



VOLONTARIATO

Formazione Volontari Senior

Volontariato come esperienza di apprendimento





Partner

Dacorum CVS (CommUnità Action Dacorum), Regno Unito

REPLAY Network, Italia

Gulbene Municipality Council, Lettonia

Pistes Solidaires, Francia

Associação Mais Cidadania (AMC), Portogallo

Federacja FOSa, Polonia

Erasmus+ KA2 Educazione degli Adulti

Progetto "Local and International Active Seniors"

N. 2017-1-UK01-KA204-036596



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

INDICE

INTRODUZIONE	3
La formazione dei volontari senior – quadro d’insieme	3
IO2 STRUTTURA FORMATIVA	5
Distribuzione dei moduli formativi & del numero di attività implementate	6
IO2 FORMAT FORMATIVO	7
IO2 IMPLEMENTAZIONE CORSI LOCALI	8
Partecipanti	8
Formatori	8
Metodologia	8
Attività e moduli formativi	9
Feedback Partecipanti senior	11
Feedback Formatori	11
Risultati	12
ATTIVITÀ TOOLKIT IMPLEMENTATE	14
IO2 NUOVE ATTIVITÀ FORMATIVE	16
PANORAMICA DELLE ESPERIENZE DI VOLONTARIATO	29
CALENDARIO DEL VOLONTARIATO	30
Volontariato locale	30
Volontariato internazionale	31
LE ESPERIENZE DI VOLONTARIATO NEI PAESI EUROPEI	32
Impatto sui Partecipanti Senior	32
Impatto sulle Organizzazioni che hanno accolto volontari	34
Impatto sulle organizzazioni partner europee	35

VIDEO STORIE	37
Corso & Volontariato Senior	37
Italia	37
Lettonia	37
Portogallo	37
Regno Unito	37
Polonia	37
LE OPPORTUNITÀ DI VOLONTARIATO	38
Lisbona, PORTOGALLO	38
Hemel Hempstead – Berkhamstead - Redbourne, REGNO UNITO	39
Olsztyn, POLONIA	41
Gulbene, LETTONIA	42
Pau – Hagetmau - Léognan, FRANCIA	43
Roma, ITALIA	44

INTRODUZIONE

La formazione dei volontari senior – quadro d'insieme

Il progetto “Local and International Active Seniors” ha sviluppato il corso di formazione “Imparare attraverso il volontariato” per persone over 50, che mirava a prepararli per essere coinvolti in esperienze di volontariato a livello locale e / o a livello internazionale.

Il corso di formazione rivolto a seniores ha avuto come obiettivi aumentare la fiducia in loro stessi, creare le condizioni per lo sviluppo di nuove reti sociali e delle possibilità di essere attivi attraverso il volontariato come esperienza di apprendimento, di migliorare le capacità trasversali e aumentare la consapevolezza sul bisogno di un apprendimento lungo tutto l’arco della vita. Il corso ha alternato sessioni di lavoro in presenza, nel gruppo, e individuali, a distanza, preparando i partecipanti all'esperienza di volontariato, locale o internazionale.

*I corsi di formazione per i senior sono stati realizzati tra
Febbraio e Maggio 2019.*

Durante la prima fase del progetto, è stato creato un programma di formazione (IO1) che le organizzazioni partner hanno potuto testare durante il Training for Trainers (C1) che si è tenuto in Italia.

Le attività formative definite come parte di IO1 sono state implementate durante i corsi di formazione per i senior (IO2), a livello locale in ogni paese partner. Questo percorso formativo vuole supportare i senior a rimanere attivi / attivarsi attraverso nuove esperienze di apprendimento e di volontariato. Avere occasioni di essere attivi all’interno della propria comunità o partecipare ad esperienze di volontariato internazionale porta con sé nuovi apprendimenti, rinnovata motivazione ed ispirazione che favoriscono il loro benessere, la loro salute e la loro partecipazione attiva alla vita della società.

*80,5 ORE di formazione realizzate nel complessivo nei 6 paesi
partner*

Nel corso di formazione sono stati coinvolti i due membri dello staff / formatori / facilitatori che avevano studiato e lavorato sul programma formativo Active Seniors.

Per la selezione dei partecipanti, le organizzazioni hanno seguito un set di criteri generali:

- parità di partecipazione per quanto riguarda l'età, il genere, l'etnia
- diversità dei percorsi e delle esperienze passate dei partecipanti come valore aggiunto per l'apprendimento tra pari
- priorità per i partecipanti con il bisogno di aumentare la fiducia in sè stessi
- priorità per i partecipanti con competenze ridotte di inglese, di matematica o di informatica e tecnologia

*69 PARTECIPANTI al corso di formazione
nei 6 paesi coinvolti*



IO2 STRUTTURA FORMATIVA

Il corso di formazione per i senior ha previsto una struttura generale formata da 4 sessioni formative di 3 ore ciascuna, per un totale di 12 ore. Il percorso formativo poteva includere anche l'apprendimento a distanza, online, con supporto individuale, in base alle competenze IT. Successivamente i partecipanti senior si sono messi alla prova attraverso esperienze di volontariato.

4 SESSIONI FORMATIVE di 3 ore ciascuna

12 ORE di corso di formazione in totale

5 MODULI FORMATIVI

Il corso di formazione ha previsto di coprire tutti i moduli formativi:

M1: La motivazione dei volontari

M2: Apprendimento intergenerazionale

M3: Cittadinanza attiva

M4: Cosa i volontari dovrebbero aspettarsi dall'esperienza di volontariato (contesto, salute&sicurezza, politiche)

M5: Sviluppo delle competenze (lavoro di gruppo, gestione dei conflitti, ecc)

Di tutte le attività possibili del Toolkit per la formazione con i senior (IO1), i partner hanno scelto le attività più appropriate per il gruppo locale di partecipanti, adattandole, ove necessario, al fine di rispondere al contesto e alle esigenze del contesto locale.

Nei 6 paesi europei coinvolti, il corso di formazione ha avuto delle strutture leggermente diverse, in rispetto alla diversità dei contesti locali.

In Italia, Polonia, Francia e Portogallo, il corso di formazione è stato strutturato per 1 gruppo di partecipanti durante 1 settimana in 2, 3 e rispettivamente 5 giorni, della durata di 12 e 17,5 ore.

In Lettonia e Regno Unito, il corso di formazione è stato strutturato per 2 e rispettivamente 3 gruppi di partecipanti durante 2 e rispettivamente 3 settimane, della durata di 12 ore.

Distribuzione dei moduli formativi & del numero di attività implementate

MODULI FORMATIVI	M1	M2	M3	M4	M5	TOTALE
	1.1	2.1	3.1	4.1	5.1	
	1.2	2.2	3.2	4.2	5.2	
				4.3	5.3	
N. attività IO1	3	2	9	4	11	29
N. attività IO1 testate durante il corso C1 a Roma	1	1	1	2	1	6
N. attività corsi locali	5	5	8	6	11	35
N. attività IO1 realizzate durante i corsi locali	3	2	7	3	4	19
N. NUOVE ATTIVITÀ realizzate durante i corsi locali	2	3	1	3	7	16
2 attività aggiuntive, parte del Toolkit IO3 del corso per le organizzazioni, sono state adattate e implementate nell'ambito di corsi di formazione locali IO2 per i senior in Lettonia, Polonia, Portogallo e Regno Unito.						

IO2 FORMAT FORMATIVO

Durante la Formazione per formatori C1 in Italia, il gruppo dei formatori ha identificato il seguente format formativo per i corsi locali IO2 con i senior.

IO2 FORMAT FORMATIVO			
	Modulo.Unità	Attività	Note
1.	M1.2	Which kind of motivations and which kind of volunteer?	Senza l'attività "Maslow Pyramid" se essa non è rilevante per il gruppo locale di partecipanti / la cultura locale
2.	M5.1	bidibiBODYbibu	
3.	M4.3	Volunteering can make me...	
4.	M2.1	Intergenerational interaction mapping	Opportunità di volontariato per essere un senior attivo
5.	M4.1	Your Say	Fare domande separate (l'attività svolta in 2 parti)
6.	M3.2	Metaplan	
7.	M5	<i>IO2 - Nuova Attività sul dialogo interculturale / volontariato internazionale</i>	Nuova attività sulle tematiche: comunicazione interculturale / Nuovo contesto / volontariato internazionale
8.	IO3 – M2.2	Movie about us	Attività Toolkit IO3 da adattare per IO2.
9.	M5.1	bidibiBODYbibu	

Il formato formativo è stato, ove necessario, adattato alle esigenze del gruppo di partecipanti e del contesto locale, con l'obiettivo finale di consentire ai partecipanti senior di sfruttare al meglio il corso di formazione, massimizzare l'apprendimento, aumentare la fiducia in sé stessi e prepararli per l'esperienza di volontariato.

