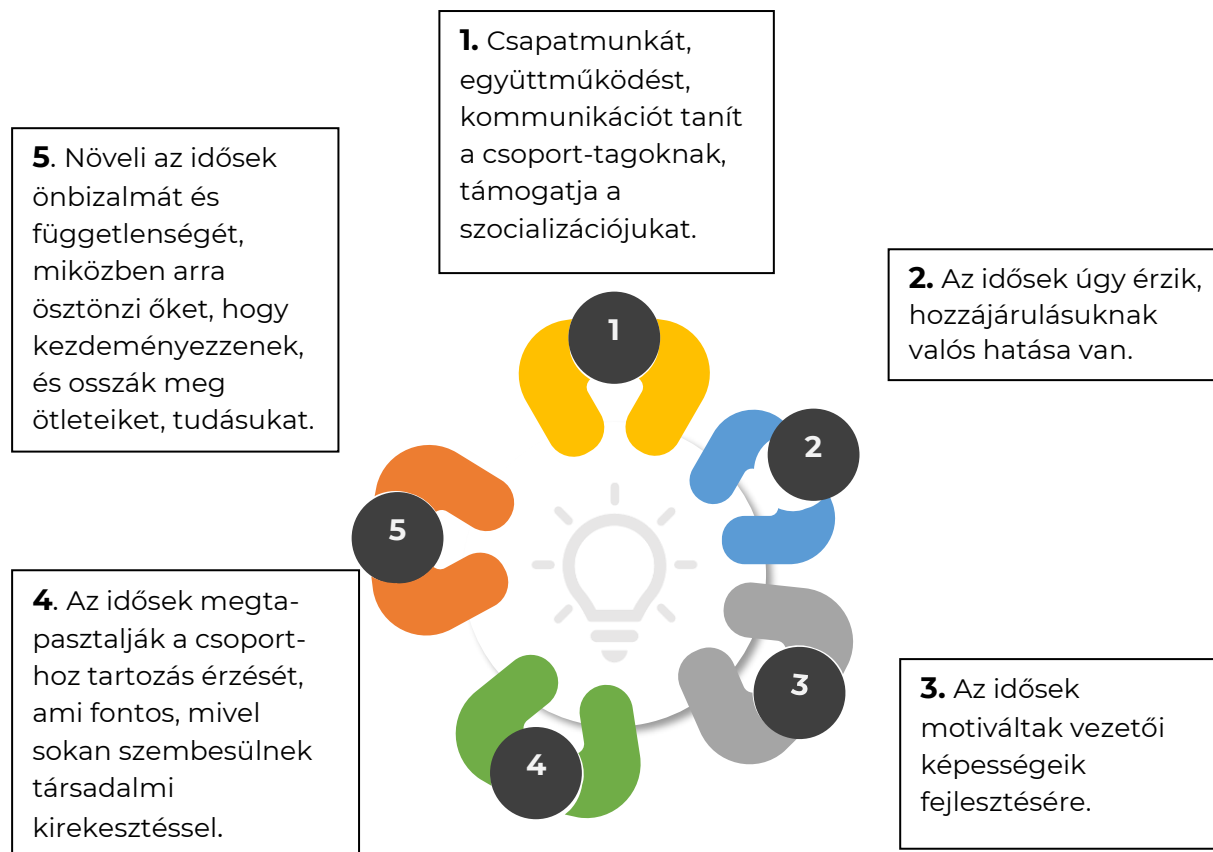


- Az idők kis csoportjai köröket alkotnak, hogy ösztönözzük őket az ötletek megosztására.
- Az időknek lehetőségük van kiválasztani a megvitatni kívánt témát.
- A csoport maga határozza meg a tanulási célokat, cselekvési tervet és időkeretet állít fel a résztvevők igényeinek és általános fejlesztési céljainak megfelelően.
- Minden résztvevő megosztja tudását és tapasztalatait a választott témában.
- A tréner felléphet segítőként, de a csoportot a résztvevők által demokratikus módszerrel (pl. szavazás útján) választott vezető vezeti.
- A résztvevők képesek a feladatok elvégzésére együttműködés és kommunikáció révén, a tanulók és a tanárok szerepét egyaránt felöltve.

A 2. ábra a következő oldalon betekintést ad a tanulókörök előnyeiről.



2. ábra - A tanulókörök előnyei



A következő példák oktatási útmutatóként szolgálnak, hogy gyorsan bemutassák azokat a gyakorlati lépéseket, amelyek segítik az oktatókat és az időseket a tanulókör és a történetmesélés módszereinek alkalmazásában, valamint az önkormányzatokat abban, hogy megkezdjék az energiaszegénység elemzését és kezelését, földrajzi, kulturális és gazdasági helyzettől függetlenül.

1. gyakorlati példa a tanulóköri megközelítésre – Energiaszegénység

Válasszon ki három vagy négy olyan témát az energiaszegénység hatásaival kapcsolatban, amelyek a leginkább relevánsak a tanulókör résztvevői számára, ahelyett, hogy az összes témát felkínálná! Ügyeljen arra, hogy minden témához legalább három résztvevő legyen hozzárendelve!

