

Plan Be: Active Senior Volunteers
2015-1-PT01-KA204-012930

KURIKULUM



Erasmus+

Plan Be
Active Senior Volunteers

Plan Be konzorcij

FREGUESIA DE CASCAIS E ESTORIL – Projektni koordinator | Cascais, Portugalska

ASSOCIAÇÃO ANIMAM VIVENTEM – Partner | Cascais, Portugalska

KUUSANKOSKEN RETKEILIJÄT RY – Partner | Kouvola, Finska

RIC NOVO MESTO – Partner | Novo mesto, Slovenija

SINERGIA SOCIETA COOPERATIVA SOCIALE – Partner | Bitonto, Italija

Kontakti

Koordinator projekta: Freguesia de Cascais e Estoril

Kontaktna oseba: ga. Rita Serra Coelho

Naslov: Largo Cidade de Vitoria, 2750-319 Cascais – Portugalska

E-pošta: projetozeuropeus@jf-cascaisestoril.pt

Tel.: + 351 214849550

Pravno obvestilo

Publikacijo je pripravilo partnerstvo projekta Plan Be. Namen publikacije je dati praktično podporo v procesu implementacije projekta.

Publikacija ne predstavlja znanstvenih, pedagoških ali akademskih stališč konzorcija projekta. Ne partner ali katerakoli osebe, ki deluje v imenu konzorcija niso odgovorni za posledice uporabe te publikacije.

Ta publikacija je oblikovana s pomočjo sredstev Evropske skupnosti.

Vsebina publikacije (komunikacije) je izključno odgovornost avtorja in v nobenem primeru ne predstavlja stališč Evropske komisije.

© 2017 – Konzorcij Plan Be. Vse pravice pridržane. Licencirano Evropski Uniji pod pogoji.

KAJ JE PROSTOVOLJSTVO

Prostovoljstvo na splošno je altruistična aktivnost, kjer posamezniki ali skupine, ponujajo brezplačne storitve v korist drugih oseb, skupin ali organizacij.

Prostovoljstvo je znano tudi po razvoju veščin in je pogosto namenjeno za promocijo dobrote ali za izboljšanje kvalitete življenja. Ima pozitivne učinke za prostovoljca in za osebe ali skupnosti za katere storitve opravlja.

STAREJŠI PROSTOVOLJCI

Spodnja tabela prikazuje "Plan Be" programske teme, vključuje tudi prečne module in pričakovane rezultate v okviru znanj, veščin in odnosov.

Tema	Znanja	Veščine	Odnosi
Socialna vključenost	<ul style="list-style-type: none"> - Izboljšano razumevanje vrednot in načel kot temelj prostovoljstva; - Okrepljeno zavedanje svoje vloge kot aktivni evropski državljan; - Socialna vključenost (medkulturno učenje, razumevanje različnosti, razumevanje in zavedanje kako nastanejo stereotipi, predsodki, diskriminacija in nasilje); - Enakopravnost spolov (ozaveščanje pomembnosti spolne enakopravnosti na področju prostovoljstva starejših); - Kultura in umetnost (ozaveščanje in razumevanje kako uporabiti umetnost in kulturo pri prostovoljnem delu z različnimi ciljnimi skupinami); - Narava in okolje (razumevanje učinkov, ki jih ponuja narava za dobro počutje in ozaveščanje o možnostih, ki jih ponuja narava za prostovoljno delo); - Hrana in zdravje (razumevanje kako velik vpliv ima zdrava prehrana na način življenja ljudi in na dobro počutje). 	<ul style="list-style-type: none"> - Samozavedanje (sposobnost prepoznavanja svojih lastnih kapacitet, vrednost, motivacije in urejanje pričakovanj); - Učenje učenja (postavljanje lastnih ciljev in učnih ciljev skozi prostovoljstvo); - Socialne kompetence (razvijanje zaupanja, spoštovanja, tolerance, povečevanje samospoštovanja, delo z različnimi socialnimi skupinami); - Državljske kompetence (biti aktiven kot državljan na lokalni ravni – poskušati rešiti neke lokalne problem oz. pokriti potrebe lokalnega prebivalstva); - Medosebne veščine (timsko delo in sodelovanje, upravljanje s konflikti, odločanje, vodenje, sprejemanje odgovornosti); - Organizacijske veščine (planiranje, upravljanje s časom, komunikacija v timu in sodelovanje, reševanje problemov); - Komunikacijske veščine (izražanje idej, aktivno poslušanje, spraševanje, dajanje konstruktivnih povratnih informacij); - Digitalne kompetence (uporaba digitalnih orodij za informiranje in komuniciranje). 	<ul style="list-style-type: none"> - Občutek pobude; - Navdušenje; - Sodelovanje/solidarnost; - Toleranca; - Odgovornost; - Optimizem; - Odprto razmišljanje; - Motivacija; - Empatija; - Prijaznost; - Samozavest; - Potrpežljivost; - Odločnost; - Vztrajnost; - Odpornost; - Sprejemanje mnenj drugih; - Ne obsojajoč; - Spoštovanje.