Per l'implementazione dei corsi di formazione locali i partner hanno scelto le attività più appropriate per il gruppo di partecipanti e, dove necessario, le hanno adattate per rispondere alle esigenze e al contesto locale.

Alcune delle attività sono state adattate per coprire più moduli di formazione.

IO2 IMPLEMENTAZIONE CORSI LOCALI

Partecipanti

I partecipanti del corso IO2 sono state persone over 50 con l'eccezione di una persona di 48 anni.

Tutti i partecipanti erano motivati ad impegnarsi nel corso di formazione e di partecipare ad esperienze di volontariato locale e/o internazionale.

Il gruppo di partecipanti è stato piuttosto eclettico in tutti i paesi partner:

UOMINI

DONNE

DIVERSE PROFESSIONI

PENSIONATI

IMPIEGATI

DISOCCUPATI

QUALCUNO DI ORIGINE MIGRANTE

ALCUNI CON SITUAZIONI PERSONALI DIFFICILI

GIÀ IMPEGNATI IN ATTIVITÀ DI VOLONTARIATO

APPROCCIANDOSI AL VOLONTARIATO PER LA PRIMA VOLTA

Formatori

I formatori coinvolti nei corsi locali IO2 sono persone attive nel campo dell'educazione non formale, operatori della mobilità di apprendimento, con esperienza nel lavoro con i senior, con esperienza nel campo del volontariato, formatori esperti. La maggior parte di loro aveva frequentato il corso per formatori Active Seniors C1 tenuto in Italia.

Metodologia

La formazione si è basata su attività di educazione non formale, con un focus particolare sull'educazione degli adulti e sull'apprendimento esperienziale. Particolare attenzione è stata posta sull'esperienza personale e sulle aspettative dei senior, mentre il lavoro individuale è stato alternato con il lavoro di gruppo. Lo storytelling in Italia e il gioco di ruolo in Lettonia sono state scelte metodologiche specifiche per favorire lo scambio e la consapevolezza su alcune tematiche. L'apprendimento tra pari (peer to peer) è stato una costante per tutto il corso di formazione.

L'implementazione del programma formativo ha previsto anche un mix di lavoro di gruppo, supporto individuale, aiuto reciproco tra i partecipanti e condivisione delle esperienze.

EDUCAZIONE NON FORMALE, EDUCAZIONE DEGLI ADULTI

LAVORO INDIVIDUALE, LAVORO DI GRUPPO

APPRENDIMENTO ESPERIENZIALE

STORYTELLING, GIOCO DI RUOLO

APPRENDIMENTO TRA PARI

Attività e moduli formativi

Le attività che i formatori hanno scelto per i corsi di formazione locali sono state quelle ritenute più appropriate per il gruppo locale di partecipanti, abbinate per rispettare le loro caratteristiche, i bisogni e la cultura del contesto locale.

In Francia le attività scelte sono state quelle che consentissero ai senior di sviluppare una migliore conoscenza e percezione delle proprie motivazioni, di ciò che il volontariato significa in generale e di ciò che significa personalmente per ognuno di loro. Tutti i moduli formativi sono stati affrontati in modo abbastanza equilibrato. Il maggior numero di attività implementate apparteneva al: Modulo 3 - Cittadinanza attiva.

In Italia, come in Francia, il focus del corso di formazione è stato di lavorare sulle aspettative dei partecipanti per quanto riguarda il volontariato. La strategia è stata quella di costruire una relazione di fiducia all'interno del gruppo e trovare insieme un approccio comune al volontariato basato sul volontariato come "esperienza di apprendimento", mentre si diventa più consapevoli del proprio approccio personale al volontariato. Allo stesso tempo, il corso di formazione in Italia ha lavorato sulla comunicazione (incluso il dialogo interculturale) e sulle competenze di lavoro di gruppo, identificate come competenze chiave per la dinamica delle esperienze del volontariato. Le attività scelte si sono basate su esercizi pratici e momenti di riflessione, nonché su storytelling e scambi tra pari, favorendo l'espressione di sé.

Sono stati affrontati tutti i moduli formativi. Il maggior numero di attività implementate apparteneva al: Modulo 5 - Sviluppo delle competenze

In Polonia il corso è stato concentrato su 3 grandi aree:

- aumentare la consapevolezza dei partecipanti sulle diverse forme del volontariato
- collaborazione all'interno di un gruppo

- sviluppo delle competenze comunicative

Sono stati affrontati tutti i moduli formativi. Il programma ha incluso anche un'attività supplementare parte del Toolkit di attività per organizzazioni, adattata per la formazione con partecipanti senior.

Il maggior numero di attività implementate apparteneva al: Modulo 3 - Cittadinanza attiva. Le attività hanno permesso ai senior di riflettere su chi sono, su quali sono le loro esperienze, conoscenze e abilità e poterle mettere in relazione con le ampie possibilità di volontariato a diversi livelli di impegno. I partecipanti sono riusciti a trovare molte opportunità di volontariato a cui potere dedicare il loro tempo in base alle loro predisposizioni e preferenze, interessi e passioni

In Lettonia il programma formativo si è distinto per l'attenzione posta sulla crescita personale e sullo sviluppo delle competenze tecnologiche. Oltre alle attività del Toolkit Active Seniors, la formazione in Lettonia ha incluso anche attività come: esercizi di coordinazione con le braccia, esercizi di disegno per attivare entrambi gli emisferi cerebrali, esercizi di yoga sulla sedia, esercizi di storytelling.

Il corso ha incluso attività dei Moduli formativi M1-M2-M4-M5, nonché un'attività supplementare, parte del Toolkit di attività per organizzazioni, adattata per la formazione con i senior. Il maggior numero di attività implementate apparteneva al: Modulo 2 - Volontariato intergenerazionale e Modulo 4 - Cosa aspettarsi dal volontariato (contesto, politiche di antifortunistica, ecc.).

Nel Regno Unito il programma formativo si è concentrato su quali opportunità di volontariato esistono, quali competenze e risorse i senior hanno da offrire ad un'organizzazione, come si assicurano che loro e le organizzazioni traggano il massimo vantaggio dall'esperienza di volontariato. La formazione ha quindi lavorato sulla comprensione di ciò che ci si aspetta dal volontariato e di ciò che il ruolo del volontario implica.

Sono stati affrontati tutti i moduli formativi. Il programma di formazione comprendeva anche un'attività supplementare parte del Toolkit di attività per organizzazioni, adattata per la formazione con i senior.

Modulo 3 - Cittadinanza attiva e Modulo 4 - Cosa aspettarsi dal volontariato (contesto, politiche di antifortunistica, ecc.) hanno contato il maggior numero di attività implementate.

In Portogallo una parte importante del corso di formazione è stata dedicata a cosa significa fare volontariato, alle aspettative sul volontariato e alla legge del volontariato poiché molti volontari in Portogallo non sono consapevoli dei loro diritti e doveri di volontari. Modulo 2 del programma formativo è stato adattato per parlare dell'incontro interculturale al posto dell'incontro intergenerazionale per rispondere al contesto locale di una città multiculturale e multi-etnica come Lisbona.

Sono stati affrontati tutti i moduli formativi. Il programma del corso ha incluso anche un'attività supplementare parte del Toolkit di attività per organizzazioni, adattata per la formazione con i senior.

Il maggior numero di attività implementate apparteneva a: Modulo 4 - Cosa aspettarsi dal volontariato (contesto, politiche di antifortunistica, ecc.)

Feedback Partecipanti senior

Tutti i senior sono stati soddisfatti del corso di formazione. Alcuni di loro si aspettavano una formazione tradizionale con un processo di apprendimento verticale che all'inizio rendeva più difficile la comprensione delle dinamiche educative non formali, ma il lavoro dei formatori e le attività ben scelte hanno permesso loro di partecipare e arricchirsi anche sperimentando differenti modi di apprendimento. I senior hanno valutato l'interattività del corso di formazione come uno dei suoi punti di forza.

I partecipanti hanno trovato che il corso gli è stato utile per comprendere meglio la dimensione del volontariato e i ruoli delle organizzazioni e dei volontari.

I partecipanti sentono di avere migliorato il loro approccio ed il loro apprendimento rispetto a:

- consapevolezza di sé
- lavoro di gruppo
- utilizzare diversi linguaggi (verbale, non verbale, visuale)
- essere più interessati riguardo attività ed eventi nella città, coinvolgere altri in attività di volontariato
- ascoltare gli altri

I partecipanti hanno ritenuto che il corso di formazione abbia portato loro più motivazione e un'occasione per mettere in gioco se stessi e scambiare opinioni con altre persone. Il corso ha portato loro anche idee per il loro coinvolgimento nelle esperienze di volontariato. Dopo il corso di formazione i partecipanti si sono sentiti più pronti a impegnarsi in un'esperienza di volontariato.

