

## II Konferencja



seniorpedia.pl

Razem! Chętnie! Wzajemnie!

### II Konferencja projektu społecznego "Seniorpedia.pl - Razem! Chętnie! Wzajemnie!" 12 grudnia 2023 roku w Auli Nowodworskiego Uniwersytet Jagielloński - Collegium Medicum ul. Św. Anny 12, Kraków

Projekt realizowany przez Stowarzyszenie na rzecz promocji zdrowia Consensus został objęty Patronatem Honorowym przez Prorektora UJ ds. Collegium Medicum Prof. dr hab. n med. Tomasza Grodzickiego. **Konferencja ma na celu podnoszenie kwalifikacji społecznych w relacjach z osobami starszymi, w pełnieniu roli ich opiekunów, pomocników i współpracowników, w nawiązywaniu dialogu międzypokoleniowego oraz w udzielaniu wsparcia nieformalnym opiekunom osób starszych.** Zapraszamy Osoby Starsze, Prowadzących organizacje senioralne, nieformalnych Opiekunów, Dyrektorów szkół, Nauczycieli, Pedagogów, Samorządy Szkolne i Wolontariuszy.

#### Plan konferencji

- 11.30 prof. dr hab. n med. Tomasz Grodzicki Prorektor Uniwersytetu Jagiellońskiego ds. Collegium Medicum – Otwarcie konferencji
- 11.45 Marcin Jędrychowski Dyrektor Szpitala Uniwersyteckiego w Krakowie
- 11.55 Katarzyna Jasiewicz – Znaczenie Razem! Chętnie! Wzajemnie!
- Wręczenie dyplomów wyróżnionym Wolontariuszom. Pokaz na żywo symulatora starości GERT.
- 12.10 Olga Bończyk przywitanie Uczestników

#### Panel „Razem!”

- 12.15 Katarzyna Jasiewicz, Barbara Pasternak, Natalia Firek – Śpiew, taniec i słuchanie muzyki – edukacja kulturalna i trening umysłu. „Muzyka i taniec młodości” – międzypokoleniowy występ a’la musical.
- 12.35 Katarzyna Jasiewicz – „Pakiet Wigor60+”. Pozytywne starzenie w zasięgu każdego z nas.
- 12.45 Jadwiga Wróbel, Kordian Habel – Szlaki uważnego kontaktu z przyrodą. Dlaczego „uważnie” i dokąd się wybrać?, Pokaz multimedialnej relaksacji opartej na uważnym kontakcie z naturą.

#### Panel „Chętnie!”

- 13.00 Iwona A. Wiśniewska – Skuteczne pomaganie. Jak pomagać aby uzyskać efekt oferując pomoc i dbając o swój komfort psychofizyczny.
- 13.15 Teresa Michałowska-Stolarczyk, Katarzyna Jasiewicz – Stopień empatii wobec osób starszych przed i po zajęciach z symulatorem starości GERT oraz przedstawienie form wolontariatu na rzecz osób starszych.
- 13.25 Kamila Kuźniar, Katarzyna Jasiewicz – Czy dialog międzypokoleniowy jest możliwy? Karty do rozmów Senior/Junior.
- 13.45 – przerwa kawowa i zimny bufet
- 14.00 – 15.00 Recital Olgi Bończyk

#### Panel „Wzajemnie!”

- 15.00 Katarzyna Białożył-Wielonek – Kim jest opiekun nieformalny? Jaka jest jego rola? Jak dać mu wytchnienie aby miał czas dla siebie. Dzieci i młodzież w roli pomocników wytchnieniowych.
- 15.20 Leszek Guga – Zrozumieć demencję. Zrozumieć człowieka.
- 16.20 Barbara Wizner – Wypis ze szpitala, Damy Radę, Seniorpedia formy pomocy opiekunom w NSSU w Krakowie.

Placówkom edukacyjnym, których Delegacje wezmą udział w konferencji oferujemy **bezpłatne warsztaty z symulatorem starości GERT** edukujące do późnej dorosłości, współpracy międzypokoleniowej, pomocy wzajemnej. Warsztaty odbędą się w Placówce lub w lokalu przy ul. Kazimierza Wielkiego 117 w Krakowie gdzie Stowarzyszenie na rzecz promocji zdrowia Consensus prowadzi Centrum Aktywności Seniorów Seniorpedia.pl finansowane ze środków Gminy Kraków.

Podczas konferencji przedstawimy bezpłatną aplikację Seniorpedia.pl i jej funkcje pomocowe, edukacyjne i społeczne pomocne osobom starszym, wolontariuszom, wnukom, nieformalnym opiekunom osób starszych, organizacjom działającym na rzecz osób starszych.

**W aplikacji dostępny jest m.in. kurs relaksacji w oparciu o uważny kontakt z naturą, który jest skierowany do osób starszych i młodzieży.**

Serdecznie zapraszamy! Czekamy na Państwa pytania i zgłoszenia pod numerem telefonu 601 457 888, mailowo [biuro@seniorpedia.pl](mailto:biuro@seniorpedia.pl).

Więcej informacji można uzyskać na [www.seniorpedia.pl](http://www.seniorpedia.pl).

Podczas wydarzenia rejestrowany będzie dźwięk i obraz - udział w wydarzeniu jest jednoznaczny z wyrażeniem zgody na wykorzystanie utrwalonego wizerunku w materiałach i zadaniach organizatora i projektu społecznego. Program wydarzenia może ulec losowym zmianom.