

Seniorzy w akcji

Do osób, które brały udział w projekcie „Seniorzy w akcji” trudno się dodzwonić. Pani Genowefa Obuchowicz odebrała telefon, „złapana” na warsztatach zdobienia pierników. To jeden z efektów działań prowadzonych przez Ośrodek Wspierania Organizacji Pozarządowych - starsze panie wyszły z domu i są zajęte.

- Oczywiście nie tylko panie, panowie też brali udział w naszym projekcie, ale kobiety zdecydowanie przeważały. Nie były to też przypadkowe osoby, tylko takie, które miały predyspozycje, by stać się liderami i animatorami w swoim środowisku. I wygląda na to, że wielu się to udało – mówi Anna Sędziak z OWOP, koordynator projektu „Seniorzy w akcji”, realizowanego na Podlasiu od kwietnia tego roku w ramach Rządowego Programu na Rzecz Aktywności Osób Starszych na lata 2014-2020.

Seniorzy nie tylko garnki lepią

W projekcie wzięło udział 20 osób w wieku 60+ z 10 lokalnych środowisk. Nie tylko z Białegostoku, ale też m.in. z Gródka, Supraśla, Bondar czy Łap. Przez dziewięć miesięcy uczestniczyły w zaproponowanych przez OWOP aktywnościach, które miały im pokazać, co można zrobić na swoim podwórku, by było ciekawiej, weselej i z pożytkiem dla całej społeczności.

Wybrali się więc do Grzybowa na Uniwersytet Ludowy, zwiedzili Meczet w Bohonikach i Muzeum Pisanki w Lipsku, gdzie zobaczyli jak można skupić mieszkańców wokół ważnej idei. Były spotkania, z dietetykiem, wizażystą i psychologiem oraz wyjścia do instytucji kultury. Uczestniczyli w cyklu warsztatów edukacyjnych dotyczących aktywizacji lokalnych środowisk. Seniorzy mieli możliwość poznać bardzo różne formy aktywizacji: od warsztatów rekodzielniczych po

bardzo różne formy aktywizacji. Od warsztatów rękodzielniczych po krajoznawcze wycieczki. Jedną z najciekawszych i najbardziej integrujących propozycji okazała się gra miejsca przeprowadzona w Centrum Białegostoku. Tak się spodobała i wciągnęła seniorów, że już samodzielnie i z własnej inicjatywy wystarali o mikrogrant w programie „Aktywni Sąsiedzi” na zorganizowanie podobnej zabawy terenowej na Słonecznym Stoku.

Starsze panie z pomysłami

Zajęcia dla 20 uczestników to tylko pierwszy etap projektu „Seniorzy w akcji”.

- W ten sposób wyłoniliśmy liderów, którzy mieli potem animować działania w swoich miastach. Zapoznaliśmy ich z różnymi metodami i narzędziami, mogącymi się w tej pracy przydać – wyjaśnia Anna Sędziak z OWOP. – Chcieliśmy też, by poszerzyli swój krąg znajomych, nawiązali nowe kontakty, również z młodszymi ludźmi, a także, by współpracując zrozumieli, że taka integracja jest dla wszystkich korzystana.

W drugim etapie seniorzy w dwuosobowych zespołach mieli zrealizować małe inicjatywy. Każdy z nich otrzymał 2 tys. zł za zorganizowanie zajęć integrujących mieszkańców w swojej gminie. Pomysły były bardzo różne. Panie z Sochoń zaprosiły do Ziołowego Zakątka w Korycinie, gdzie opowiadały o ziołach i o tym jak można je wykorzystać w domowym gospodarstwie. Grupa Zawodowych podczas warsztatów w Gródku uczyła się filcowania. Mieszkańcy Choroszczu lepili garnki w Uchowie. Klub Seniora „Po drugiej stronie tęczy” podpatrywał jak się tworzy rękodzieło ludowe w Czarnej Białostockiej. Łapiacy z Dziennego Domu Senior + zaprosili do siebie podopiecznych ze świetlicy środowiskowej i razem robili ozdoby z gliny. Mieszkańcy Karakul pojechali na wycieczkę Szlakiem Otwartych okiennic, a starsze panie z Bondar zorganizowały warsztaty kulinarne. Klub Seniora działający przy Klanzie pokazał jak łatwo zorganizować spektakl w plenerze. Na przedstawienie przegrali dziadkowie – w warsztatach i była to jedna –

przedstawianie przyszłi działkowicze z wruczętami i było to jedno z najbardziej udanych wydarzeń projektu. Podobnie jak warsztaty fotograficzne w Supraślu, gdzie seniorzy uczyli się sztuki robienia zdjęć razem z podopiecznymi miejscowego Domu Dziecka.