Feedback Formatori

Dal punto di vista dei formatori, il corso di formazione ha avuto molto successo. I moduli e le attività di formazione sono state ben calibrati. Ove necessario, i formatori hanno adattato le attività del Toolkit o incluso nuove attività per rispondere meglio alle esigenze locali. Lo scambio tra pari e la partecipazione dei senior durante il corso hanno avuto una crescita continua attività dopo attività. La metodologia attiva basata su attività dinamiche ha permesso ai partecipanti di uscire dalla propria zona di comfort ed il tempo dedicato alla riflessione ha incoraggiato la consapevolezza di sé. I formatori hanno valutato che il gruppo dei senior ha sviluppato una prospettiva più ampia sul volontariato e sulle opportunità di volontariato. In alcuni casi i formatori si sono confrontati con alcune situazioni difficili causate dalla riluttanza o dalle insicurezze di alcuni partecipanti, ma l'ambiente di apprendimento sicuro creato ha permesso a

tutti di vivere il processo di apprendimento in modo positivo e di affrontare le difficoltà come opportunità per l'apprendimento, così come farebbero in un progetto di volontariato. Il corso di formazione è riuscito, così, a proporre nella sala di formazione le dinamiche che i volontari potrebbero incontrare in un vero progetto di volontariato.

Alcuni formatori hanno trovato che il corso di formazione aveva una durata sufficiente, mentre altri pensano che avrebbe potuto durare di più.

Risultati

Tutti gli obiettivi del corso di formazione sono stati raggiunti.

Il corso Active Seniors per i senior ha favorito:

PIÙ CONSAPEVOLEZZA DI SÈ

PIÙ SICUREZZA DI SÈ

PIÙ MOTIVAZIONE PER IMPEGNARSI IN ATTIVITÀ DI VOLONTARIATO

SENTIRSI PIÙ PREPARATI PER LE ESPERIENZE DI VOLONTARIATO LOCALE ED INTERNAZIONALE

MAGGIORE CONSAPEVOLEZZA SUL VOLONTARIATO COME POSSIBILITÀ DI MIGLIORARE LE COMPETENZE TRASVERSALI, LA SALUTE, IL BENESSERE E LA PARTECIPAZIONE ATTIVA ALLA VITA DELLA SOCIETÀ

MAGGIORE CONSAPEVOLEZZA SUL LAVORO DI GRUPPO

MAGGIORE CONSAPEVOLEZZA DELLA DIVERSITÀ E DELL'INCONTRO INTERCULTURALE

COSTRUIRE RETI SOCIALI TRA I SENIOR

SPERIMENTARE UNA NUOVA METODOLOGIA FORMATIVA E L'APPRENDIMENTO NON FORMALE

METTERSI IN GIOCO

SCOPRIRE NUOVE OPPORTUNITÀ DI VOLONTARIATO A LIVELLO LOCALE ED INTERNAZIONALE

I senior hanno acquisito maggiore consapevolezza sulla dimensione dell'apprendimento permanente facilitata dal corso di formazione e del valore aggiunto delle opportunità di volontariato. Seguendo il percorso di apprendimento del progetto, i senior hanno acquisito più motivazione e fiducia in se stessi che hanno permesso loro di superare situazioni personali difficili, ottenere un nuovo lavoro, impegnarsi in ulteriori opportunità di volontariato ed in nuovi progetti nuovi progetti.

Enti locali sono interessati nel percorso di apprendimento che combina la formazione con la mobilità di apprendimento per promuovere il volontariato.

In Francia, il contenuto del corso di formazione è stato richiesto da varie organizzazioni locali. Un rappresentante del Consiglio dipartimentale (autorità locale) incaricato della prevenzione della solitudine dei senior ha anche contattato l'organizzazione partner Pistes-Solidaire e partecipato all'evento moltiplicatore del progetto tenutosi a Pau.

Gli importanti risultati ottenuti dal percorso formativo e di volontariato del progetto Active Seniors portano i partner europei a pensare a nuove idee progettuali in cui le buone pratiche e le competenze sviluppate possono essere ulteriormente moltiplicate.

ATTIVITÀ TOOLKIT IMPLEMENTATE

Durante il corso IO2 con i senior nei 6 paesi partner, le seguenti attività sono state implementate:

IO2 ATTIVITÀ FORMATIVE IMPLEMENTATE				
Modulo	N.	Attività	Note	Paese
M1	1	Flower Power	Attività del Toolkit	Francia
	2	Which kind of motivations and which kind of volunteer?	Attività del Toolkit	Lettonia, Polonia
	3	Faces of motivation	Attività del Toolkit	UK, Portogallo
	4	Fisherman game	Nuova Attività	Italia
	5	Selection	Nuova Attività	UK
M2	6	Intergenerational interaction mapping	Attività del Toolkit	Francia, Lettonia, Polonia
	7	Map of opportunities	Attività del Toolkit	UK
	8	Square in the country of the roundabouts	Nuova Attività	Italia
	9	Role Play Case Studies	Nuova Attività	Portogallo
	10	The iceberg theory	Nuova Attività	Portogallo
M3	11	Four words	Attività del Toolkit	Italia, UK
	12	Globingo	Attività del Toolkit	Francia, UK, Portogallo
	13	My Timeline	Attività del Toolkit	Francia, Polonia
	14	Bad management	Attività del Toolkit	UK
	15	Risorse collection	Attività del Toolkit	Polonia
	16	The variety of forms of active citizenship	Attività del Toolkit	Polonia
	17	Metaplan	Attività del Toolkit	Polonia
	18	Agree/Disagree – Volunteering and Active Citizenship	Nuova Attività	Portogallo

IO2 ATTIVITÀ FORMATIVE IMPLEMENTATE

Modulo	N.	Attività	Notes	Country
M4	19	Your Say	Attività del Toolkit	Francia, Lettonia, UK, Polonia, Portogallo
	20	Guidelines	Attività del Toolkit	UK
	21	Volunteering can make me...	Attività del Toolkit	Italia, Lettonia, UK, Polonia, Portogallo
	22	Silhouette of expectations	Nuova Attività	Italia
	23	Volunteering according to the law	Nuova Attività	Portogallo
	24	Learning from Case studies	Nuova Attività	Portogallo
M5	25	Gallery of Assets	Attività del Toolkit	Francia, UK
	26	bidibiBODYbibu	Attività del Toolkit	Lettonia, Polonia, Portogallo
	27	Cut outs	Attività del Toolkit	UK
	28	The bridge for natives	Attività del Toolkit	Portogallo
	29	Egg protection device	Nuova Attività	Polonia
	30	Tower of power	Nuova Attività	Polonia
	31	Holistic stick	Nuova Attività	Italia
	32	How tall is Alfred	Nuova Attività	Italia
	33	Onion of identity	Nuova Attività	Italia
	34	Get to know my funny side	Nuova Attività	Lettonia
	36	10 happy moments	Nuova Attività	Lettonia
IO3 M2.2	37	Movie about us	Attività supplementare. Adattata per IO2	Lettonia, Polonia, Portogallo
IO3 M5.2	38	Recognition is needed	Attività supplementare. Adattata per IO2	UK

IO2 NUOVE ATTIVITÀ FORMATIVE

IO2 NUOVE ATTIVITÀ				
Modulo	N.	Attività	P. IO2 - ENG	P. IO2 - ITA
M1: MOTIVAZIONE(I) E VOLONTARIATO	1	Fisherman game	31	17
	2	Selection	34	
M2: VOLONTARIATO INTERGENERAZIONALE	3	Square in the country of the roundabouts	35	20
	4	Role Play Case Studies	36	
	5	The iceberg theory	37	
M3: CITTADINANZA ATTIVA	6	Agree/Disagree – Volunteering and Active Citizenship	38	
M4: COSA ASPETTARSI DAL VOLONTARIATO (CONTESTO, POLITICHE DI ANTIFORTUNISTICA, ECC.)	7	Silhouette of expectations	39	21
	8	Volunteering according to the law	40	
	9	Learning from Case studies	41	
M5: SVILUPPO DELLE COMPETENZE (LAVORO DI GRUPPO, GESTIONE DEI CONFLITTI)	10	Egg protection device	42	
	11	Tower of power	43	
	12	Holistic stick	45	22
	13	How tall is Alfred	48	25
	14	Onion of identity	50	27
	15	Get to know my funny side	52	
	16	10 happy moments	53	

