

Newsletter 1

Wrzesień 2023



Sun in the Age



O projekcie

Projekt Sun in the Age porusza problem samotności i izolacji społecznej osób starszych. Podczas pandemii problem ten stał się bardziej widoczny, a wielu seniorów doświadczyło braku podstawowych kontaktów międzyludzkich przez wiele miesięcy. Problem ten pogłębiło poczucie niepokoju związane z ciężką chorobą oraz śmiercią.

Projekt Sun in the Age oferuje praktyczne, niedrogie i wysoce skuteczne narzędzia dla trenerów i edukatorów osób dorosłych, aby poprzez zwiększenie samoświadomości umysłu, poprawić wydajność pracy.

Organizacje zaangażowane w projekt należą do krajów o różnym i uzupełniającym się spojrzeniu na praktyki uważności, co pozwoli nam osiągnąć lepsze wyniki.

Profesjoniści dowiedzą się, jak korzystać z uważnego oddychania i innych technik, aby poprawić swoje zdrowie psychiczne i służyć innym, odkrywając i wzmacniając wewnętrzne umiejętności, takie jak skupiona koncentracja, spokój, kreatywność, współczucie i bezwarunkowa miłość.

Partnerstwo

Nasze konsorcjum składa się z organizacji z różnych krajów europejskich: Litwy, Hiszpanii, Włoch, Niemiec, Polski, Grecji i Republiki Macedonii Północnej.

W tym wydaniu:

- Informacje o projekcie
- Partnerstwo
- Pierwsze spotkanie w Szawle (Litwa)
- Opracowanie metodologii projektu
- Następne działania



Pierwsze spotkanie w Szawle (Litwa)

Pierwsze międzynarodowe spotkanie odbyło się na Litwie w dniach 4-5 kwietnia. Podczas spotkania partnerzy położyli podwaliny pod przyszłą współpracę w zakresie zarządzania, oceny jakości i upowszechniania. Spędziliśmy razem miło czas i cieszyliśmy się pięknym miastem Szawle.



Następne działania

- Opracowanie kursu
- Drugie międzynarodowe spotkanie partnerskie w Republice Północnej Macedonii, zaplanowane na 3-4 października 2023.

Opracowanie ram metodologicznych

Metodologia projektu została podzielona na trzy części:

- Tło teoretyczne i podstawy naukowe
- Zbiór dobrych praktyk
- Studia przypadków oparte na wywiadach

Partnerzy zbadali takie kwestie, jak koncepcja uważności, regulacja "terapii alternatywnych", istnienie oficjalnych kwalifikacji, dostępność tych terapii dla większości populacji oraz zebrali dobre praktyki i studia przypadków. Ze wszystkich zebranych informacji zostaną wyciągnięte wnioski, które posłużą jako podstawa do opracowania kursu online dla nauczycieli i opiekunów, który będzie kolejnym rezultatem projektu.



Chcesz wiedzieć więcej o projekcie?



<https://www.facebook.com/sunintheage>



www.sunintheage.eu



Co-funded by
the European Union