- Samo wyjście z domu to już duży krok naprzód, ale ważne jest też to, by wyjść po coś. By te spotkania i wspólne działania miały jakiś sens. I w przypadku zajęć z dziećmi miałam poczucie, że jesteśmy we właściwym miejscu, po prostu potrzebni. Dajemy radość, a ona do nas wraca zwielokrotniona. Czułam prawdziwą satysfakcję – opowiada Genowefa Obuchowicz, jedna z uczestniczek warsztatów.

Twórczy ferment

- O to właśnie chodziło. Chcieliśmy seniorów ośmielić i dowartościować, a także zachęcić, by wzięli sprawy w swoje ręce – mówi Katarzyna Łotowska, prezes OWOP. – Polskie społeczeństwo szybko się starzeje, najbardziej jest to odczuwalne właśnie w małych miejscowościach. Z drugiej strony jednak wielu ludzi po 60. jest w dobrej kondycji zdrowotnej i ma dużo chęci. A mając wiedzę, doświadczenie, czas i otwarty umysł można wszystko.

Uczestnicy podsumowując projekt nie tylko podkreślali wspaniałą zabawę i rodzinną atmosferę. Zapewniali też, że wiele się od siebie nawzajem nauczyli i że zamierzają zdobytą wiedzę i doświadczenie wykorzystać. Niektórzy, ośmieleni i zainspirowani projektem zaczęli potem samodzielnie realizować własne inicjatywy skierowane do najbliższego otoczenia.

Genowefa Obuchowicz z zawodu jest plastykiem. Pracowała w MDK w Białymstoku.

- Kiedy odeszłam na emeryturę bardzo brakowało mi tej twórczej atmosfery. Tęskniłam do spotkań z artystami i publicznością, obmyślenia i realizacji prac, projektowania wystaw – opowiada. – Kiedy już przestaliśmy z mężem być aktywni zawodowo, kupiliśmy „Dom przy Puszczy” (tak nazwaliśmy nasze siedlisko) i przenieśliśmy się do Supraśla. Na brak zajęć tu nie narzekam, bo

wiadomo - dom, ogród, psy, ale brakowało mi tego twórczego fermentu.

Podczas zajęć prowadzonych przez OWOP zobaczyła jak można zorganizować warsztaty. Przekonała się też, że samorządy dają takim inicjatywom zielone światło. Pomyślała: dlaczego nie. W „Domu przy Puszczy” ma pracownię. Na początku grudnia zaprosiła do niej mieszkańców Supraśla na warsztaty zdobienia pierników.

- Okazało się, że jest zainteresowanie, i to nie tylko w grupie moich rówieśników. Pojawił się burmistrz Supraśla, przyszły też, co mnie szczególnie ucieszyło, dziewczynki z Domu Dziecka. Było gwarno wesoło, dom ożył – opowiada pani Genowefa. W planach ma już kolejne warsztaty - robienia batikowych lampionów. To jeden z dalekosiężnych rezultatów projektu. Już po jego zakończenia seniorzy nadal są w akcji i robią swoje rzeczy.

200 krokusów w Gródku

- To moim zdaniem największe osiągnięcie tego projektu, że osoby, które wzięły w nim udział chcą spotykać się nadal. Mimo, że nasze zajęcia się skończyły, umawiają się, planują co dalej, mają nowe pomysły. Zainspirowaliśmy je, ale one już dobrze wiedzą czego chcą i teraz wiedzą też jak to zrobić – podkreśla Anna Sędziak.

Jesienią grupa seniorów z Gródka posadziła pod domem kultury 200 krokusów. Na pewno uczestnicy projektu pojedą wiosną zobaczyć jak wygląda kwiatowa łąka i sfotografować się na jej tle. Może wymyślą kolejne atrakcje.

- Czasami trzeba tak niewiele, by dookoła zrobiło się piękniej – puentuje pani Genowefa.

