



Programul de formare NEXT DOOR Alături de Vârștnici

Un program de consolidare a competențelor
ca parte a IO3: curriculum de curs

Project Number: 2020-1-FR01-KA204-080560

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflect the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



Cuprins

1. Descriere generală	2
2. Grupuri țintă.....	2
3. Limbile disponibile	2
4. Livrarea cursului	2
5. Obiective	3
6. Obiective de învățare	3
7. Conținutul cursului.....	4
8. Durata cursului.....	5
9. Metode de predare și învățare	6
10. Metoda de evaluare.....	7
11. Referințe	7
12. Codul de conduită	7

1. Descriere generală

Acest curs a apărut din nevoia de a sensibiliza cu privire la crearea de rețele de suport pentru persoanele vârstnice din comunitate, ca factor de protecție și promovare a unei îmbătrâniri active și autonome. Acest curs se adresează profesioniștilor și voluntarilor în cadrul proiectului Next-Door, care are ca scop mobilizarea comunității în sprijinul cetățenilor vârstnici - se bazează pe principiile îmbătrânirii la locul de muncă. Cursul se va desfășura în format B. Learning, cu sesiuni sincrone și asincrone, și acces la documentația de suport offline.

2. Grupuri țintă

Profesioniști, voluntari și cetățeni rezidenți din locația desemnată de fiecare țară parteneră a proiectului Next Door, în special lucrători comunitari și persoane care doresc să sprijine cetățenii mai în vârstă din comunitate.

3. Limbile disponibile

Engleză; Franceză; Germană; Italiană; Portugheză; Română, Spaniolă

4. Livrarea cursului

Prin intermediul sesiunilor online, cursanții vor putea dobândi cunoștințele teoretice necesare aliniate la obiectivele modulelor propuse.

La finalul fiecărui modul, aceștia vor trebui să răspundă la un chestionar care va evalua competențele dobândite. Participanții vor avea, de asemenea, posibilitatea de a consulta articole și materiale audio-vizuale pentru a completa cunoștințele dobândite.

Sesiunile sincrone sunt destinate să:

- Contextualizeze condițiile și nevoile persoanelor vârstnice în prezent;
- Să discute modalitățile de promovare a îmbătrânirii active și de combatere a izolării sociale a persoanelor în vârstă;
- Să discute despre beneficiile competențelor digitale la persoanele în vârstă;
- Să discute despre modalitățile de implicare a persoanelor în vârstă și de promovare a participării civice;

- Să realizeze un brainstorming despre cum să construiți o comunitate prietenoasă cu vârstnicii.

5. Obiective

Acest training are ca scop:

- Responsabilizarea voluntarilor, cetățenilor și profesioniștilor pentru crearea unei rețele de sprijin pentru persoanele vârstnice din comunitate.
- Dezvoltarea și consolidarea cunoștințelor privind implicarea comunității în sprijinirea persoanelor în vârstă;
- Dezvoltarea competențelor necesare pentru a crea o rețea de sprijin;
- Înțelegerea nevoilor grupului țintă și a impactului pe care alfabetizarea digitală îl poate avea asupra calității vieții acestora;
- Înțelegerea câtorva strategii pentru a implica cetățenii din comunități în participarea civică.

6. Obiective de învățare

Cursantul va fi capabil să:

1. Să recunoască și să identifice drepturile persoanelor în vârstă în societatea actuală;
2. Să definească cadrul de îmbătrânire sănătoasă și să identifice strategiile locale de promovare a îmbătrânirii active și sănătoase în comunitate;
3. Să identifice și să utilizeze strategii practice pentru a promova utilizarea tehnologiilor digitale în sprijinul persoanelor în vârstă;
4. Să înființeze o inițiativă de proximitate la nivelul său local, inclusiv o acțiune de sensibilizare pentru a încuraja implicarea comunității în vederea sprijinirii persoanelor în vârstă.

7. Conținutul cursului

Conținutul programului cursului se va concentra pe patru module:

- 1. Persoanele în vârstă în societate**
- 2. Promovarea îmbătrânirii active și sănătoase**
- 3. Promovarea utilizării instrumentelor digitale**
- 4. Conștientizarea și implicarea în comunitățile locale**

În tabelul 1, găsiți informații detaliate despre conținutul prevăzut pentru fiecare modul și oferta preconizată la modurile sincron/ asincron.