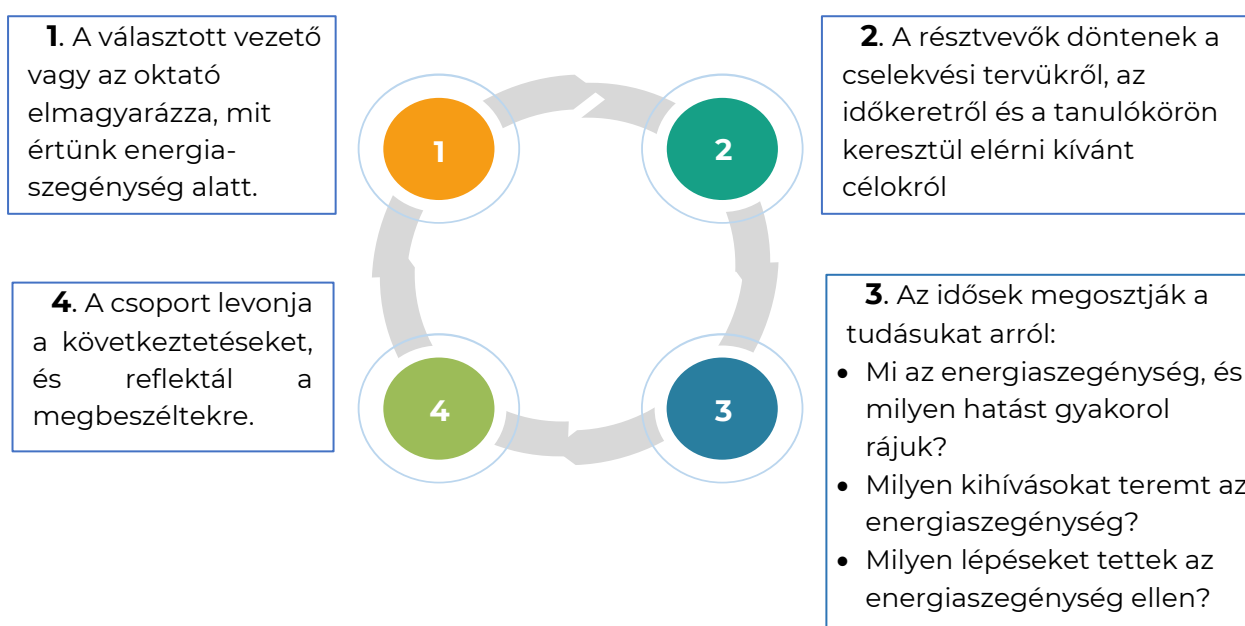
- Van-e energiaszegénységben élő barátja vagy rokona?



- Ossa meg gondolatait az energiához való hozzáférésről, a megfizethetőségről, az egészségügyi különbségekről, a környezetromlásról és a lehetséges megoldásokról!
- Ön szerint, hogyan mérsékelhető az energiaszegénység helyi intézkedésekkel?

A **3. ábra** szemlélteti a tanulókör megközelítést az energiaszegénységről és annak az idősekre gyakorolt hatásáról.

3. ábra – Példa az energiaszegénység tanulóköri megközelítésére



Az energiaszegénység helyi szintű enyhítésére vonatkozó esettanulmányok és ötletek a következő külső hivatkozásokon találhatóak:

- **“Tackling energy poverty through local actions– Inspiring cases from across Europe”.** (2021). Energy Poverty Advisor Hub. https://energy-poverty.ec.europa.eu/system/files/2021-11/EPAH_inspiring%20cases%20from%20across%20Europe_report_0.pdf
- **Handbook 1 "A Guide to Energy Poverty Diagnosis"** (2023). https://energy-poverty.ec.europa.eu/discover/publications/publications/energy-poverty-advisory-hub-epah-handbook-1-guide-energy-poverty-diagnosis_en



- **Handbook 2 "A Guide to Planning Energy Poverty Mitigation Actions".** (2023). https://energy-poverty.ec.europa.eu/discover/publications/publications/energy-poverty-advisory-hub-epah-handbook-2-guide-planning-energy-poverty-mitigation-actions_en
- **Guideline "7 practical steps to energy poverty diagnosis".** (2023). https://energy-poverty.ec.europa.eu/discover/publications/publications/7-practical-steps-energy-poverty-diagnosis-energy-poverty-advisory-hub-learning-guide_en
- **Extended course "Alleviating energy poverty: How to implement local actions".** https://energy-poverty.ec.europa.eu/about-us/news/new-extended-course-energy-poverty-goes-step-further-2024-06-10_en

2. gyakorlati példa a tanulóköri megközelítésre – Körforgásos gazdaság az élelmiszerláncban

A tanulókörök különösen hasznosak a közösségi kötelékek és a társadalmi szolidaritás előmozdításában. A tanulókörben a munka a résztvevők saját igényeinek és érdeklődési körének megfelelő tudáskeresése köré épül fel.

Ennek a tanulókörnek az a célja, hogy jobban megértsük, hogyan járul hozzá az élelmiszertermelés, -feldolgozás, a fogyasztás (választás) és az ártalmatlanítás az energiafelhasználáshoz. Ezen keresztül az energiaforrások megtakarításának, valamint a környezeti hatások mérséklésének módjaiban lehet elnavigálni. Fontos, hogy mindig tiszteletteljes és nyitott maradjon a kommunikáció. Ne feledje, hogy a tanulókör a téma megosztásáról és feltárásáról, valamint egymás inspirálásáról szól, nem pedig „a megfelelő válaszok megtalálásáról”!

Először is kérje meg a résztvevőket, hogy beszéljék meg a következő négy fontos kérdést!

- Mi a legfontosabb dolog, amit szeretnénk megtudni erről a témáról?
- Miben kell hozzájárulnunk a cél eléréséhez?
- Mit akarunk/kívánunk egymástól, hogy elérjük célunkat?
- Mit tegyünk, ha nem tudjuk megvalósítani célunkat?