Fisherman game / Gioco del pescatore

Sistemazione	Spazio per installare i tavoli e le sedie per il gioco.
Descrizione dell'attività	Board game Obiettivo del gioco e conclusione della partita Conquistare le tessere che si trovano nella casella centrale. I movimenti dei dadi terminano quando non ci sono più tessere a disposizione. A questo punto i giocatori raccontano qualcosa di personale ("ripescando" nella loro memoria) a partire dalle tessere che hanno a disposizione. Supporti - Un tavoliere quadrato di cinque caselle per cinque, con quattro caselle che sporgono dalla casella intermedia di ogni lato. Al centro una casella sulla quale vanno posti i cartoncini a faccia coperta. Otto caselle del tavoliere sono senza simbolo: sono le caselle del Caso. - Sedici cartoncini. Ciascuno di questi (anfora, stella marina, conchiglia e corallo) e contrassegnato, sul retro, da due parole; una indica una categoria (Affetto, Ruolo, Sapere, Corpo) e l'altra una sottocategoria: Affetto: amici, famiglia, animali, se stesso Ruolo: lavoro, persone, natura, sesso Sapere: spiritualità, arte, scienza, linguaggio Corpo: salute, ricordo, emozione, cambiamento - Un sacchetto contenente 9 cartoncini che portano indicati i vantaggi o le penalità. I nove cartoncini del caso indicano: 1 – rimetti un cartoncino conquistato (se c'è) nel centro del tavoliere; 2 – prendi dal tavoliere un cartoncino (a scelta); 3 – dai uno dei tuoi cartoncini ad un compagno; 4 – prendi un cartoncino a tua scelta da un qualsiasi compagno di gioco; 5- riporta il dado al punto di partenza; 6 – non succede niente; 7 – muovi ancora una volta per il numero indicato nella faccia superiore del dado; 8 – resta immobile per un turno; 9 – dai uno dei tuoi cartoncini ad un compagno di gioco (se li hai) - Un dado per ciascun giocatore, delle dimensioni del quadrato del tavoliere. Situazione iniziale - I quattro giocatori lanciano il loro dado e lo dispongono in una delle caselle esterne con il punteggio ottenuto visibile nella faccia superiore. - Nella casella centrale sono disposti sedici cartoncini disegnati (dietro ad ogni cartoncino ci sono le due parole che non devono essere lette dai giocatori, fino al momento del racconto).

- I cartoncini del caso si trovano dentro il sacchetto.

Meccanismo del gioco

- Il giocatore che comincia sposta il proprio dado, facendolo ruotare da una casella all'altra (ruotando su uno spigolo a scelta) in senso ortogonale, di tante caselle quanti sono i punti indicati sulla faccia superiore.
- Se il dado raggiunge una casella contrassegnata con un simbolo, ha diritto a ritirare una delle carte centrali che possiede questo simbolo. La carta rimane in possesso del giocatore e non deve essere capovolta prima del momento della narrazione.
- Se il dado raggiunge una casella già occupata, il dado viene posto sotto quello dell'occupante il quale deve passare il cartoncino precedentemente conquistato al nuovo venuto.
- Se il dado termina in una casella del caso (tratteggiata) pesca un cartoncino dal sacchetto ed agisce di conseguenza.
- Non si può passare da una casella occupata o dalla casella centrale.

Nota per l'inizio della partita

Al momento del lancio dei dadi i giocatori possono conoscere a quali categorie corrispondono le immagini che si trovano sul tavoliere.

Non devono invece conoscere le sottocategorie, fino al termine della prima fase del gioco.

Ecco le corrispondenze immagini / categorie:

Corallo = Affetto
 Stella marina = Ruolo
 Anfora = Sapere
 Conchiglia = Corpo

La narrazione

Quando tutti i cartellini sono stati distribuiti inizia la narrazione. Il giocatore che ha terminato per ultimo gira una delle proprie carte e racconta in relazione alle parole indicate. Non ci sono indicazioni su come/cosa narrare (o sul tempo). Il giocatore è libero di compiere una narrazione personale o fantastica, riferendosi a se stesso. I giocatori ascoltatori non possono interferire nelle narrazioni degli altri. Quando il primo giocatore ha terminato, tocca ad un altro girare una sua carta e raccontare. E così via fino al termine delle carte, o per interruzione decisa dai giocatori.

Variazioni del tema

Il tema dei pescatori può essere variato in rapporto ai giocatori, alla loro età, alla loro esperienza. Può essere preparata una nuova lista di corrispondenze. Il racconto può essere fatto su una esperienza (una gita, un viaggio, un avvenimento...) o su aspetti particolari della propria esistenza (cambiamenti, persone di riferimento...) o anche su apprendimenti specifici (memorie di un libro, di un corso, di un anno di scuola...).

	Variante Un giocatore può terminare il proprio spostamento su una casella vuota. In questo caso ha diritto a ritirare un cartoncino dello stesso simbolo da uno qualsiasi dei giocatori. Origine CEMEA Federazione Italiana Il gioco ideato da Gianfranco Staccioli e disegnato da Massimo de Micco nel 2002 recupera idee che altri due autori avevano sviluppato separatamente. Per il movimento dei dadi viene utilizzata la proposta di Aldo Spinelli (1989, nel gioco Mastro Alice) di un “dado-stratega” (dove il valore espresso dal dado non conta in base alla sua “forza”, ma in funzione della qualità del suo impiego). Per la narrazione il riferimento va al Gioco della vita di Duccio Demetrio (Guerini e Associati, 1997), dove viene utilizzata la struttura del gioco dell’oca classico per “raccontarsi in gruppo, per conoscersi un po’ a caso e un po’ di più.”
Risorse	Il gioco da tavola.
Dotazione	Tavoli e sedie.
Durata	Min: 90 min
	Max: 120 min
Commenti e suggerimenti	Formatore:
	Partecipanti :

Square in the country of the roundabouts / Quadrato nel paese dei rotondi

Sistemazione	Nessuna sistemazione particolare
Descrizione dell'attività	Il formatore/facilitatore legge a voce alta la prima parte del racconto „Quadrato nel paese dei rotondi” (scritta da Gianni Rodari). I partecipanti vengono divisi in piccoli gruppi e sono invitati a scambiarsi, cercando di rispondere alla domanda: „Quando, ed in quale contesto, mi sono sentito un quadrato?” Successivamente, il formatore legge a voce alta la seconda parte del racconto. I partecipanti sono di nuovo divisi in piccoli gruppi e sono invitati a scambiarsi sulla domanda: “Quando mi sono sentito un rotondo?” L'attività è utile per trattare la tematica della diversità, anche quella di uno scambio ed un apprendimento intergenerazionale.
Risorse	Il racconto stampato, diviso in: prima parte e seconda parte
Dotazione	-
Durata	Min: 45 min
	Max: 60 min
Commenti e suggerimenti	Partecipanti :
	Formatore :

Silhouette of expectations / Sagoma delle aspettative

Sistemazione	Nessuna sistemazione particolare. Spazio sui muri della sala per attaccare le sagome delle aspettative dei partecipanti
Descrizione dell'attività	I partecipanti ricevono una foglio grande di carta da Flipchart. Sono invitati a disegnare sul foglio la loro sagoma, così come si sentono nel loro immaginario. Successivamente sono invitati a riflettere sulle loro aspettative riguardo all'esperienza di volontariato alla quale probabilmente parteciperanno, rispondendo a 3 domane. La riflessione sulle aspettative si riferisce a sfere diverse: da quella razionale a quella emozionale, senza tralasciare cosa vorrebbero portarsi a casa alla fine dell'esperienza. Le domande sono associate ad una parte del corpo: - Cosa mi aspetto di VIVERE ? (TESTA) - Cosa mi aspetto di PROVARE? (CUORE) - Alla fine di questa esperienza, vorrei PORTARMI A CASA... (PANCIA) I risultati di questa attività verranno ripresi durante il momento di valutazione finale, alla fine dell'esperienza di volontariato, permettendo loro di "leggere" i loro apprendimenti in relazione alle aspettative prima dell'esperienza.
Risorse	-
Dotazione	Fogli di carta da Flipchart, Pennarelli
Durata	Min: 45 min
	Max: 60 min
Commenti e suggerimenti	Partecipanti :
	Formatore :