Tabelul 1. Module, conținut și ofertă sincronă/asincronă

Module	Conținut sincron	Conținut asincron
1. Persoanele în vârstă în societate	<ul style="list-style-type: none"> . Impactul social și economic . Schimbări normative și nenormative la bătrânețe . Perspective europene și naționale . Stereotipurile legate de bătrânețe . Drepturile persoanelor în vârstă 	<ul style="list-style-type: none"> . Consultarea materialelor de e-learning . Chestionar 1
2. Promovarea îmbătrânirii active și sănătoase	<ul style="list-style-type: none"> . Cadrul privind îmbătrânirea sănătoasă . Promovarea autonomiei și a implicării : "să fie ceea ce au motive să prețuiască" . Combaterea izolării sociale . Comunități prietenoase cu vârstnicii . Implicarea comunității: teorie și practici inspiratoare . Înțelegerea importanței relațiilor de vecinătate și a sprijinului de proximitate * Persoanele în vârstă ca resursă pentru comunitate. 	<ul style="list-style-type: none"> . Consultarea materialelor de e-learning . Chestionar 2
3. Promovarea utilizării instrumentelor digitale	<ul style="list-style-type: none"> . Beneficiile competențelor digitale . Motivarea adulților în vârstă pentru utilizarea tehnologiilor digitale 	<ul style="list-style-type: none"> . Consultarea materialelor de e-learning . Chestionar 3

Module	Conținut sincron	Conținut asincron
	<ul style="list-style-type: none"> . Cum să sprijiniți o persoană în vârstă în îmbunătățirea competențelor digitale . . Modalități de mobilizare socială prin utilizarea noilor tehnologii informaționale . . Next Door Digital Tool: cum se utilizează 	
4. Conștientizarea și implicarea în comunitățile locale: aspecte teoretice și practice	<ul style="list-style-type: none"> . Modalități de sensibilizare a altor cetățeni și comunități . Reflecția asupra construirii unui lucru solid care să fie vizibil în comunitate . Cum se pot utiliza instrumentele de implicare a comunității (modele, sugestii practice etc.) . Crearea unei inițiative de proximitate (lucru în grup) 	<ul style="list-style-type: none"> . Consultarea materialelor de e-learning . Chestionar 4 . Realizarea unui mic raport despre ceea ce au învățat și reflecții despre sesiunea de atelier.

8. Durata cursului

Perioada de formare va dura aproximativ 3 luni și va include o pregătire formală, o perioadă de studiu și o evaluare. Durata totală a cursului este de 32 de ore, fiind flexibil modul de organizare a acestuia între sincron și asincron.

Aici este o propunere pentru această diviziune:

Module	Tipul de sesiune		TOTAL
	Sincronă ¹	Asincronă ²	
Sesiune de bun venit ³ (nu este obligatorie)	1.5	0	1.5
1 - Persoanele în vârstă în societate	4	2	6
2 - Promovarea îmbătrânirii active și sănătoase	8	2	10
3 - Promovarea utilizării instrumentelor digitale	4	2	6
4 - Conștientizarea și implicarea în comunitățile locale: aspecte teoretice și practice ⁴	8	2	10
TOTAL	24	8	32h

9. Metode de predare și învățare

În timpul sesiunilor sincrone, vor fi exemplificate concepte relevante și va fi promovat dialogul între participanți pe baza experiențelor lor și utilizând studii de caz, de exemplu, profilurile de o pagină create în cadrul IO1. Scopul este de a oferi participanților momente de reflecție, de formare a echipei între profesioniști și voluntari și de planificare pentru a construi o rețea de sprijin pentru adulții în vârstă din comunitate. Fiecare participant va fi invitat să reflecteze asupra modalităților de a contribui la o rețea incluzivă și de susținere pentru grupul țintă, în funcție de resursele și nevoile disponibile.

¹ These can be either in-presence or online via a platform (Zoom, Teams, etc).

² Period dedicated to individual study: reading and watching materials available online, on the website or digital tool

³ Presentation and explanation of the objectives of the course (online)

⁴ Working sessions

La sfârșitul fiecărui modul, toți participanții vor răspunde la un mic chestionar în care își vor testa cunoștințele. La finalul cursului, aceștia vor evalua cursul și formatorii și vor avea spațiu pentru a sugera îmbunătățiri.

În timpul sesiunilor, formatorul va încerca să promoveze participarea activă a tuturor celor prezenți, precum și să ofere feedback, pentru a le stimula interesul. Nu se vor semnala greșeli, dar se va sublinia că este important să fie prezenți la mare parte din curs, pentru a atinge obiectivele menționate. Toți cei prezenți la curs vor primi un certificat. Acesta nu va oferi un rezultat cantitativ, ci unul de participare.

10. Metoda de evaluare

- Autoevaluarea competențelor (în timpul cursului: pre și post)
- Teme individuale
- Teme și activități de grup (discuții, jocuri de rol)
- Raport individual

11. Referințe

- Documentele legislative ale țării
- Rezultatele Next Door 1 și 2

12. Codul de conduită

Cursanții sunt rugați să participe în mod regulat la sesiuni și să ajungă la timp.

Participarea la cursuri este de dorit pentru a îmbunătăți obținerea rezultatelor învățării.

Cursanții trebuie să îndeplinească la timp temele online ca parte a planului de învățare convenit.



Project Partners



Project Number: 2020-1-FR01-KA204-080560

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflect the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.