A tanulóköri munka várhatóan az idők saját tapasztalataiból és tudásából indul ki, ösztönözve az együttműködést és távol tartva a versengést, egymás segítésén és együttműködésen alapul.



Kérje meg a csoportot, hogy gondolják át és beszéljék meg a következőket!

- Mennyi energiát igényel a napi étkezésünk?
- Tisztában vagyunk-e az élelmiszerellátó rendszer különböző szakaszaiban felhasznált energiaforrásokkal?
- Elemezzék és vitassák meg, hogyan járulhatnak hozzá a körforgásos gazdaság gyakorlatához az élelmiszerlánc-iparban!
- Ön szerint étkezési szokásaink és termékválasztásaink hatással vannak-e az energiafogyasztásra és a környezetre?

A képzési anyagokra (WP4-A1) építve használjon egyszerű kinyomtatott anyagokat, mint a **4. ábrán látható** tippeket, hogy lehetőség szerint segítsünk a résztvevőknek.

4. ábra – Tippek a fenntartható élelmiszerekhez⁹

Válasszon ökológiailag biztonságos terméket!

Válasszon növényvédőszermentes termékeket!

Kerülje a pazarlást!

Csak annyi élelmiszert vásároljon, amennyit meg szeretne enni!

Védje környezetét!

Fogyasszon helyi, szezonális élelmiszereket, hogy csökkentse a károsanyag-kibocsátást!

Egyensúlyozzon az étrendjében!

Kövesse gyümölcsökben, zöldségekben és hüvelyesekben gazdag étrendet!

Támogassa a fair trade termékeket!

Válassza a társadalmilag elismert és fenntartható vállalkozásokat!

Válassza a természetes termékeket!

Kerülje a feldolgozott, előfőzött és a genetikailag módosított ételeket!

Csökkentse a fogyasztást!

Csökkentse a hús, a tej és a hal mennyiségét az étrendjében!

Csatlakozzon egy fogyasztói csoporthoz!

Találjon közvetítők nélküli hozzáférést helyi termékekhez!

⁹Iberdrola (2023). What is sustainable food? Food sustainability, a recipe against pollution.
<https://www.iberdrola.com/sustainability/sustainable-nutrition>



A tanulókörök további példáiért tekintse meg a Tanulókör kézikönyvét (2020).¹⁰

2.5.2 A történetmesélés módszertana gyakorlati példákkal

A történetmesélést mint pedagógiai eszközt, széles körben alkalmazzák, különösen a felnőttoktatásban és az élethosszon át tartó tanulásban. A történetek elmesélése az időseknek nagyon hatékony lehet abban, hogy megragadja a figyelmüket, és bevonja őket a folyamatba, mivel aktív hallgatóvá teszi őket. (Jammal, 2022)

A történetmesélés előnyei az idősek számára:

- Az idősek azonosulni tudnak a bemutatott élménnyel.
- A történetek inspirációt nyújtanak a hallgatóknak, és lekötik a figyelmüket.
- A történetek konkrét időkeretet, irányt és cselekvési lehetőségeket biztosítanak.
- A történetek emlékeket ébresztenek és empátiát váltanak ki (empatikus kompetenciák fejlesztése).

A történet kiválasztásakor az oktatóknak el kell dönteniük, hogy mi a történetmesélő foglalkozás célja, és hogyan felel meg az idősebb felnőttek sajátos igényeinek. Például a történet célja lehet:

- szemléletformálás,
- az összetartozás érzésének megteremtése,
- az idősek kritikus gondolkodásának beindítása,
- ösztönzés a tudás feldolgozására,
- új nyelvi készségek elsajátítása,
- a kreativitás beindítása, az együttműködés és kommunikáció ösztönzése stb.

A történetmesélést használhatják maguk az idősek is, így aktív résztvevői lesznek a foglalkozásnak. Amikor az időseknek lehetőségük van saját történeteik és tapasztalataik megosztására a csoporttal, gyorsabban elmerülnek egy magával ragadó tevékenységben, miközben mindenki számára ismerős és biztonságos környezetet teremtenek, ahol megoszthatják gondolataikat.¹¹

¹⁰Freedom House (2020). Study circle Handbook https://freedomhouse.org/sites/default/files/2020-05/Study-circle-handbook-Final-Compressed_12_05_2020.pdf

¹¹Jammal, S.E. (2022. augusztus 29.). Storytelling to improve adult education. Epale.ec.europa.eu. <https://epale.ec.europa.eu/en/resource-centre/content/storytelling-improve-adult-education>



1. gyakorlati példa a történetmesélés megközelítésére – Energiaszegénység

Egy nagyon érdekes módja annak, hogy beszélgetést kezdeményezzenek és a történetmesélésbe belekezdjenek, ha arra bátorítjuk az időseket, hogy vigyék magukkal fényképalbumukat vagy egy személyes tárgyukat a rendezvényre. Mindenki elmesélheti a saját történetét egy-egy fényképe/tárgya alapján (pl. gyermekkorából, házasságából, családjából, különleges történelmi eseményekből stb.). A csoport és az oktató kérdéseket is feltehet, hogy a tevékenység még interaktívabb legyen.

