

Wojewódzki Program NESTOR



Działania 2021 - DOPS

- realizacja szkoleń dla nieformalnych opiekunów osób starszych z terenu województwa dolnośląskiego.
Planowane jest przeprowadzenie min. 15 szkoleń dla 300 uczestników, jednak wartości docelowe uzależnione będą od sytuacji pandemicznej.
- wydruk poradnika poświęconego problematyce polipragmazji (wielolekowości) w wieku senioralnym.
- przygotowanie w ramach „Biblioteki Nestora” publikacji – poradnika poświęconego problematyce schorzeń sensorycznych w wieku senioralnym (m.in. schorzenia zmysłu wzroku, słuchu, węchu) – przyczyny, objawy, rodzaje, leczenie, rehabilitacja i opieka. 12 poradnik z serii.
- szkolenia dla kadr służb społecznych pracujących na co dzień z osobami starszymi, służące profesjonalizacji ich pracy oraz zapewnieniu wysokiej jakości usług świadczonych seniorom. Planowane dla minimum 30 uczestników.
- organizacja, we współpracy z dolnośląskimi instytucjami kultury, przedsięwzięć kulturalnych, celem których jest aktywizacja i integracja społeczno-kulturowa seniorów.

Działania aktywizujące Seniorów – we współpracy z jednostkami kultury



Oferta zajęć dla seniorów w Muzeum Papiernictwa

Tematy do wyboru:

- ❑ Rękodzieło papiernicze (zajęcia te cieszyły się zawsze największym zainteresowaniem uczestników bez względu na wiek);
- ❑ „Czy Twoja dycha jest prawdziwa” – zajęcia dotyczące badania zabezpieczeń banknotów. Obydwa tematy mogą być połączone ze zwiedzaniem wystaw stałych

Cel zajęć:

- ❑ aktywizacja osób w wieku senioralnym po kątem udziału w kulturze;
- ❑ upowszechnianie wiedzy o tradycyjnych rzemiosłach Dolnego Śląska;
- ❑ wyrabianie w uczestnikach zajęć umiejętności rozpoznawania zabezpieczeń banknotów (w przypadku zajęć „Czy Twoja dycha jest prawdziwa”).

Czas trwania zajęć:

- ❑ Rękodzieło papiernicze: 1 godzina – zajęcia praktyczne + 45 minut zwiedzanie wystawy „Z papierem przez 2 tysiąclecia”.
- ❑ „Czy Twoja dycha jest prawdziwa”: 45 minut – zajęcia + 45 minut zwiedzanie wystawy „Historia polskich banknotów”.

Ilość uczestników:- 10 grup po 15 osób - łącznie 150 osób

Teatr Dramatyczny im. Jerzego Szaniawskiego w Wałbrzychu



PROGRAM

MOJE HOBBY TO TEATR I LASAGNE

Planowane zbudowanie programu nauki o współczesnym teatrze, a także o jego konwencjach i zmianach, **odwołując się do kuchni.**

ZAPROSZOSZENIE GOŚCI DO STOŁU

poprzez analogie do przepisu na lasagne / przekładany makaron/ **przygotowywany**
będzie fragment spektaklu

UCZESTNICZY 2 grupy 10-osobowe [łącznie 20 osób w ciągu dwóch dni]

Warsztaty np. dla UTW w Filharmonii Dolnośląskiej w Jeleniej Górze.

- ❑ Zabawy z wnukami - jak rozmawiać z dziećmi o muzyce, jak bawić się muzyką? Budowa własnych instrumentów perkusyjnych, przygotowanie do drugich warsztatów. Joanna Moryc, zespół instrumentalny
- ❑ Zabawy z wnukami - warsztaty praktyczne z wykorzystaniem materiałów z pierwszych zajęć. Śpiewanie z dziećmi, “instrumenty z niczego”. Joanna Moryc, zespół instrumentalny.
- ❑ Ludomir Różycki w Jeleniej Górze. prof. Elżbieta Terlega-Stachów.
- ❑ Mistrz i uczeń - portrety muzyków, prof. Elżbieta Terlega-Stachów.
- ❑ Po co w orkiestrze dyrygent? Jak “działa” orkiestra? Szymon Makowski

Zajęcia trwać będą około 60-90minut, dla grupy około 100-osobowej.

TEATR im. Heleny Modrzejewskiej W LEGNICY

PROJEKT DLA SENIORÓW

Grupy: seniorzy przyjeżdżają na jednorazowe zajęcia.

Np. trzy grupy, po 10 osób, przez 1,5 godz.

IDEA

Idea „uczenia się przez całe życie”, zapoczątkowana przez duńskiego pastora, poetę, mitologa, historyka, polityka, nauczyciela ludu Mikołaja Fryderyka Seweryna Grundtviga, jest nadal aktualna, potrzebna i rozwijana z dużym powodzeniem w krajach europejskich, szczególnie skandynawskich. W Europie 10, 8 % dorosłych i seniorów uczestniczy w tego rodzaju edukacji, w Polsce jedynie 4%.

WARSZTATY TEATRALNE Z LEGNICKIMI AKTORAMI- do wyboru dwa warsztaty

- 1-szy warsztat- DYKCJA I IMPOSTACJA GŁOSU

- 2-gi warsztat – Teatralny z wyrażania emocji.

Warsztaty będą prowadzili legniccy aktorzy, którzy mają doświadczenie w pracy teatralnej z dorosłymi i seniorami.

Możliwe są też - Warsztaty do spektakli

Każdy warsztat jest dedykowany konkretnemu spektaklowi. Bazuje na doświadczeniach uczestników i tematach poruszanych w przedstawieniu. Służy jego świadomemu odbiorowi. Warsztaty mogą się odbywać przed lub po spektaklu.

PONADTO:

Jeśli seniorzy będą mieli siłę i ochotę to po przerwie można zaproponować:

LEKCJA TEATRALNA

Oprowadzanie po budynku i historii legnickiego teatru. Legnicki teatr mieści się w przepięknym, klasycystycznym budynku z prawie dwusetletnią historią. Był tu teatr niemiecki, rosyjski, a obecnie polski. Historia legnickiego teatru to jednocześnie historia Legnicy i Dolnego Śląska.

SPOTKANIA Z PRACOWNIKAMI SCENY

SPEKTAKL TEATRALNY

Teatr dla Seniorów – Teatr Polski we Wrocławiu

- Warsztaty teatralne – 3 grupy
- Warsztaty choreograficzne – 2 grupy

5 grup po 5 osób – łącznie 25 osób

Spotkania: 1-2 razy w tygodniu dla każdej z grup

Czas trwania : 6 godzin na grupę – łącznie 30 godzin zegarowych

Termin Realizacji – Czerwiec – wrzesień
2021 (chyba, że pandemia pozwoli na
wydłużenie działań)

Rekrutacja = DOPS

Zgłoszenia na e-mail
SENIOR@DOPS.WROC.PL

Planowana współpraca z Ośrodkami
Pomocy Społecznej