Holistic stick / L'Asta

Sistemazione	Spazio libero, abbastanza grande perché il gruppo si possa muovere liberamente.
Descrizione dell'attività	Il Formatore/facilitatore può decidere di suddividere il gruppo in piccoli gruppi se lo trova necessario. All'inizio dell'attività il formatore disegna sulla Flipchart due frecce, verso su e verso giù: SU  GIÙ  Il Formatore dedica qualche minuto a spiegare i concetti di SU e GIÙ. Il Formatore spiega ai partecipanti le istruzioni dell'attività: Il loro compito è "TUTTI INSIEME ACCOMPAGNARE l'asta GIÙ sul pavimento". L'asta deve, in ogni momento, rimanere a contatto / toccare le dita dei partecipanti. L'attività inizia quando il formatore appoggia l'asta sulle dita dei partecipanti, partendo da un'altezza stabilita (per esempio, l'altezza del petto del formatore). L'attività è pensata da implementare in diverse fasi: 1. Il formatore appoggia l'asta sulle dita dei partecipanti e permette loro di provare. 2. Il Formatore interrompe i partecipanti e li invita a parlare tra di loro. I partecipanti hanno 15-20 minuti per parlare prima di riprovare. (Generalmente i partecipanti non usano tutto il tempo a loro disposizione.) 3. Il Formatore posiziona di nuovo l'asta sulle dita dei partecipanti per realizzare il compito. (Generalmente i partecipanti non sono ancora in grado di completare l'attività.) 4. Il Formatore li ferma di nuovo e dà loro di nuovo il tempo di parlare e trovare la propria strategia per realizzare il compito. (In genere, i partecipanti si prendono questa volta più tempo per discutere e trovare una strategia.) 5. Il Formatore posiziona di nuovo l'asta sulle dita dei partecipanti. (Generalmente i partecipanti non sono ancora in grado di completare l'attività.) 6. Il Formatore li ferma di nuovo, dopo qualche tempo, e dice loro che possono tenersi l'asta e fare tutte le prove di cui hanno bisogno. Quando si sentono pronti, possono dirlo e fare la prova finale. (In genere il compito viene in questa fase realizzato.) La musica viene utilizzata durante tutta l'attività come fonte di rumore, all'inizio alta e poi, verso le fasi finali, il Formatore abbassa gradualmente la musica. Debriefing: I partecipanti sono invitati a rispondere alle domande: "Cosa serve per portare l'asta giù? Quali sono gli elementi necessari per riuscirci?"

In generale le PAROLE CHIAVE che emergono durante l'attività sono:

PRENDERE TEMPO

MUOVERSI INSIEME

GUIDA

SILENZIO

ERRORI - ESPERIENZA

CONOSCERE

COMPETENZA

COORDINAZIONE

PROVARE

EQUILIBRIO

SENTIRE IL PESO

STRATEGIA

SINTONIA

SENTIRE

RILASSARE

SENSIBILITÀ COLLETTIVA

RITMO

CONCENTRAZIONE

RESPONSABILITÀ

COMFORT

VOLONTÀ

IDEE

FIDUCIA

CAPIRE

ASCOLTARSI L'ALTRO

ARMONIZZARSI CON L'ALTRO

Il Formatore supporta i partecipanti a trovare le risposte e sottolinea il fatto che tutte queste parole sono connesse al LAVORO DI GRUPPO.

	In conclusione, il Formatore racconta una storia sul "soldato più lento" per fissare l'apprendimento: "C'era una volta un plotone di soldati che non riuscivano a marciare insieme. Vanno dal loro generale e dicono: "Generale, non riusciamo a marciare insieme, non riusciamo trovare il ritmo". Il generale li consiglia: "Per trovare il ritmo, dovete trovare il soldato più lento e prendere il ritmo del soldato più lento." I soldati tornano indietro e cercano di seguire il consiglio del generale. Provano a prendere il ritmo di ciascuno dei soldati, dal più lento al più veloce, ma non sono ancora in grado di marciare insieme. Quindi tornano dal generale e condividono il loro fallimento. Il generale risponde loro: "Non siete ancora in grado di marciare insieme perché probabilmente non avete cercato bene: il soldato più lento è il gruppo".
Risorse	-
Dotazione	1 ASTA (o più) con le seguenti caratteristiche: deve essere molto leggera, deve essere dritta e pari, deve essere abbastanza sottile per essere appoggiata sulle dita dei partecipanti, deve essere abbastanza lunga per il gruppo dei partecipanti posizionati in piedi in fila. Flipchart e fogli di Flipchart, Pennarelli
Durata	Min: 60 min Max: 90 min
Commenti e suggerimenti	Partecipanti : Formatore : Ripeti più volte le istruzioni ai partecipanti mentre svolgono l'attività. Ascolta cosa dicono i partecipanti durante il gioco e prendi appunti per rendere l'attività più divertente.

How tall is Alfred / Quanto alto è Alfred

Sistemazione	In gruppi da 4 o 5, seduti in cerchio ma dandosi le spalle e guardando avanti, il postino seduto in mezzo.
Descrizione dell'attività	Numero minimo di partecipanti : 4 In gruppi da 4 o 5, seduti in cerchio ma dandosi le spalle e guardando avanti, il postino seduto in mezzo. Ogni membro del gruppo ha un numero di posizione (es. posizione 1, posizione 2, ecc.) scritto sullo schienale della sedia. I partecipanti non possono parlare gli uni con gli altri, l'unico mezzo di comunicazione è mandando messaggi per posta attraverso l'aiuto del postino seduto in mezzo a loro. All'inizio ogni partecipante riceve 1 indizio del primo giro di indizi. I partecipanti devono ricordarsi di chiedere al postino fogli di carta dove potere scrivere messaggi agli altri membri del gruppo (es. p1 –p3(messaggio).....) che il postino consegna per loro. Dopo alcuni minuti, ricevono 1 nuovo indizio del secondo giro di indizi. I partecipanti devono utilizzare tutto il tempo a loro disposizione per scrivere tutti i messaggi necessari e collaborare con gli altri membri del gruppo per raggiungere l'obiettivo del gioco: scoprire quanto alto è Alfred. Quando scade il tempo, i risultati di ogni gruppo (se ci sono più di uno) si scrive sulla lavagna e ci si scambia sul processo (Quali problemi di comunicazioni incontrate dai partecipanti? Cosa è andato storto?, ecc.) Il formatore decide il tempo da dare ai partecipanti per il compimento dell'attività. 1° giro di indizi: Paul è 10 cm più alto di Sheila Sheila è 3 cm più bassa di Brenda Brenda è alta quanto Robert Robert è 174 cm Robert è 4 cm più alto di Mike Mike è 4 cm più basso di Brenda Brenda è 10 cm più alta di Calogeno 2° giro di indizi: Calogeno è 1 cm più alto di Mario

	Paul è 18 cm più alto di Mario Alfred è 1 cm più basso di Paul Gwendoline è 1 cm meno alta di Sheila Patty è 2 cm più alta di Brenda Jenny è 13 cm meno alta di Paul Mario è 5 cm meno alto di Jenny
Risorse	Stampe con gli indizi
Dotazione	sedie gli indizi flipchart pennarelli penne pezzi di carta bianca
Durata	Min: 60 min
	Max: 90 min
Commenti e suggerimenti	Partecipanti :
	Formatore :

Onion of identity / Cipolla dell'identità

Sistemazione	Nessuna sistemazione particolare. Possibilità per i partecipanti di vedere la video-proiezione.
Descrizione dell'attività	Viaggio tra me e me alla scoperta dell'altro... 1ª PARTE 1. Riceverete fogli di diverso colore 2. Risponderete a delle domande su voi stessi 3. Potrete scrivere solo su un lato del foglio 4. Non fate vedere quello che scrivete al vostro vicino 5. Quello che scriverete verrà letto da una sola persona FOGLIO AZZURRO Che musica mi piace? Che cosa mi piace mangiare? Una cosa che faccio di solito... FOGLIO VERDE Cosa mi piace negli altri? Di che cosa parlo con i miei amici? Che cosa faccio con i miei amici? FOGLIO ROSA Una cosa bella di me... Una cosa brutta di me... Crescere per me significa... Tra 10 anni sarò... FOGLIO GIALLO Quali sono i miei valori? Cosa non farei mai...

	Prendete i fogli in questo ordine: 4 – 3 – 2 – 1 e chiudeteli per fare una cipolla (pagina 4 all'interno). 2ª PARTE 1. Riceverete un foglio bianco 2. Aprirete la cipolla un foglio alla volta 3. Scriverete alcune frasi per ogni foglio colorato al proprietario della cipolla 4. Scrivete le vostre impressioni e sensazioni su quello che avete letto 5. Quello che scriverete verrà letto solo dal proprietario della cipolla Aprite i fogli in questo ordine...: 1 – 2 – 3 – 4. SOLO QUANDO LO DICIAMO NOI Quando la tua lettera è finita, rifai la cipolla, con la lettera che copre la cipolla. Trova il proprietario della cipolla e dagliela. I partecipanti possono leggere le lettere e possono decidere di scambiare alcune parole, se lo desiderano. Il formatore facilita una lettura di questa attività dal punto di vista dell'apprendimento interculturale: FOGLIO AZZURRO: Abitudini, Folklore, Costumi FOGLIO VERDE: Rappresentazione che noi abbiamo degli altri FOGLIO ROSA: Rappresentazione che noi abbiamo di noi stessi FOGLIO GIALLO: Valori, Tabù, Credenze
Risorse	Presentazione PPT con le istruzioni
Dotazione	Video proiettore e schermo Carta colorata, penne
Durata	Min: 60 min Max: 90 min
Commenti e suggerimenti	Partecipanti : Formatore :

PANORAMICA DELLE ESPERIENZE DI VOLONTARIATO

A seguito del corso di formazione per il volontariato, il progetto "Local and International Active Seniors" ha dato ai partecipanti over 50 l'opportunità di partecipare ad esperienze di volontariato locale ed internazionale.