Az oktatók javasolják az időseknek, hogy kapcsolják össze történeteiket a fenntarthatósággal, és tegyenek fel nekik a történetükhöz kapcsolódó irányadó kérdéseket, például:

- Tett-e már gyermekkorában lépéseket a környezet védelme érdekében?
- A környezetében élők beszéltek a fenntarthatóság fogalmáról?
- Történt-e olyan környezeti katasztrófa vagy esemény valaha, amely arra készítette Önt, hogy lépéseket tegyen a környezet védelme érdekében?
- Szokott újrahasznosítani? stb.

5. ábra - Példa a történetmesélés megközelítés megvalósítására

Egy érdekes módja a beszélgetés elindításának és a történetmesélő foglalkozás elkezdésének az idősek bátorítása, hogy hozzák el magukkal egyik fotóalbumukat vagy egy számukra fontos tárgyat a képzésre.



Mindenki elmesélheti saját történetét a fényképe/tárgya alapján (pl. gyermekkorából, házasságából, családjáról, különleges történelmi eseményekről stb.).



Az oktatók tanácsokkal látják el az időseket, hogy történeteiket a fenntarthatósághoz kapcsolják, és a történeteikhez olyan irányadó kérdéseket tesznek fel, mint például: Gyermekkorában tett-e a környezetvédelemért? A környezetében élők beszéltek-e a fenntarthatóságról? Volt-e valaha olyan környezeti katasztrófa vagy esemény, amely arra ösztönözte, hogy lépéseket tegyen a környezetvédelem érdekében? Szelektíven gyűjti-e a szemetet?



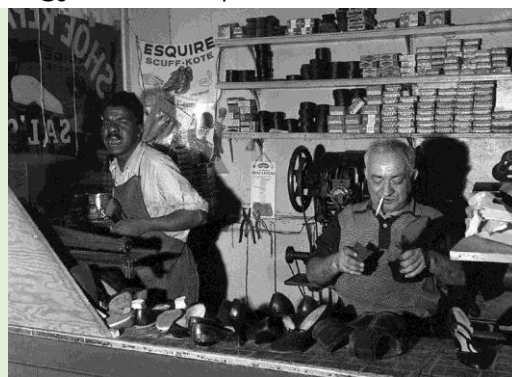
A csoport és az oktató kérdéseket is feltehet, hogy még interaktívabbá tegye a foglalkozást.



2. gyakorlati példa a történetmesélés megközelítésére – Környezetbarát magatartás és a termékek újrafelhasználása

Segítsen a fiataloknak és az idősebbeknek többet megtudni a más korcsoportokhoz tartozó emberek élettapasztalatairól, és ösztönözze a párbeszédet a generációk közötti hasonlóságokról és különbségekről!

- Kérje meg a résztvevőket, hogy hozzanak magukkal néhány olyan tárgyat, amelyekről az ő generációjukhoz tartozók általában sokat tudnak, de amelyek esetleg nem ismerősek más korosztálynak! Például egy idős ember hozhat egy tárgyat a háború utáni megszorító évekből – amikor a saját kezünkkel való munka és a javítás az életforma részét képezte. Ezek lehetnek például régi tejesüvegek, régi varrógép, gombdoboz, fém szemetes stb. Egy gyerek hozhat fém szívószálat, vagy megoszthat egy kedvenc fenntarthatósági podcastot vagy Youtube-videót, amely a generációját szimbolizálja.
- A résztvevők találják ki minden tételnél, mi az! (Ha szükséges, adjon tippeket!)
- Ha kitalálják, mi az a dolog (vagy feladják a találgatást), adjon további információkat a tárgy használatáról, hasonlítsák össze a gyerekkori emlékeket, és reflektáljanak a múlt és jelen közötti fogyasztási és pazarlási szokásokra!¹²



¹²Penn State College of Agricultural Sciences (2003). Intergenerational Activities Sourcebook. <https://aese.psu.edu/outreach/intergenerational/curricula-and-activities/intergenerational-activities-sourcebook>

3. Helyi rendezvények, workshopok szervezése vidéki idősek számára zöld és fenntarthatósági témákban



3. Helyi rendezvények, workshopok szervezése vidéki idősök számára zöld és fenntarthatósági témákban



Kép: Freepik.

Ez az 1. számú eszköztár megismerteti a partnereket, oktatókat, idősokkal foglalkozó szervezeteket és önkormányzatokat egy lehetséges megközelítéssel, amelyet követhetnek az idősökkel való kommunikációban és a képzési eseményeken való részvételi hajlandóság növelése érdekében. A cél, hogy konkrét módszereket, taktikákat mutassunk be az idősök megszólítása és részvételre motiválása érdekében, mivel ez sokszor nehéz és több erőfeszítést igényel.

Ez a fejezet arra a tanulási folyamatra összpontosít, amelyet a partnerek, az idősökkel foglalkozó szervezetek és az önkormányzatok követhetnek, hogy aktívan be tudják vonni az idősöket a zöld és fenntartható háztartási témákba, figyelembe véve igényeiket. A cél az, hogy rugalmas tanulási mintákat kínáljunk, mivel az idősöknek időbe telhet, hogy alkalmazkodjanak a spontán szóbeli beszélgetésekhez, és sokkal több ismétlést és célzott magyarázatot igényelhetnek. Ezért olyan lépések következnek, amelyek követésével megőrizhetjük az idősök motiváltságát a képzések során, miközben figyelembe vesszük a memória és az elkötelezettség kérdését.



Mit tegyünk, hogy az idősök jól érezzék magukat a helyi képzéseken?

