

OSTATECZNA WERSJA INNOWACJI SPOŁECZNEJ DO WDROŻENIA

INNOWACJA „ŁAWKA PRZYJAŹNI”



Innowacja była testowana w ramach przedsięwzięcia
pn. „Branżowe Centrum Umiejętności w dziedzinie pomocy społecznej”
realizowanego w ramach Krajowego Planu Odbudowy i Zwiększania Odporności,
Komponent A „Odporność i konkurencyjność gospodarki”; Inwestycja A.3.1.1. „Wsparcie rozwoju nowoczesnego kształcenia
zawodowego, szkolnictwa wyższego oraz uczenia się przez całe życie”,
realizowanego przez Stowarzyszenie Pomocy Dzieciom i Młodzieży
w partnerstwie z Województwem Podkarpackim/Medyczno-Społecznym Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego.

Branżowe Centrum Umiejętności w dziedzinie pomocy społecznej
Stowarzyszenie Pomocy Dzieciom i Młodzieży, ul. Piotra Skargi 6, 37-700 Przemyśl (Lider Przedsięwzięcia)
Województwo Podkarpackie/Medyczno-Społeczne Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego,
ul. Łukasińskiego 20, 37-700 Przemyśl (Partner Przedsięwzięcia)



Innowacja „Ławka przyjaźni”

Opis innowacji: „Ławka przyjaźni”

„Ławka przyjaźni” to projekt społeczny, którego celem jest przeciwdziałanie samotności wśród seniorów oraz promowanie integracji sąsiedzkiej w lokalnej społeczności. Inicjatywa zakłada wyznaczenie specjalnych „ławek przyjaźni” w przestrzeniach publicznych, takich jak osiedla, parki, czy okolice domów kultury. Ławka ta stanowi miejsce, w którym seniorzy, a także osoby z innych grup wiekowych, mogą usiąść i rozpocząć rozmowę z innymi mieszkańcami.

Projekt opiera się na idei spontanicznych spotkań, które umożliwiają seniorom nawiązywanie nowych znajomości, rozwijanie relacji z sąsiadami oraz aktywne uczestniczenie w życiu społecznym. Ławka przyjaźni to przestrzeń, która sprzyja integracji, budowaniu poczucia przynależności do społeczności i wzmocnieniu więzi sąsiedzkich.

Komu produkt pomaga?

Projekt „Ławka przyjaźni” jest skierowany do:

- **Seniorów**, którzy często czują się osamotnieni, szczególnie w większych miastach, gdzie relacje międzyludzkie bywają mniej osobiste.
- **Osób w każdym wieku**, które mogą dołączyć do inicjatywy, aby zbudować lepsze więzi z sąsiadami, porozmawiać, wymienić doświadczenia, a także wesprzeć seniorów w ich potrzebach emocjonalnych.
- **Lokalnym społecznościom**, które chcą wzmocniać integrację i promować wartości współpracy międzypokoleniowej.

Na jakie potrzeby odpowiada?

Projekt odpowiada na kilka kluczowych potrzeb społecznych:

1. **Przeciwdziałanie samotności seniorów:** Wiele osób starszych zmagających się z samotnością i izolacją społeczną, co negatywnie wpływa na ich zdrowie psychiczne i fizyczne.
2. **Budowanie więzi międzysąsiedzkich:** Wspólna przestrzeń do rozmowy pozwala sąsiadom lepiej się poznać, co prowadzi do stworzenia wspierającej i bardziej zintegrowanej społeczności.

3. **Aktywacja seniorów:** Inicjatywa daje seniorom poczucie przynależności i aktywnego uczestnictwa w życiu lokalnym, zachęcając ich do spędzania czasu na świeżym powietrzu i angażowania się w rozmowy z innymi.
4. **Wzmocnienie poczucia bezpieczeństwa:** Seniorzy, którzy mają możliwość codziennego kontaktu z innymi, czują się bardziej bezpieczni i związani z lokalną społecznością.

Kiedy warto stosować?

Innowację warto wdrożyć, gdy:

- **W społeczności lokalnej występuje problem z izolacją seniorów**, którzy nie mają dostępu do przestrzeni, w których mogą spotykać się z innymi.
- **Chcemy stworzyć przestrzeń do spontanicznych spotkań**, która sprzyja integracji i nie wymaga organizowania formalnych wydarzeń.
- **Istnieje potrzeba wzmacniania więzi międzysąsiedzkich**, szczególnie w osiedlach czy dzielnicach, gdzie sąsiedzi nie znają się dobrze lub nie utrzymują regularnych kontaktów.