*Il volontariato ed i volontari sono portatori di
motivazione ed energia.*

Il volontariato è stato costruito come un'esperienza di apprendimento in cui i senior si rimettono in gioco, restano attivi, valorizzano le proprie competenze e acquisiscono delle nuove. Sia a livello locale che a livello internazionale, i senior hanno la possibilità di conoscere un contesto nuovo e di incontrare nuove persone. Il volontariato si basa su scambi che possono favorire l'apprendimento tra pari e l'apprendimento intergenerazionale. La dinamica del volontariato è un catalizzatore per consapevolezza di sé e l'autostima dei partecipanti.

Dei **69 Partecipanti** al corso Active Seniors nei 6 paesi partner, 53 si sono impegnati in esperienze di volontariato locale, mentre 24 hanno fatto volontariato internazionale in Francia, Italia, Lettonia, Polonia, Portogallo e Regno Unito.

53 SENIOR hanno fatto volontariato LOCALE

12 SENIOR hanno fatto volontariato INTERNAZIONALE

Nel complessivo, le esperienze di volontariato hanno contato più di **1900 ore** al servizio di organizzazioni sociali, educative ed ambientali.

1.200 ORE di volontariato LOCALE

714 ORE di volontariato INTERNAZIONALE

Il progetto Active Seniors ha coinvolto in totale **40 organizzazioni no profit** che hanno integrato i volontari senior nelle loro attività.

30 ORGANIZZAZIONI hanno accolto VOLONTARI LOCALI

20 ORGANIZZAZIONI hanno accolto VOLONTARI INTERNAZIONALI

Nelle pagine successive troverete più dettagli sulle esperienze di volontariato Active Seniors a livello locale ed internazionale, seguite da una panoramica delle organizzazioni che hanno accolto i volontari e dai calendari dei progetti di volontariato.

CALENDARIO DEL VOLONTARIATO

Volontariato locale

PERIODO: Febbraio – Luglio 2019					
PARTNER	N. PAX.	INIZIO	FINE	N. ORE	NOTE
Community Action Dacorum (UK)	8	Aprile 2019	Giugno 2019	64H	Durate e arrangiamenti diversi, in base alle disponibilità ed interessi dei partecipanti. Una persona non ha potuto fare volontariato per motivi di salute. Una persona non ha fatto volontariato locale, ma ha fatto volontariato internazionale. Alcuni volontari hanno svolto più del minimo di 8 ore di volontariato. Alcuni volontari hanno fatto volontariato con più di una organizzazione.
Pistes Solidaires (FR)	8	23/04/2019	30/05/2019	72H	2 partecipanti hanno fatto 12 ore di volontariato locale. 6 partecipanti hanno fatto 8 ore di volontariato locale.
Mais Cidadania (PT)	9	22/03/2019	30/07/2019	149H	
Gulbene Municipality (LV)	11	15/02/2019	01/07/2019	241H	
REPLAY NETWORK (IT)	7	20/05/2019	20/05/2019	56H	Tutti i 7 partecipanti hanno svolto 8 ore di volontariato locale ognuno.
FOSa (PL)	10	01/04/2019	31/05/2019	132H	

Volontariato internazionale

PERIODO: Aprile – Luglio 2019					
ACCOGLIENZA	INVIO	NOME PARTECIPANTE	GIORNO DI ARRIVO	GIORNO DI RITORNO	NOTE
Community Action Dacorum (UK)	AMC (PT)	CELESTE BAPTISTA	12/05/2019	27/05/2019	16 GIORNI (inclusi i 2 giorni di viaggio)
	AMC (PT)	JULIA HENRIQUES	12/05/2019	27/05/2019	
	Gulbene (LV)	ANITA AUMEISTERE	12/05/2019	27/05/2019	
	Gulbene (LV)	KAIIA SERPÂNE	12/05/2019	27/05/2019	
Pistes Solidaires (FR)	Replay Network (IT)	GIUSEPPINA SCOLAMIERO	13/06/2019	28/06/2019	
	Replay Network (IT)	ADRIANA FRANCO	13/06/2019	28/06/2019	
	FOSa (PL)	BARBARA DOLECKA	13/06/2019	28/06/2019	
	FOSa (PL)	STANISLAS BRZOZOWSKI	13/06/2019	28/06/2019	
Mais Cidadania (PT)	CAD (UK)	KATIE LIA BUDDEN	05/05/2019	20/05/2019	
	CAD (UK)	ADRIENNE GEAR	05/05/2019	20/05/2019	
	Gulbene (LV)	MAIJA BEITKA	05/05/2019	20/05/2019	
	Gulbene (LV)	MARUTA DĀRZNIECE	05/05/2019	20/05/2019	
Gulbene Municipality (LV)	AMC (PT)	LUISA REGO	02/06/2019	17/06/2019	
	AMC (PT)	LUISA VALENTE	02/06/2019	17/06/2019	
	CAD (UK)	KEVIN GREENE	02/06/2019	17/06/2019	
	CAD (UK)	TONY ADAMS	02/06/2019	17/06/2019	
REPLAY NETWORK (IT)	Pistes Solidaires (FR)	FRANZ KARGL	29/04/2019	14/05/2019	
	Pistes Solidaires (FR)	MONIQUE BOUGNON	29/04/2019	14/05/2019	
	FOSa (PL)	HANNA EWA NADZIEJKO	15/05/2019	30/05/2019	
	FOSa (PL)	JOLANTA EWA MARKIEWICZ	15/05/2019	30/05/2019	
FOSa (PL)	Replay Network (IT)	SANTINO CHIARENZA	13/06/2019	28/06/2019	
	Replay Network (IT)	SAVERINA AMOROSO	13/06/2019	28/06/2019	
	Pistes Solidaires (FR)	PATRICK GUILLON	05/06/2019	20/06/2019	
	Pistes Solidaires (FR)	VERONIQUE PERPIGNAA GOULARD	05/06/2019	20/06/2019	

LE ESPERIENZE DI VOLONTARIATO NEI PAESI EUROPEI

Impatto sui Partecipanti Senior

Le esperienze di volontariato sono state una grande occasione per i partecipanti senior, per riprendere in mano le proprie vite e diventare più consapevoli delle opportunità dove per mantenersi attivi.

Sia nel caso dei senior che avevano già avuto esperienze di volontariato che nel caso dei senior facendo volontariato per la prima volta, il percorso Active Seniors ha dato la possibilità di comprendere meglio cosa il volontariato potrebbe essere e cosa potrebbero aspettarsi. Incontrando organizzazioni locali/internazionali e potendo mettersi in gioco in servizi in campi diversi e con diversi beneficiari, i senior hanno scoperto che le possibilità di volontariato sono diverse e numerose.

The volunteers have learnt that volunteering can be more practical, involving doing practical activities, or it can be relational, involving building relations and sharing their time and their attention to others.

I volontari hanno imparato che il volontariato può essere più pratico, basato su lo svolgimento di attività pratiche, oppure può essere relazionale, basato sulla costruzione di relazioni e sullo stare insieme, condividendo il proprio tempo con gli altri e dando loro attenzione.

Imparare che non hanno bisogno di fare volontariato in quello che era il loro settore lavorativo, che possono fare qualcosa di diverso è uno dei punti di svolta per i senior. Allo stesso tempo hanno imparato che possono usare le loro abilità ed i loro punti di forza a beneficio degli altri e della comunità. La sensazione che le loro capacità ed i loro punti di forza sono apprezzati, ha permesso ai senior di riconsiderare e rivalutare se stessi ed il loro potenziale.

Allo stesso tempo, le esperienze di volontariato hanno permesso ai senior di uscire dalla propria zona di comfort, apprendere cose nuove e sviluppare nuove competenze, in un processo di apprendimento permanente.