Ez a rész abban segít, hogy az idősebb résztvevők biztonságban és kényelmesen érezzék magukat a helyi rendezvényeken, figyelembe véve az esetleges nehézségeiket és csökkentve az esetleges stressztényezőket. A cél az, hogy megoldásokat kínáljunk partnereknek, idősekkel foglalkozó szervezeteknek, önkormányzatoknak a helyi képzések iránti bizalom erősítésére, valamint a kihívásokhoz való alkalmazkodásra.

Korosztálybarát helyi rendezvények szervezése

Az idősök sajátos igényeivel összhangban lévő, korosztálybarát helyi rendezvények és képzések kialakításához a közösség, az önkormányzatok és a civilcsoportok helyi ügynökségeinek együttműködése szükséges. Van néhány lépés, amelyet az oktatók és a közösség általánosságban követhet annak érdekében, hogy egy helyi rendezvény befogadó és zökkenőmentes legyen::

1. lépés: Több érdekelt fél bevonása

Az állami és magánszereplők bevonása igen hasznosnak bizonyulhat az idősök elérésében, valamint a képzésben való részvételük biztosításában. Az érintettek lehetnek választott tisztségviselők és önkormányzati képviselők, az időskorúakat segítő szervezetek képviselői vagy önkéntesek. Az érintettek létrehozhatnak egy Korosztálybarát Bizottságot (a továbbiakban Bizottság), amely a közösség korosztálybarát kialakításáért tett erőfeszítések koordinálásáért felel.

2. lépés: Értékelési kritériumok kialakítása

A Korosztálybarát Bizottságnak hangsúlyt kell fektetni annak értékelésére, valójában mennyire korosztálybarát a közösség. Van néhány kritérium, amelyet a Bizottságnak érdemes megfontolni helyi rendezvények szervezésekor:

- a helyi hatóságoktól kapott inputok a témával kapcsolatban;
- a közösségtől fókuszcsoportok, interjúk, kérdőívek stb. révén kapott inputok és javaslatok.

3. lépés: SWOT-elemzés

Az előző lépés értékelésének befejezése után az oktatóknak és a Bizottságnak képesnek kell lenniük arra, hogy meghatározzák a fő kihívásokat, amelyek akadályozhatják a folyamatot, és azonosítsák a közösség fő gyengeségeit, amelyek az életkorbarát és befogadó cél elérésének útjában állhatnak. Ugyanakkor elengedhetetlen a közösség erősségeinek és lehetőségeinek azonosítása és kiemelése, amelyek hasznosnak és praktikusnak bizonyulnak a helyi rendezvény szervezése során.



4. lépés: Megvalósítás és nyomon követés

A rendezvények során a segítőknek figyelembe kell venniük a rendelkezésre álló pénzügyi, logisztikai és emberi erőforrásokat. Ugyanakkor az elért előrehaladás ellenőrzése kulcsfontosságú, mivel általa megérthetjük, hogy az esemény céljai megvalósulnak-e vagy sem.

Az 1. melléklet öt kritériumot mutat be, amelyeket figyelembe kell venni a korosztálybarát helyi rendezvények szervezésekor, nevezetesen:

1. Hozzáférhetőség és fiziológiai szükségletek;
2. Közlekedés;
3. Kommunikáció és társadalmi részvétel;
4. Közösségi támogatás és bátorítás, továbbá
5. Adatvédelem és hozzájárulás.

Használja ezt az ellenőrző listát, amikor helyi rendezvényt készít elő, hogy alaposan mérlegelje az idősök igényeit!

A 2. mellékletben található egy sablon a **képzés előtti és utáni értékeléshez**, amelyet az oktatók használhatnak az idősökkel szervezett tanulási tevékenységek során. Módosíthatja a kérdéseket vagy az értékelési skálát a képzési követelményeinek megfelelően.

3.1 Tippek vidéki idősök rendezvényeinek szervezéséhez

Az idősöknek szóló sikeres képzés megtervezése némi átgondolást igényel, és számos olyan tényezőtől függ, amelyek valóban javíthatják a résztvevők élményét. Emiatt fontos felkészülni. Kérjük, olvassa el a következő oldalon a **6. ábra** tippjeit.¹³

¹³C.H.A.N.G.E.R.S. (2022). Recommendations for adapting best practices in changing household attitudes towards sustainability for rural seniors A project outcome of the C.H.A.N.G.E.R.S. project – Exchanging good practices to Change Household Attitudes for a Non-wasteful, Green environment and Energy-consciousness addressing Rural Seniors. Project number: 2020-1-HU01-KA204-078710



6. ábra - Tippek vidéki idősök rendezvényeinek szervezéséhez.

**1. FORDÍTSUK ÉS
FRISSÍTSUK AZ
ANYAGOKAT!**

Mivel a nyelvi akadályok igen gyakoriak az idősök körében, az őket célzó oktatási anyagok hatékonyabban átadhatók magyarul. Az eredménytermékek többsége elérhető a projektek honlapján. (Lásd a jó gyakorlatok gyűjteményében)



**2. HASZNÁLJUK A HELYI
LAPOKAT A TARTALOM
TERJESZTÉSÉRE!**

Javasoljuk a vidéki idősök elérését a körükben még mindig népszerű helyi nyomtatott sajtón keresztül a lefordított anyagok felhasználásával. Gondolhatunk például egy cikksorozatra a leginkább releváns témákat érintve.



**3. BIZTOSÍTSUNK
FIZIKAI KÉPZÉSI
LEHETŐSÉGEKET!**

Mivel az idősöknek a fiatalabb generációkhoz viszonyítva általánosságban alacsonyabbak a digitális készségeik, helyi, személyes események szervezését javasoljuk számukra.

