

Seniorzy dla młodszych pokoleń – cykl warsztatów międzypokoleniowych

W okresie od 24 czerwca do 4 października 2024 r. Stowarzyszenie „Mogilskie Cisy” zrealizowało cykl sześciu warsztatów i spotkań międzypokoleniowych w ramach działania „Seniorzy dla młodszych pokoleń”, będącego częścią projektu pn. „Pora na seniora”.

Zajęcia odbywały się w miejscach ogólnodostępnych, przede wszystkim w świetlicach wiejskich na terenie gminy Korzenna. W spotkaniach uczestniczyli seniorzy, dzieci i młodzież. Seniorzy włączyli się w przygotowanie warsztatów, pełnili funkcję wolontariuszy, pomagali młodszym uczestnikom oraz dzielili się z nimi swoim doświadczeniem, wiedzą i umiejętnościami.

Międzypokoleniowe warsztaty kulinarne

Podczas warsztatów kulinarnych seniorzy pomagali w przygotowaniu zajęć i dzielili się z młodszymi uczestnikami tradycyjnymi przepisami. Wspólnie przygotowywano słone i słodkie potrawy oraz różnego rodzaju przekąski.

Na zakończenie spotkania, z inicjatywy seniorów, zorganizowano grill dla uczestników Akademii Wicher Mogilno z okazji zakończenia roku szkolnego. Był to czas wspólnego gotowania, rozmów, dobrej zabawy i wymiany doświadczeń między pokoleniami.

Warsztaty mydlarskie

Kolejne spotkanie poświęcone było samodzielnemu wykonywaniu ozdobnych mydełek. Uczestnikom zapewniono bazy mydlane, kolorowe foremki, barwniki, brokaty, suszone kwiaty oraz olejki eteryczne.

Każdy uczestnik mógł zaprojektować własne mydełko, wybierając jego kształt, kolor, zapach i dodatki. Po zastęgnięciu gotowe produkty zostały wyjęte z foremek i zapakowane, aby uczestnicy mogli zabrać wykonane prace do domu. Zajęcia rozwijały kreatywność i zdolności manualne, a jednocześnie sprzyjały współpracy seniorów z dziećmi i młodzieżą.

Warsztaty cukiernicze

W czasie warsztatów cukierniczych uczestnicy poznali podstawowe techniki przygotowywania wypieków. Następnie wspólnie dobierali składniki, przygotowywali i mieszali ciasto oraz dekorowali gotowe wypieki.

Seniorzy wspierali młodszych uczestników, przekazywali im swoje doświadczenia kulinarne i pomagali podczas wykonywania kolejnych czynności. Na zakończenie spotkania odbyła się wspólna degustacja przygotowanych słodkości. Warsztaty sprzyjały twórczej współpracy i wymianie doświadczeń między pokoleniami.

Międzypokoleniowe warsztaty rękodzielnicze DIY

Podczas kolejnego spotkania, prowadzonego przez instruktorkę „Lidulala Tworzy”, uczestnicy poznawali różne techniki rękodzielnicze.

Pierwszym zadaniem był quilling, czyli wykonywanie ozdobnych wzorów ze zwiniętych pasków papieru. Każdy uczestnik przygotował pierwszą literę swojego imienia. Następnie wykonywano bransoletki i breloczki z kamyczków, koralików oraz zawieszek.

Ostatnim zadaniem było poznanie podstaw wykonywania szydełkowych zabawek. Seniorzy, wykorzystując swoje doświadczenie w szydełkowaniu, pomagali dzieciom krok po kroku w przygotowaniu własnych prac z włóczki. Zajęcia stworzyły przestrzeń do przekazywania tradycyjnych umiejętności młodszemu pokoleniu.

Warsztaty kosmetyków naturalnych

W Siedlcach odbyły się międzypokoleniowe warsztaty edukacyjne poświęcone naturalnym kosmetykom. Zajęcia poprowadziła pani Czesława Adamik, która pokazała uczestnikom, jak z kilku prostych produktów można samodzielnie przygotować bezpieczne kosmetyki.

Każdy uczestnik miał własne stanowisko pracy i pod opieką prowadzącej wykonał naturalną pomadkę do ust, krem do twarzy oraz pachnący proszek do kąpieli.

Uczestnicy mogli również spróbować oksymeli, czyli mieszanek przygotowanych z miodu i octu. Warsztatom towarzyszyła rozmowa o zdrowych produktach spożywczych, leczniczych, kosmetycznych i wykorzystywanych w gospodarstwie domowym.

Zajęcia pokazały seniorom, dzieciom i młodzieży, że naturalne produkty mogą stanowić alternatywę dla gotowych kosmetyków i być korzystne zarówno dla zdrowia, jak i środowiska.

Międzypokoleniowe warsztaty artystyczno-ekologiczne

Cykl zakończyły warsztaty artystyczne prowadzone przez panią Agnieszkę z Pracowni Dekoracyjnej „Chochlik”. Uczestnicy wykonywali dekoracje łączące naturalne materiały z twórczymi pomysłami.

Podczas zajęć powstały jesienne wianki, lasy w słoikach przygotowane z wykorzystaniem słoików, kamyczków i roślin, a także kolorowe kwiaty z bibuły.

Warsztaty pobudzały wyobraźnię, rozwijały zdolności artystyczne i manualne oraz poszerzały wiedzę uczestników na temat ekologii i poszanowania przyrody. Były również okazją do wspólnego działania seniorów i przedstawicieli młodszego pokolenia.

Efekty działania

Przeprowadzone warsztaty umożliwiły seniorom aktywne włączenie się w życie lokalnej społeczności oraz dzielenie się wiedzą i doświadczeniem z dziećmi i młodzieżą. Spotkania

sprzyjały integracji międzypokoleniowej, rozwijaniu zainteresowań, zdobywaniu nowych umiejętności oraz budowaniu wzajemnego szacunku i zaufania.

Seniorzy zostali przedstawieni jako osoby aktywne, twórcze i posiadające umiejętności, które mogą być wartościowe dla młodszych mieszkańców gminy. Dzieci i młodzież mogły natomiast poznać tradycyjne przepisy, techniki rękodzielnicze oraz skorzystać z doświadczenia starszego pokolenia.

Realizację projektu wspierały nieformalnie trzy podmioty: Gmina Korzenna, Centrum Kultury w Korzennej oraz Gminna Biblioteka Publiczna w Korzennej. Współpraca obejmowała działania rekrutacyjne, promocyjne, organizacyjne i merytoryczne.

Projekt „Pora na seniora” finansowany był ze środków Narodowego Instytutu Wolności – Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego w ramach Rządowego Programu Fundusz Inicjatyw Obywatelskich NOWEFIO na lata 2021–2030.