Le esperienze di volontariato sono state una forte opportunità di networking e un modo per i senior di conoscere meglio il loro territorio locale e di conoscere nuovi territori a livello internazionale. Hanno potuto accedere ad una varietà di entità sociali - associazioni, cooperative sociali, orti comunitari, ONG europee, banca alimentare, banca del tempo, ecc. - che si occupano di una varietà di beneficiari: dai bambini ai giovani agli anziani, dalle persone alle famiglie in situazioni di esclusione sociale, disoccupati, persone con disabilità, migranti, ecc. I loro interventi hanno incluso supporto sociale, educativo, culturale e pratico, una vasta

gamma di campi che hanno portato una maggiore consapevolezza sul significato di cittadinanza attiva e su come sono i progetti sociali sono sviluppati.

Incontrare nuove persone ed entrare in contatto con un nuovo contesto ha significato anche affrontare i propri limiti e le proprie capacità che hanno portato una maggiore consapevolezza di sé e una migliore conoscenza dei propri punti di forza e di debolezza. L'esperienza di volontariato, in particolare a livello internazionale, ha dato ai senior la possibilità di riflettere, concentrarsi su se stessi e diventare più aperti a nuove idee e a nuove opportunità. I senior hanno affrontato le loro paure personali e si sono sentiti più responsabili della propria vita.

Uscire dalla routine quotidiana, sperimentare l'apprendimento tra pari (attraverso lo scambio con altri volontari adulti e senior, locali o internazionali), sperimentare l'apprendimento intergenerazionale (scambiandosi con bambini e giovani), sperimentare l'apprendimento interculturale è stata una boccata d'aria fresca per i senior, aumentando la loro motivazione ed il loro apprendimento, combattendo pregiudizi sugli altri e su sé stessi.

Prendendo ispirazione da una delle attività del corso di formazione, potremmo riassumere così l'impatto del volontariato locale e internazionale sui partecipanti:

PIÙ

PIÙ connessioni con persone, organizzazioni, lingue, culture

PIÙ consapevolezza di sé

PIÙ sicurezza di sé

PIÙ abilità

PIÙ motivazione

PIÙ empowerment

PIÙ flessibilità

PIÙ pazienza

PIÙ tolleranza

PIÙ apertura di mente

PIÙ comunicazione

PIÙ lavoro di gruppo

MENO

MENO paura

MENO frustrazione

MENO pregiudizi

MENO solitudine

MENO limiti

MENO frontiere

Tanti dei volontari senior hanno continuato a fare volontariato nelle organizzazioni dopo il progetto e tutti hanno espresso l'interesse di impegnarsi in attività di volontariato in futuro.

Il progetto "Local and International Active Seniors" ha promosso il volontariato come esperienza di apprendimento e di invecchiamento attivo con successo.

Impatto sulle Organizzazioni che hanno accolto volontari

Le organizzazioni che hanno ospitato i volontari Active Seniors erano diverse non solo per quanto riguarda il campo di lavoro ed i beneficiari, ma anche in termini di esperienza con i volontari. Alcune erano organizzazioni di volontariato le cui attività sono totalmente basate sul coinvolgimento attivo dei volontari, altre erano organizzazioni che includono costantemente i volontari nelle iniziative che svolgono, altre erano organizzazioni che lavorano con i volontari per la prima volta. Alcune di loro avevano lavorato solo con volontari locali, altre avevano anche esperienza con volontari internazionali.

Tutte le organizzazioni coinvolte hanno riconosciuto l'importanza di integrare volontari nelle proprie attività, non solo perché i volontari danno un aiuto, ma soprattutto per le dinamiche generate dalla presenza dei volontari:

**METTERSI IN DISCUSSIONE E RINNOVARE IL PROPRIO SCOPO E LA
PROPRIA FILOSOFIA**

FLESSIBILITÀ

GESTIRE GLI IMPREVISTI

NUOVE COMPETENZE

NUOVE ATTIVITÀ

**NUOVO VALORE AGGIUNTO – A LIVELLO PERSONALE,
PROFESSIONALE, CULTURALE, ORGANIZZAZIONALE**

Le esperienze di volontariato Active Seniors hanno permesso alle organizzazioni di uscire dalla loro routine quotidiana, soprattutto nel caso di organizzazioni con nessuna o poche esperienze nel lavorare con i volontari. È stato molto apprezzato lo scambio di punti di vista e lo scambio interculturale.

Le organizzazioni che hanno già avuto esperienza con i volontari hanno imparato di più su come supportare meglio l'integrazione ed il riconoscimento dei volontari nella loro organizzazione e quali sono le differenze ed i punti specifici di attenzione quando si lavora con volontari locali o con volontari internazionali.

L'esperienza Active Seniors ha portato alle organizzazioni coinvolte anche una ulteriore visione di cosa significa lavorare con volontari senior, accompagnati da un intero bagaglio di maturità, conoscenza e abilità, ma anche con idee e aspettative predefinite.

Le organizzazioni hanno definito l'esperienza come arricchente sia per i loro membri che per i loro beneficiari. La presenza di volontari nelle organizzazioni ha portato motivazione e un'occasione per rivalutare e rivalorizzare il lavoro portato avanti. In questo senso è interessante notare come l'impatto dell'esperienza di volontariato per le organizzazioni rispecchi l'impatto dell'esperienza di volontariato sui partecipanti senior.

Grazie alla partecipazione al progetto Active Seniors le organizzazioni hanno anche avuto l'opportunità di valutare procedure di lavoro più sistematizzate per l'integrazione dei volontari, di prestare maggiore attenzione alla preparazione di un programma su misura in base al singolo volontario, nonché di riconoscere il ruolo del mentore ed il ruolo del responsabile delle attività come referenti chiave per il volontario.

Alla luce del corso di formazione, l'esperienza di volontariato è stata per tutte le organizzazioni un'occasione per riflettere ulteriormente su cosa significhi lavorare con i volontari e rivalutare le loro motivazioni e capacità per facilitare le opportunità di volontariato, sia locali che internazionali.

Tutte le organizzazioni hanno confermato il loro interesse a continuare la loro esperienza nel lavoro con i volontari e, per quelli che non lo avevano ancora fatto, a includerlo eventualmente come pratica continua nella vita della loro organizzazione.

Impatto sulle organizzazioni partner europee

Attraverso il progetto Active Seniors i partner europei hanno avuto l'opportunità di riconnettersi con alcune organizzazioni con cui non collaboravano da tempo, nonché di

ampliare la propria rete locale e iniziare a collaborare nel campo del volontariato con i nuovi partner locali. I partner europei hanno avuto la possibilità di conoscere meglio i ruoli e le opportunità di volontariato disponibili nell'area locale in vista di future collaborazioni.

L'esperienza Active Seniors ha aumentato ancora di più la consapevolezza di cosa significhi facilitare esperienze di volontariato per persone over 50.

Le organizzazioni hanno riconosciuto che la presenza di volontari internazionali ha richiesto una concentrazione ed una consapevolezza maggiori su ciò che significa la loro integrazione nelle organizzazioni locali e nella comunicazione con loro.

I progetti di volontariato Active Seniors hanno portato per i partner nuove idee per future collaborazioni di volontariato come esperienza di apprendimento permanente e di invecchiamento attivo, nonché un modo per promuovere la cittadinanza attiva a livello locale e internazionale.

Il progetto Active Seniors ha portato ai partner europei il potenziamento delle capacità in termini di facilitazione e coordinamento di progetti di volontariato.

VIDEO STORIE

Corso & Volontariato Senior

Italia

<https://youtu.be/3CpZh46gL28>

<https://youtu.be/Z6Zl2zi8hCM>

Lettonia

<https://youtu.be/rZpGkwQ0-00>

<https://youtu.be/tXz7iUi-IW4>

https://youtu.be/KHyRq_QZbtA

Portogallo

<https://youtu.be/Hz9aaDiOAg4>

Regno Unito

<https://youtu.be/GB29U9BTH4E>

<https://www.facebook.com/activeseniorsEU/videos/849866745346432/>

<https://www.facebook.com/activeseniorsEU/videos/351683152105331/>

<https://www.facebook.com/activeseniorsEU/videos/2371023726466463/>

Polonia

<https://vimeo.com/user88855769>

LE OPPORTUNITÀ DI VOLONTARIATO

Lisbona, PORTOGALLO

Associação Mais Cidadania, Lisboa, Portogallo

ONG no profit Europea

Volontari locali: Luisa Rego, Mafalda França, Luís Leitão, Maria Albergaria, Francisco Melo

Centro de Apoio Familiar, Lisboa, Portogallo

The center gives commUnità support to families in situation of social exclusion, in the city of Lisbon.

Volontari locali: Luisa Valente, Julia Henriques, Celeste Baptista

Fundação-Lar de Cegos de Nossa Senhora da Saúde, Lisboa, Portogallo

Casa per persone anziane.