Az ilyen helyi képzések különösen fontosak vidéken, mivel képzési központok főleg nagyobb városokban működnek, ami a vidéki képzési kínálat hiányát eredményezi. A képzések egyúttal a szociális kapcsolatok fejlesztésére és közösségépítésre is lehetőséget kínálnak.

**4. RÖVID PROGRAMOKAT
TERVEZZÜNK!**

Az idősök számára javasolt rövidebb programokat tervezni. Tanulmányok szerint a felnőttek 25-30 percig tudnak figyelni egy képzés során. Ha lehetőség van rá, rendezzük a képzést napközben, természetes fényviszonyok mellett.

**5. HASZNÁLJUNK AZ
IDŐSEKNEK MEGFELELŐ
VIZUALIZÁCIÓT!**

Az idősök között akadhatnak gyengénlátók, amire tekintettel kell lennünk. Az átlátható elrendezés, nagy betűméret, egyszerű és kontrasztos színek, a kevesebb szöveg, több illusztráció segíti a jobb megértést.



**6. VÁLASSZUNK
MEGFELELŐ HELYSZÍNT!**

Az előkészületek során különös figyelmet kell fordítani az idősökre. A jól felszerelt helyszínnel tömegközlekedéssel is könnyen megközelíthető helyen kell lennie.



Biztosítsunk büféasztalt, amely lehetőséget ad az idősök számára a szocializációra és a beszélgetésre. Válasszunk olyan helyszínt, ahol megvannak a szükséges technikai feltételek (pl. projektor).



7. HIRDESSÜK AZ ESEMÉNYT HELYBEN!

Válasszuk a legnépszerűbb kommunikációs csatornákat, amelyekkel az idősek elérhetők: például nyugdíjas klubok, nyomtatott helyi újságok vagy a közösségi, önkormányzati épületekben kihelyezett hirdetőtáblák.



Szintén erősen javasolt kapcsolatba lépni a helyi önkormányzatokkal, civil szervezetekkel vagy idősothonokkal, akik segíthetnek népszerűsíteni a programot, vagy akár meg is rendezhetik az eseményt.



8. HASZNÁLJUK A BEMUTATOTT ESZKÖZÖKET KIEgészítésként!

Bár az eszközeink nincsenek lefordítva (pl. élelmiszerhulladékos játék vagy vízlábnyom kalkulátor), de használhatjuk ezeket is a rendezvényen csoportos tevékenységekhez. Javasolhatjuk, hogy osszák meg őket a családtagjaikkal.

9. TERVEZZÜNK INTERAKTÍV ÉS INKLÚZÍV ESEMÉNYEKET!

Hogy fenntartsuk az idősek érdeklődését, készüljünk csoportos vagy játékos feladatokkal. Mindig biztosítsuk, hogy az általunk kínált program inklúzív legyen. Például néhány résztvevő alacsonyabb olvasási készséggel rendelkezhet, amire szintén tekintettel kell lennünk.

10. TEGYÜK SZEMÉLYESSÉ A KÉPZÉSEKET!

Az idősek felkérése, hogy osszák meg tapasztalataikat és véleményüket, hozzájárul a magasabb aktivitási arányhoz a rendezvény során, és mélyebb kötődést eredményez a témákhoz. Az egymástól való tanulás szintén javasolt.

11. KÉSZÜLJÜNK NYOMTATOTT SZÓRÓANYAGGAL AZ IDŐSEKNEK!

A nyomtatott anyagok segítik a bemutatott témák jobb megértését, az új tudás elsajátítását és az új ötletek, jó gyakorlatok való életben történő alkalmazását.



12. KERÜLJÜK A TUDOMÁNYOS TERMINOLÓGIÁT A KÉPZÉSEKEN ÉS AZ ANYAGOKBAN!

Egyszerű nyelvezet használatát javasoljuk, kerüljük az összetett és bonyolult mondatokat.



13. KÉRJÜK MEG A RÉSZTVEVŐKET, HOGY ÉRTÉKELJÉK AZ ESEMÉNYT!

A program végén kérjük meg a jelenlevőket, hogy értékeljék az eseményt. A visszajelzések alapján a következő rendezvény még inkább az érdeklődésüknek és igényeiknek megfelelően tervezhető.



3.2 Ajánlott csatornák az idősök eléréséhez

A vidéki és távoli területeken élő idősök szükségleteinek felismerése és kielégítése érdekében a tájékoztatási erőfeszítéseknek rugalmasnak és érzékenynek kell lennie a kulturális és fizikai valóság helyi különbségeire. Az alábbi lista néhány megvalósíthatóbb lehetőséget javasol az idősök eléréséhez.

