

# Projekt "ICT for seniors Eco-synergy"

## Nyhetsbrev # 3



### Mötet i Turkiet

Vi har bakom oss det tredje mötet inom ramen för projektet "IKT för seniorer ECOSYNERGY". Enligt planen hölls mötet i Turkiet och organiserades av TROY Environmental. Organisationen kontor ligger i hamnstaden Canakkale, på Dardanellerna.

Samtliga projektpartners deltog i mötet: arrangören (TROY) och representanter från den koordinerande organisationen "Social Ecological Institute" i Poland, från den svenska organisationen MobilEducation och från SPES Zukunftsakademie i Österrike.

Vi diskuterade projektets genomförande och resultat, vår verksamhet och uppföljning av partnerskapet - vi kom fram till att hälsa är ett av de viktigaste ämnena för seniorer i vardagen. Tanken är att koppla ihop hälsa med IKT - så att seniorer kan få mer information om möjligheterna att leva ett hälsosamt liv. Vi har till och med lagt fram planer om ett nytt projekt kring hälsa för vårt slutmöte, som kommer att äga rum i Sverige i maj 2018.

### Tidsbanken

Theodora Gergh från Österrike presenterade idén om tidsbanken. Tidsbanken är en bra lösning för att stödja och hjälpa seniorer i deras vardag. Många aktiviteter med tidsbanken har genomförts i hennes hemstad Heilkreutz under ett år och seniorer som är involverade är mycket nöjda.

Vi har också pratat om idén på våra tidigare möten (se nyhetsbrev 2). Theodora administrerar sin tidsbank som för närvarande har 18 aktiva medlemmar. Den här verksamhetsgruppen har beslutat att priset på en timmes jobb är 3,60 euro. Varje ny medlem i tidsbanken får fem timmar till godo som present. I systemet finns alla behov, önskemål och erbjudanden formulerade utifrån ett detaljerat frågeformulär.

Medlemmarna i tidsbanken träffas en gång i månaden för att lära känna varandra bättre och för att upprätta en plan för ytterligare behov och åtgärder.

Återigen har idén om tidsbanken presenterats för våra polska projektpartners i Wawer's Third Age University (WTUTW). Ett frågeformulär har tagits fram och distribuerats till WTUTW-medlemmar. De får svara på frågan ifall det är nödvändigt att använda samma modell som den österrikiska tidsbanken, samt om seniorer vill samarbeta och hjälpa varandra på ett sådant aktivt sätt.

### Partners

Polen: Społeczny Instytut Ekologiczny  
Österrike: SPES Zukunftsakademie  
Sverige: Association Mobil Education  
Turkiet: Troy Environmental Association



## En modell att följa

En viktig del av träffen i Canakkale var ett besök på ett Äldre Center. Det är ett dagcenter där äldre människor kan aktiveras på dagtid. Centret är ett pilotprojekt och har startats på initiativ av stadens borgmästare. Centret verkar vara en mycket innovativ lösning och kan implementeras på andra ställen i Turkiet, även i andra länder.

Centret, som ligger i utkanten av staden, imponerade oss besökare med sin underbara plats, skönhet och rymlighet. Efter bara ett års aktiviteter visade det sig vara för liten och nu finns det planer på att bygga ut verksamheten.

Verksamheten är planerad för äldre från Canakkale-regionen, människor från alla sociala grupper, som är 65 år eller äldre (den äldsta deltagaren var 95 år). De måste vara friska både mentalt och fysiskt (centret är ändå anpassat för rullstolsburna användare). Ett stort utbud av aktiviteter är tillgängliga för seniorer och det finns olika workshops att delta i från måndag till fredag mellan 9.00-17.00.

Mer information om workshops och aktiviteterna finns på hemsidan och i sociala medier. De äldre personerna, som inte själva kan ta sig till centret, kan få busstransport från hemmet. Transporten organiseras av staden.

Varje vecka kommer fler än 500 personer till centret, och varje dag deltar cirka 100 personer i olika workshops och träffar.

Elva personer är anställda för att administrera och ge service till besökarna, det finns handledare i de olika aktiviteterna och även säkerhetsvakter. Sex volontärer hjälper till att göra centret till en trevlig plats för seniorer.

Deltagarna betalar en månadsavgift som går till stadens budget. Det är kostnaden för deltagande i undervisningen och inkluderar priset för lunchen i tre dagar (två dagar är gratis). Gratis te och kaffe erbjuds under dagen.

## Aktiviteter och workshops

Centret erbjuder olika sorters stöd och aktiviteter för äldre personer. Det finns ett speciellt rum för att träna psyket och att förbättra minnet. Det finns möjlighet till diskussioner om intressanta och nödvändiga ämnen, diskussionerna initieras och leds av en psykolog eller deltagare själva, t.ex. hur man hanterar livet när man blir äldre.

På hälsokontoret, där en sjuksköterska arbetar under dagtid, kan de äldre vila eller ta sitt blodtryck. Där erbjuds inte någon medicinsk hjälp, för vården är inte det primära syftet med centret. I fall någon blir allvarligt sjuk beställer centret en ambulans för vidare transport till en vårdcentral.

I ett speciellt rum för konsthantverk, kan personer som är intresserade, måla stenar och skapa olika slags konstverk med handledning av lärare. Deras konstverk och färdiga produkter visas sedan på olika utställningar. Personerna kan ta med sig sina handarbeten hem eller sälja dem, men då endast till välgörenhet.

