



Newsletter nr 2 – lipiec 2025

Opracowanie programu FRIEND: promowanie przyjaźni dla dobra osób starszych oraz przygotowanie trenerów

Konsorcjum FRIEND przez ostatnie miesiące intensywnie pracowało wraz z grupami fokusowymi w pięciu krajach: Holandii, Włoszech, Hiszpanii, Portugalii i Polsce. Wyniki prac grup fokusowych i dyskusyjnych zostały zebrane w raportach krajowych i globalnych, w których podkreślono najważniejsze elementy, które powinny znaleźć się w zestawie materiałów.

Cele programu FRIEND

Program FRIEND powstał w odpowiedzi na epidemię samotności i zanik interakcji społecznych w naszym społeczeństwie. Jego celem jest wzmocnienie umiejętności społecznych osób starszych, aby zapobiegać i/lub zmniejszać ryzyko izolacji społecznej i samotności.

“

*Dzień bez przyjaciela jest
jak stoik bez ani jednej
kropli miodu w środku*

Kubuś Puchatek

Grupy fokusowe



Program FRIEND czerpie inspirację z programu Friendship Enrichment Programme (FEP) opracowanego i przetestowanego w Holandii przez Nan Stevens (2001). Aby lepiej dostosować treść i format programu, konsorcjum FRIEND zorganizowało 15 iteracyjnych grup fokusowych w okresie od lipca 2024 r. do kwietnia 2025 r. Grupy fokusowe odbywały się zarówno z udziałem osób starszych, jak i profesjonalistów i/lub wolontariuszy mających doświadczenie w pracy z osobami starszymi. W grupach fokusowych wzięło udział około 90 osób.

Blended Friendship Programme | www.friendproject.eu



Spotkania grup fokusowych odbywały się w trzech fazach, zwanych iteracjami, w których zebrane opinie posłużyły do opracowania materiałów zarówno dla programu FRIEND skierowanego do osób starszych, jak i dla kursu Train-the-Trainers. Zebrane uwagi i wnioski pozwoliły nam zdefiniować strukturę programów, przeformułować stosowane metody i techniki oraz udoskonalić stworzone materiały.

Zastosowana metodologia spotkała się z dużym uznaniem wszystkich uczestników, którzy czuli się wysłuchani, zaangażowani i uczestniczyli w opracowaniu i dostosowaniu solidnego programu do współczesnych realiów.

Kurs Train-the-Trainer

Po intensywnych miesiącach opracowywania i tworzenia materiałów szkoleniowych konsorcjum rozpoczęło program szkolenia trenerów! Program obejmował 2 sesje online i 2 dni spotkań stacjonarnych w pięknym mieście Aveiro w Portugalii, których gospodarzem był portugalski partner Aproximar.

Szkolenie dla trenerów było wyjątkowym momentem, podczas którego mogliśmy na żywo zobaczyć efekty naszej dotychczasowej pracy i przełożenie teorii na praktykę. Sesje online obejmowały bardziej teoretyczne zagadnienia dotyczące izolacji społecznej i interakcji społecznych w ciągu całego życia. Spotkania stacjonarne były intensywne, konstruktywne i dostarczyły wielu cennych spostrzeżeń. Wszyscy uczestnicy nawiązali przyjazne relacje i zyskali silną motywację do wdrożenia programu FRIEND.

Oto kilka opinii uczestników:

„Bardzo interesujące jest zagłębianie się w każdy z tematów... Naprawdę doceniam to, że każda sesja ma inny temat i precyzyjny kierunek, ale można ją elastycznie dostosować” (trener, Włochy).

„Podczas szkolenia miałam możliwość nauczania się praktycznych technik i sposobów pracy, prowadzenia sesji dla uczestników [osób starszych]... Była to dla mnie doskonała okazja do przeciwiczenia technik i sprawdzenia, jak działają” (trener, Polska)





Kolejne kroki

W najbliższych miesiącach partnerzy projektu będą realizować pilotażowe sesje programu FRIEND z osobami starszymi w środowisku lokalnym, w ścisłej współpracy z ośrodkami edukacyjnymi z każdego regionu. Czekać na pierwsze wyniki.

Aby dowiedzieć się więcej i być na bieżąco z kolejnymi etapami projektu, odwiedź naszą stronę internetową: <https://friendproject.eu/>