Volontari locali: Maria de Lurdes Raposo

Renovar a Mouraria, Lisboa, Portogallo

Associazione di intervento sociale

Volontari locali: Maria Albergaria, Luis Leitão

Associação dos Albergues Nocturnos de Lisboa, Lisboa, Portogallo

Ente private di solidarietà sociale, casa per senzatetto

Volontari internazionali: Adrienne Gear, Lai Choy Budden

Banco Alimentar contra a fome, Lisboa, Portogallo

Banca del cibo

Volontari internazionali: Maija Beitika, Maruta Dārzniece, Adrienne Gear, Lai Choy Budden

Hemel Hempstead – Berkhamstead - Redbourne, REGNO UNITO

Frogmore Papermill, Hemel Hempstead, UK

Una cartiera attiva che è anche un centro informativo, educativo e a servizio della comunità

Volontari locali: Adrienne Gear, Kevin Greene

Volontari internazionali: Celeste Baptista, Julia Henriques. Anita Aumeistere, Katja Serpane.

Rectory Lane Cemetery Project, Berkhamstead, UK

Un cimitero e spazio verde di Berkhamstead che vuole diventare un nuovo spazio della memoria della comunità.

Volontari locali: Lynda Gawler

Volontari internazionali: Celeste Baptista, Julia Henriques. Anita Aumeistere, Katja Serpane.

Sunnyside Rural Trust, Hemel Hempstead, UK

Una impresa sociale e organizzazione no profit per persone vulnerabili.

Volontari locali: Rosella Rogers

Centre in the Park, Hemel Hempstead, UK

Un centro per persone anziane.

Volontari locali: Paulette Siseci & Katie Lai Budden

Boxmoor Trust, Hemel Hempstead, UK

Una organizzazione no profit impegnata nel campo socio-educativo.

Volontari locali: Gillian Wilks and John Dilks

Volontari internazionali: Celeste Baptista, Julia Henriques. Anita Aumeistere & Katja Serpane.

Community Transport, Hemel Hempstead, UK

Servizi di trasporto per la comunità

Volontari locali: John Dilks

Volontari internazionali: Celeste Baptista.

Harco, Hemel Hempstead, UK

Organizzazione no profit a supporto di ex-carcerati

Volontari locali: Tony Adams

Volunteer Centre, Hemel Hempstead, UK

Centro per il volontariato

Volontari locali: Kevin Greene

Repair Shed, Redbourne, UK

Organizzazione no profit che supporta la socializzazione di uomini over 50

Volontari locali: Adrienne Gear & Katie Lia Budden

Margaret Llyod Playgroup, Hemel Hempstead, UK

Organizzazione no profit che gestisce spazi e attività dedicate a bambini

Volontari internazionali: Celeste Baptista, Julia Henriques. Anita Aumeistere & Katja Serpane.

DENS foodbank, Hemel Hempstead, UK

Banca del cibo

Volontari internazionali: Anita Aumeistere & Katja Serpane.

Olsztyn, POLONIA

Fundacja Żółty Szalik (Yellow Scarf Foundation), Olsztyn, POLONIA

ONG no profit Europeo – inclusion sociale di persone a rischio emarginazione

Volontari locali: Wiesława Sikora, Jadwiga Olsińska, Ana Żygowska

Volontari internazionali: Veronique Perpignaa

“Strzał w 10” Association, Olsztyn, POLONIA

ONG no profit Europeo – offre supporto per bambini e giovani con il Sindrome di Down

Volontari locali: Stanisław Brzozowski, Hanna Nadziejko

Bank Żywności w Olsztynie (Food Bank), Olsztyn, POLONIA

Banca del cibo

Volontari locali: Józef Wirgowski, Danuta Gajzmer

Volontari internazionali: Santino Chiarenza, Patrick Guillon

Arka Association, Olsztyn, POLONIA

Casa famiglia per bambini e famiglie a rischio di esclusione sociale.

Volontari locali: Anna Łotys, Janina Miśkiewicz

Volontari internazionali: Saverina Amoroso

Gulbene, LETTONIA

Biedrība "Dēms" (NGO "Dēms"), Gulbene, LETTONIA

Integrazione e supporto per le persone anziane

Volontari locali: Irēna Jakovļeva, Dailis Kadils, Ludmila Grīnberga, Anna Aumeistere, Vija Kokareviča, Antoņina Ozola, Līga Nagle, Ināra Lesiņa, Kaija Serpāne, Maiga Birzniece

Latvijas Sarkanā Krusta Gulbenes komiteja (Lettonia Red Cross Gulbene Committee), Gulbene, LETTONIA

Lavoro sociale

Volontari locali: Anna Korkla, Ināra Lesiņa, Ludmila Grīnberga, Vija Kokareviča

"Krustalīces mantojums" (NGO "The Krustalīce River Heritage"), Gulbene, LETTONIA

Pulizia dell'ambiente

Volontari locali: Maiga Birzniece, Kaija Serpāne, Vija Kokareviča

Gulbene Primary School, Gulbene, LETTONIA

Educazione – Scuola primaria

Volontari internazionali: Luisa Rego, Luisa Valente, Kevin Greene, Tony Adams

Gulbene 3rd Pre-school "Auseklītis", Gulbene, LETTONIA

Educazione

Volontari internazionali: Luisa Rego, Luisa Valente

Gulbene Regional Library, Gulbene, LETTONIA

Libreria regionale di Gulbene

Volontari internazionali: Luisa Rego, Luisa Valente, Kevin Greene, Tony Adams

Gulbene Municipality Agency "Gulbene Tourism and Cultural Heritage Centre", Gulbene, LETTONIA

Turismo e informazione

Volontari internazionali: Kevin Greene, Tony Adams

Pau – Hagetmau - Léognan, FRANCIA

Accorderie Pau-Béarn, Pau, FRANCIA

NGO / Banca del tempo – scambi di servizi

Volontari locali: Franz Kargl, Monique Bougnon, Amina Baatot, Ghyslaine Gay

Volontari internazionali: Adriana Franco

Centre Social La Pépinière, Pau, FRANCIA

NGO e centro sociale

Volontari locali: Françoise Laherrere, Patrick Guillon

Volontari internazionali: Giuseppina Scolamiero, Barbara Dolecka

Trotte-Sentiers de Chalosse, Hagetmau, FRANCIA

NGO no profit Europeo / Associazione di trekking

Volontari locali: Guy Pere

Pêche de vigne de Leognan, Léognan, FRANCIA

NGO no profit Europeo nel campo dell'agricoltura

Volontari locali: Véronique Perpignaa

Ecocène, Pau, FRANCIA

NGO no profit Europeo nel campo dell'educazione ambientaleEuropean non-profit NGO / Environment education

Volontari internazionali: Stanislas Brzozowski

Roma, ITALIA

CEMEA del Mezzogiorno Association - Youth centre "MYO SPAZIO", Rome, ITALIA

Organizzazione no profit nel campo dell'educazione – Centro giovanile

Volontari locali: Pasquale Tedesco, Santino Chiarenza

Casetta Rossa, Rome, ITALIA

Spazio sociale, Associazione di volontariato impegnata in attività socio-culturali

Volontari internazionali: Hanna Ewa Nadziejko

GARIBALDI Social Cooperative, Rome, ITALIA

Cooperativa Sociale Integrata

Volontari locali: Pasquale Tedesco, Santino Chiarenza

Volontari internazionali: Franz Kargl, Monique Bougnon, Jolanta Ewa Markiewicz

OLTRE Social Cooperative – Day Centre "La bottega delle idee", Rome, ITALIA

Cooperativa sociale – Centro diurno per persone con disabilità

Volontari locali: Adriana Franco, Saverina Amoroso

META Social Cooperative – Elderly Day Centre "ATTIVAMENTE", Rome, ITALIA

Cooperativa sociale che promuove diversi servizi socio-educativi – Centro diurno per gli anziani

Volontari locali: Giuseppina Scolamiero

META Social Cooperative – Youth Centre "Spazio Incontro Scholè", Rome, ITALIA

Cooperativa sociale che promuove diversi servizi socio-educativi – Centro giovanile

Volontari locali: Giuseppina Scolamiero

Association VIVERE IN..Onlus - ORTO 9, Rome, ITALIA

Associazione che cura un orto urbano comunitario

Volontari locali: Petronilla Nocerino, Alessandra Marini



This project has been funded with support from the European Commission.

This publication reflects the views of the author only, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein

Questo progetto è stato finanziato con il supporto della [Commissione Europea](#). Questa pubblicazione riflette esclusivamente il punto di vista dell'autore; la Commissione Europea non può essere ritenuta responsabile dell'uso fatto delle informazioni qui contenute.

Erasmus+ KA2 Educazione degli Adulti

Progetto “Local and International Active Seniors”



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

No 2017-1-UK01-KA204-036596