



# Projekt "ICT for seniors Eco-synergy"

## Nyhetsbrev # 4

### IV partners möte i Stockholm

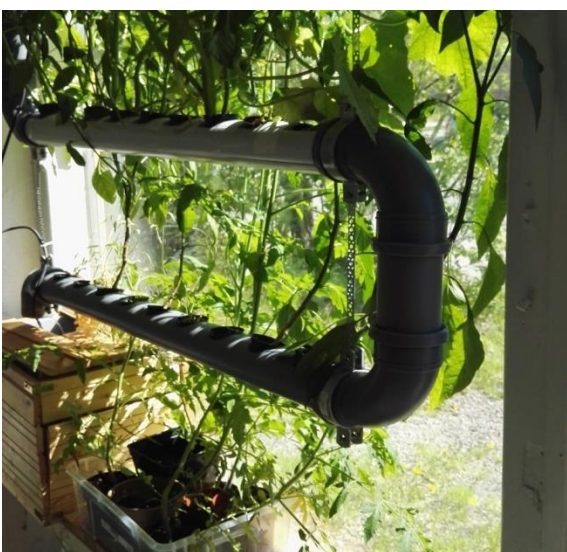
Mötet i Stockholm i maj 2018 avslutade projektet "ICT for senior ECOSYNERGY". Den här gången mötet organiserades av MobilEducation, föreningen som vill hjälpa seniorer till att bli mer självständiga och delaktiga i den digitala världen med smarta telefoner och surfplattor. Representanter från koordinatororganisationen "Social Ecological Institute" i Polen, från den turkiska organisationen "TROY Environmental" och från "Center for Adult Education" i Österrike - SPES Zukunftsakademie deltog i mötet. Mötesplatsen var Hägerstensåsens medborgarhus, som är ett av medborgarhusen i Stockholm.

Den här typen av medborgarhus byggdes i Sverige i kommunal eller privat regi, alltid med hjälp av stadens myndigheter. Namnet "medborgarhus" antogs officiellt av den socialdemokratiska regeringen i början av 1940-talet, då villkoren för offentligt stöd för olika offentliga evenemang fastställdes. Konferenslokalerna i Hägerstensåsens medborgarhus kan användas av föreningar, företag och privatpersoner. Detta medborgarhus är en rymlig byggnad med många konferenslokaler där olika kulturella, nöjes- och utbildningsaktiviteter kan ordnas. Seniorer kan spela bridge, måla eller bara umgås. Det finns också ett café och en bar i huset.

Vid det första mötet i medborgarhuset deltog förutom företrädarna för de fyra organisationerna i projektet, också svenska seniorer som hade deltagit i olika aktiviteter i projektet. Det andra mötet var helt avsett för att sammanställa projektresultat. Varje deltagande organisation redogjorde för sitt arbete i projektet.

Föreningen MobilEducation, som var värd för mötet, har genomfört kurser inom informations- och kommunikationsteknik med surfplattor och smarta telefoner som verktyg i vardagen. T ex verktyg för kommunikation, informationsökning och sociala medier (meddelanden, WhatsApp, Facebook, Instagram) har lärts ut på kurserna. Applikationer och andra verktyg som MobilEducation använder är utvalda med tanke på de behoven som seniorer har. Flera seniorer fick nya kunskaper på dessa kurser, vilket också är ett av målen i projektet. Alla kurser kändes mycket intressanta, t o m kursen där man fick lära sig baskunskaperna till programmering. Vi fick möjligheten att ta del av dessa högkvalitativa presentationer och material. Representanter för MobilEducation har även tagit fram en guide för seniorer som ska underlätta vardagslivet i informations- och kommunikationssamhället.