- Flyerek: készítsünk szórólapokat, nyomtassuk ki és osszuk szét őket az idősökkel foglalkozó létesítményekben vagy olyan helyeken, ahol az idősök összegyűlnek (pl. parkokban, imahelyeken, nyugdíjas közösségekben, közösségi központokban és csoportokban, idősök otthonában).
- Közösségi média: használjuk a közösségi média felületeit (mint a Facebook vagy a Twitter) a helyi képzési események népszerűsítésére, és hozzunk létre eseményeket ezeken az oldalakon, hogy több információt oszthassunk meg.
- Telefonhívások: keressük fel telefonon azokat az idősöket, akik már kifejezték érdeklődésüket a képzések iránt. Ez az idősökkel való kapcsolatépítést is segíti.
- Helyi lapok: jelentessünk meg információt a közelgő képzési eseményekről és azok témáiról.
- Hálózatok: lépünk kapcsolatba más szervezetekkel/önkormányzatokkal, akik szívesen osztanak meg információt rendezvényünkről (vagy akár társulnak is hozzá).
- E-mailek: küldjünk meghívót személyes e-mailben azoknak az idősöknek, akik már kifejezték érdeklődésüket a képzési események iránt.
- Hírlevelek: szintén kiválóan alkalmasak a hírlevelek arra, hogy tájékoztassuk az idősöket a közelgő eseményekről.
- Promóció az idősöknek szóló önkormányzat által szervezett rendezvényeken, mint például tombolapartik, adománygyűjtések stb.



3.3 Meghívók készítése

A helyi képzési események meghívóit a képzésre és a célközönségre szabva kell elkészíteni. Különös hangsúlyt kell helyezni a dizájnelemekre, úgy mint:

- a meleg színek használata a barátságos és hívogató légkör megteremtésére;
- idősök képei vagy a helyről készült régi fényképek, hogy inspiráljuk a részvételt;
- tiszta és olvasható betűtípus minden szövegelemhez,
- tetszetős szegélyek vagy a képzés témájához kapcsolódó díszítőelemek.

Living sustainably:
How to reduce your waste

Free Training Session
for people 65+



Monday 29th of April 2024
12:00 - 13:30

KMOP Education and Innovation Hub
(Sourpi 4, 145 62, Kifisia, Athens, Greece)



KMOP invites you to the free training session on the topic of **“Living sustainably: How to reduce your waste”** for people 65+, which will take place on **Monday 29th of April 2024**, at **12.00 - 13.30** at KMOP Offices (Sourpi 4, 145 62, Kifisia, Athens). At the training, we will discuss the following:

12:00 - 12:30 The impact of waste generation on the environment and society.

12:30 - 13:00 The life cycle of different consumer goods.

13:00 - 13:30 Ways to incorporate responsible consumption practices.

In order to register for the training, send an email to changers-project@kmop.org or call +302103637547.

The training is addressed to people 65+, and **no fee or prior knowledge is required**. Find more about KMOP at <http://www.kmop.org/>.

4. További olvasnivalók és források



4. További olvasnivalók és források



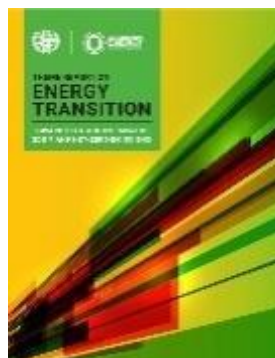
Wirestock képe a Freepik-en.

Szeretne többet megtudni az idősök számára környezetvédelmi témákkal kapcsolatos tanulási tevékenységek megszervezéséről?

- Federal/Provincial/Territorial Ministers Responsible for Seniors. (nd). Age-Friendly Rural and Remote Communities: A Guide. (Korbarát vidéki és távoli közösségek: útmutató). https://www.phac-aspc.gc.ca/seniors-aines/alt-formats/pdf/publications/public/healthy-sante/age_friendly_rural/AFRRC_en.pdf
- Jammal, SE (2022, augusztus 29.). Storytelling to improve adult education (Történetmesélés a felnőttoktatás fejlesztése érdekében.) Epale.ec.europa.eu. <https://epale.ec.europa.eu/en/resource-centre/content/storytelling-improve-adult-education>
- Imperial College London (2022). Decarbonising Buildings: Insights from across Europe. (Épületek szén-dioxid-mentesítése: betekintések Európából.) <https://www.imperial.ac.uk/grantham/publications/decarbonising-buildings-insights-from-across-europe.php>



- British Council (2022). Climate action in language education: Activities for low resource classrooms. (Klímapolitika a nyelvoktatásban: Tevékenységek alacsony erőforrásokkal rendelkező osztálytermek számára.) https://www.teachingenglish.org.uk/sites/teacheng/files/2022-08/CALE_activities_low_resource_contexts.pdf
- Energy Poverty Advisory Hub (2021). Tackling energy poverty through local actions - Inspiring cases from across Europe (Az energiaszegénység leküzdése helyi intézkedésekkel – inspiráló esetek Európa-szerte.) https://energy-poverty.ec.europa.eu/system/files/2021-11/EPAH_inspiring%20cases%20from%20across%20Europe_report_0.pdf
- Egyesült Nemzetek Szervezete (2021). Towards the achievement of SDG 7 and net-zero emissions. (Az SDG 7 és a nettó záró károsanyag-kibocsátás elérése felé.) https://www.un.org/sites/un2.un.org/files/2021-twg_2-062321.pdf
- UNESCO (2013). Climate change in the classroom: UNESCO course for secondary teachers on climate change education for sustainable development. (Klímváltozás az osztályteremben: UNESCO tanfolyam középiskolai tanárok számára a fenntartható fejlődést szolgáló klímaváltozási oktatásról.) <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000219752>





1. melléklet: Korosztálybarát helyi rendezvények szervezésének kritériumai

Használja ezt az összetett ellenőrző listát, amikor helyi rendezvényt készít elő, hogy alaposan át tudja gondolni az idősök igényeit!