Proponowana liczebność grupy

Optymalna liczba osób na jednej ławce wynosi od **2 do 4 osób**, aby zachować komfort rozmowy i umożliwić każdemu uczestnikowi aktywne uczestnictwo. Jednak „ławka przyjaźni” nie ma stałej liczby uczestników – to miejsce dostępne dla wszystkich, którzy chcą się spotkać.

Minimalne wymagania organizacyjne, finansowe, techniczne

1. Organizacyjne:

- **Koordynator projektu**, odpowiedzialny za wyznaczenie lokalizacji ławek, komunikację z mieszkańcami oraz organizację promocji projektu.
- **Współpraca z lokalnymi instytucjami** (np. domy kultury, ośrodki aktywności seniorów) w celu wspierania projektu i promocji inicjatywy.
- **Zaangażowanie mieszkańców**: Rozpoczęcie projektu poprzez zachęcanie seniorów i innych mieszkańców do korzystania z „ławeczek przyjaźni”.

2. Finansowe:

- Koszty związane z **zakupem i montażem ławek**, w tym ich oznakowanie jako „ławeczka przyjaźni”.
- Koszty promocji projektu w lokalnych mediach, poprzez plakaty, ulotki czy ogłoszenia na portalach internetowych.
- Możliwość organizowania **spotkań informacyjnych** lub wydarzeń inauguracyjnych, mających na celu zapoznanie mieszkańców z projektem.

3. Techniczne:

- **Miejsca do montażu ławek**: Wybór dogodnych i dostępnych lokalizacji na osiedlach, w parkach czy innych publicznych przestrzeniach, które będą sprzyjały spotkaniom.
- **Materiał informacyjny**: Zapewnienie odpowiednich materiałów promujących projekt (plakaty, ulotki) oraz tabliczek informujących o ławeczce jako przestrzeni do wspólnych rozmów.
- **Utrzymanie przestrzeni**: Regularne sprawdzanie stanu ławek i zapewnienie ich czystości i komfortu.

Działania, jakie należy podjąć na rzecz wdrożenia innowacji

1. Rekrutacja i promocja projektu:

- Zaproszenie seniorów oraz innych mieszkańców do włączenia się w projekt, ogłoszenie inicjatywy w lokalnych mediach i przez media społecznościowe.
- Promowanie idei „ławeczek przyjaźni” poprzez plakaty i ulotki, a także organizowanie spotkań informacyjnych, które zachęcą mieszkańców do aktywnego udziału.

2. Wybór miejsc na ławeczki:

- Wyznaczenie odpowiednich miejsc w przestrzeni publicznej, gdzie mieszkańcy mogą spotykać się na ławkach i swobodnie rozmawiać.
- Zainstalowanie specjalnych ławek z tabliczkami informacyjnymi (lub wykorzystanie ławeczek istniejących), które będą zachęcały do korzystania z przestrzeni.

3. Zorganizowanie działań wspierających:

- Organizowanie wydarzeń inauguracyjnych, takich jak spotkanie przy „ławeczce przyjaźni”, aby zachęcić mieszkańców do jej wykorzystania.

- o Możliwość organizowania tematycznych spotkań przy ławkach, takich jak np. spotkania z lokalnymi artystami, tematyczne rozmowy o książkach czy filmach.

4. Ewaluacja projektu:

- o Regularne zbieranie opinii uczestników na temat projektu i spotkań, aby dostosować ofertę do ich oczekiwań i potrzeb.
- o Monitorowanie liczby uczestników oraz jakości interakcji, które odbywają się przy „ławeczkach przyjaźni”.

Podsumowanie

„ławka przyjaźni” to projekt społeczny, który w prosty, ale skuteczny sposób wspiera integrację międzyludzką, przeciwdziała samotności i promuje aktywność społeczną. Dzięki wyznaczeniu specjalnych przestrzeni w lokalnych społecznościach, seniorzy mają okazję nawiązywać nowe znajomości i aktywnie uczestniczyć w życiu sąsiedzkim, a młodsze pokolenia mogą się z nimi dzielić swoimi doświadczeniami i zdobywać nowe umiejętności. Projekt jest prosty do wdrożenia i wymaga minimalnych nakładów finansowych, a jego efekty mogą przyczynić się do stworzenia bardziej spójnych i wspierających społeczności.