*Projektet genomförs med ekonomiskt stöd från Europeiska kommissionen. För uppgifterna i denna publikation (som är ett meddelande) ansvarar endast upphovsmannen. Europeiska kommissionen tar inget ansvar för hur dessa uppgifter kan komma att användas*



### Partners

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



Mötesdeltagarna besökte också kontoret som en av medarbetarna i MobilEducation har - Torbjörn och lyssnade på en presentation av hydroponisk odling hemma. Torbjörn arbetar med denna metod, som är speciellt anpassad för klimatförhållandena i Skandinavien. Metoden innebär att man odlar växter i vatten, helt utan jord och det går att odla inte bara industriellt utan också hemma.

Den grundläggande hydroponiska lösningen innehåller 12 element: 7 makroelement och 5 mikroelement. Elementen måste alltid anpassas till den växt man vill odla. Under processen måste vissa näringsparametrar som: pH-värdet, temperaturen, syrenivån övervakas. De vanligaste ätbara växterna som odlas i hydroponisk odling är sallad, tomat, gurka, paprika, basilika, oregano och timjan.

Hydroponisk odling har många fördelar jämfört med den traditionella odlingen. Det går att odla i torra områden, som inte är lämpade för odling eller i hemmet, också under den tid då det är brist på solljus som i Sverige. Med andra ord man begränsas inte av årstider eller säsong och behöver inte heller använda bekämpningsmedel. En ytterligare fördel med odlingen hemma är att man sparar utrymme och att växter i hydroponisk odling ökar fuktighet i rummet.

Den turkiska organisationen, "TROY Environmental", fokuserade på frågan om tillgången till smarta telefoner för personer 65+ som antingen har problem med hälsan eller som bor ensamma eller båda delarna. Tack till projektet har en grupp äldre personer fått digitala färdigheter som hjälper dem i vardagen. TROY arbetar också med en blogg som är skapad som en utbildning inom informations- och kommunikationsteknik för seniorer.

"Center for Adult Education" - SPES Zukunftsakademie i Österrike driver 55+ tidbanken och utvecklar vidare bankens idé - att grannar hjälper grannar, ömsesidigt.

Personerna som är med i tidbanken ger stöd till varandra, vilket underlättar medlemmar att leva ett självständigt liv i egen bostad så länge som det är möjligt. I den här formen av hjälp ingår små tjänster och hjälp på alla områden, t.ex. hemma, i trädgården, med husdjur, med shopping. Kommunikations- och informationsverktyg används för att administrera tjänsterna till medlemmar i tidbanken. Hjälpen kan vara avgörande för människor med dålig hälsa som annars inte skulle kunna lämna hemmet eller att det skulle vara väldigt svårt för dem.

SPES-representanten presenterade också en telefon från ett nederländskt företag, världens första etiska, delbara smartphone, som är byggd av utbytbara delar. Denna smartphone kan användas i flera år, den är lätt att reparera på de utbytbara delarna. Den här sortens verktyg passar perfekt in i den ekologiska tanken som styr projektet "IKT för seniorer ECOSYNERGY".

Initiativtagaren och projektkoordinatorn – "Social Ecological Institute" har utarbetat en databas över organisationer och institutioner som arbetar med miljöfrågor kopplade till äldres behov i Polen. Att skapa en databas var en del i projektet och erfarenheterna från arbetet med seniorer och förståelsen för deras problematik har varit till stor nytta i valet av de organisationer som presenteras där. Databasen, som är ordnad tematiskt, erbjuder seniorer lätthanterlig information om ämnen som intresserar dem.

Som en del i projektet genomfördes också flera möten och kurser för seniorer på Tredje Universitetet i Wawer (Warszawas distrikt), där deltagarna fick nya kunskaper i användning av verktyg som datorer och smarta telefoner samt appar för kommunikation.

Under sin vistelse i Stockholm fick projektdeltagarna också möjligheten att veta mer om den här vackra staden. Staden är för människor som värderar högt det ekologiska, ett bra exempel på hur man värnar om miljön. Den gav också ett intryck av moderna lösningar avseende avfallshantering, återvinning och driften av ett kraftvärmeverk, där avfall som inte kan nyttjas, används vid förbränningsprocessen.