1. Hozzáférhetőség és élettani szükségletek

- ☐ A nyilvános mosdók akadálymentesítettek és különböző fogyatékkal élők számára is alkalmasak (széles ajtók, kapaszkodók stb.).
- ☐ A padok hozzáférhetőek (és az idősök számára megfelelő magasságúak).
- ☐ Az épületek akadálymentesítettek, rámpákkal felszereltek, kevesebb lépcsővel, csúszásmentes padlóval és a közelében lévő parkolókkal rendelkeznek.
- ☐ A hőkomfort biztosított (télen meleg, nyáron hűvös környezet).
- ☐ Vizuális kényelem, például nyugtató színek a szobákban, világos színek a folyosókon, természetes fény, hogy segítsék a tájékozódást.

2. Közlekedés

- ☐ Megfizethető és hozzáférhető közösségi közlekedési szolgáltatások (beleértve a buszjáratokat is) állnak rendelkezésre.
- ☐ A tömegközlekedés (buszok, kompok stb.) egész nap és este is elérhető és megfizethető.
- ☐ Vannak önkéntes és/vagy informális járművezetői hálózatok.
- ☐ Az idősök tájékoztatást kapnak a közlekedési szolgáltatások (állami és magán) választékáról.
- ☐ A rendezvényeket és tevékenységeket olyan helyszíneken tartják, ahová megfizethető és elérhető közlekedési eszközökkel el lehet jutni.

3. Kommunikáció és társadalmi részvétel

- ☐ A rendezvények és tevékenységek generációkon átívelőek, és úgy vannak kialakítva, hogy különböző korú és háttérű embereket szólítsanak meg, valamint elősegítsék a generációk közötti együttműködést és kommunikációt.
- ☐ Rendszeres és megbízható tájékoztatás biztosított az eseményekről és programokról (beleértve az elérhetőségeket is) a helyi kommunikációs csatornákon keresztül.
- ☐ Rendelkezésre áll egy központi nyilvántartás, amelyben az idősebb felnőttek információt találnak az elérhető tevékenységekről és szolgáltatásokról, valamint az oktatók/szervezők elérhetőségéről.
- ☐ A társadalmilag elszigetelt idősök számára a tájékoztatás telefonon vagy személyes látogatásokon keresztül biztosított.



- A rendezvény helyszínén számítógépekhez és internethez való hozzáférés biztosított (amennyiben szükséges).

4. Közösségi támogatás és bátorítás

- Az idősebb felnőtteket rugalmas lehetőségek biztosításával ösztönzik az önkéntes munkára és a közösségben való részvételre.
- A közösségben elérhetők orvosok.
- A foglalkozásvezetők elsősegélycsomaggal vannak felszerelve, vagy vészhelyzet esetére orvosok vannak jelen.

5. Adatvédelem és hozzájárulás

- Minden tevékenység megfelel az életkornak megfelelő iránymutatásoknak és a jogi követelményeknek.
- Az időskorúak és a gyermekek szülei/gondviselői minden fényképhez vagy videóhoz beleegyezésüket adják.
- A fényképek felhasználásának és tárolásának módjával kapcsolatos információk közlésre kerülnek.
- Minden résztvevő magánélete és személyes határai tiszteletben vannak tartva.
- A közösségi médiában megosztott fényképek nem tartalmaznak érzékeny információt.
- A résztvevők arcáról való képkészítés kerülendő.



2. melléklet: Képzés előtti és utáni értékelő sablon

Dátum:

.....

Helyszín:

.....

Az esemény címe:

.....

Életkor (év):

- ☐ <20
- ☐ 20-29
- ☐ 30-39
- ☐ 40-49
- ☐ 50-59
- ☐ 60-69
- ☐ >70

1. Hogyan értékelné a képzés előtti ismereteit a témával kapcsolatban?

- ☐ Teljességgel tájékozatlan
- ☐ Kissé tájékozott
- ☐ Közepesen tájékozott
- ☐ Nagyon tájékozott
- ☐ Rendkívül jól tájékozott

2. Hogyan értékelné a képzés utáni ismereteit a témával kapcsolatban?

- ☐ Teljességgel tájékozatlan
- ☐ Kissé tájékozott
- ☐ Közepesen tájékozott
- ☐ Nagyon tájékozott
- ☐ Rendkívül jól tájékozott

3. Használni fogja a képzés során megszerzett ismereteket a mindennapjaiban?

- ☐ Határozottan nem
- ☐ Valószínűleg nem
- ☐ Lehetséges



- ☐ Valószínűleg igen
- ☐ Határozottan igen

4. Mi a véleménye az előadás és az interaktivitás egyensúlyáról a képzésben?

- ☐ Túl sok előadás és kevés az interaktív tanulás
- ☐ Megfelelő mennyiségű előadás és interaktív tanulás
- ☐ Túl sok interaktív tanulás és kevés előadás

5. Hogyan lehetne a képzést továbbfejleszteni, hogy még hatékonyabb legyen a tanulás? (szabadszöveges válasz)

.....

.....

6. A képzés melyik része segítette leginkább a tanulást az Ön számára?

(szabadszöveges válasz)

.....

.....

7. Kérjük, ossza meg véleményét a rendezvény szervezésével kapcsolatban.

(szabadszöveges válasz, pl. kihívások, amelyekkel szembesült)

.....

.....



Az Európai Unió finanszírozásával. Az itt szereplő vélemények és állítások a szerző(k) álláspontját tükrözik, és nem feltétlenül egyeznek meg az Európai Unió vagy az Európai Oktatási és Kulturális Végrehajtó Ügynökség (EACEA) hivatalos álláspontjával. Sem az Európai Unió, sem az EACEA nem vonható felelősségre miattuk..