Ref. No: 2024-1-ES01-KA220-ADU-000245715

XXIAdults

Dostosowanie systemu kształcenia dorosłych do wymogów XXI wieku

Szablon dobrych praktyk

Co-funded by the European Union

Nazwa dobrej praktyki
Powrót do przyszłości – seniorzy jako guru cyfrowego opowiadania historii

Podsumowanie praktyki Krótkie, łatwe do zrozumienia streszczenie: Czym jest ta praktyka, dla kogo jest przeznaczona i jaki ma cel?
Powrót do przyszłości – seniorzy jako guru cyfrowego opowiadania historii to międzypokoleniowy projekt edukacyjny, który umożliwia osobom starszym tworzenie treści cyfrowych poprzez dzielenie się historiami swojego życia za pomocą narzędzi do cyfrowego opowiadania historii i mediów społecznościowych. Inicjatywa ta zwiększa umiejętności cyfrowe, wspiera wyrażanie siebie oraz integrację społeczną. Projekt łączy osoby starsze z młodymi moderatorami, którzy wspólnie tworzą krótkie filmy, historie wizualne i narracje cyfrowe oparte na doświadczeniach życiowych seniorów. Ma on na celu wypełnienie luki pokoleniowej, zmniejszenie wykluczenia cyfrowego oraz promowanie kreatywności i dobrego samopoczucia emocjonalnego wśród starszych uczniów. Projekt, realizowany w kilku krajach europejskich, w tym w Portugalii (przez RUTIS), wykorzystuje ustrukturyzowaną, ale elastyczną metodologię, którą można łatwo dostosować do lokalnych warunków, takich jak ośrodki społeczne, uniwersytety dla seniorów i placówki kształcenia dorosłych.

Opis praktyki – min. 2000 znaków
1) Kontekst / Tło Jaka była początkowa potrzeba lub problem? Kto był grupą docelową? Czy było to częścią większego programu lub projektu?
W coraz bardziej cyfrowym społeczeństwie wiele osób starszych boryka się z wykluczeniem spowodowanym brakiem umiejętności cyfrowych, pewności siebie lub dostępu do odpowiednich możliwości nauki. Podczas gdy edukacja cyfrowa skupia się głównie na młodszych pokoleniach, osoby starsze są często pomijane, co prowadzi do cyfrowej przepaści, która wpływa nie tylko na ich dostęp do usług, ale także na uczestnictwo w życiu społecznym i wyrażanie siebie. Projekt *„Powrót do przyszłości – seniorzy jako guru cyfrowego storytellingu”* powstał w odpowiedzi na tę lukę poprzez stworzenie integracyjnego i wzmacniającego środowiska edukacyjnego, w którym osoby starsze mogłyby nabrać pewności siebie w korzystaniu z narzędzi cyfrowych, angażując się jednocześnie w

znaczącą, twórczą pracę. Inicjatywa koncentruje się na **cyfrowym storytellingu** – wykorzystaniu zdjęć, filmów, głosu i tekstu do tworzenia i dzielenia się osobistymi opowieściami.

Grupą docelową tej praktyki są:

- **osoby starsze**, zazwyczaj w wieku 60 lat i więcej, które mają ograniczone doświadczenie w zakresie technologii cyfrowych i pragną podnieść swoje kompetencje cyfrowe w odpowiedni, angażujący sposób;
- **Młodzi wolontariusze lub moderatorzy**, którzy pomagają seniorom w nauce obsługi narzędzi, tworząc platformę wzajemnej wymiany umiejętności i poglądów.

Projekt jest częścią międzynarodowego partnerstwa Erasmus+, w którym uczestniczą instytucje z kilku krajów europejskich, w tym **RUTIS** z Portugalii. Opiera się on na modelu uczenia się opartym na współpracy, w którym dzielenie się osobistymi historiami staje się narzędziem zarówno **wzmacniania umiejętności cyfrowych**, jak i **budowania więzi międzypokoleniowych**.

Kontekst jest zarówno społeczny, jak i edukacyjny: seniorzy uczą się korzystać ze smartfonów, tabletów i oprogramowania do nagrywania, edytowania i publikowania swoich historii, jednocześnie wzmacniając swoją samoocenę, kreatywność i poczucie przynależności do świata cyfrowego.

Projekt jest zazwyczaj realizowany w **nieformalnych placówkach edukacyjnych**, takich jak uniwersytety dla seniorów, lokalne stowarzyszenia lub ośrodki kultury, gdzie nauka opiera się na zainteresowaniach, doświadczeniu i uczestnictwie, a nie na formalnym programie nauczania czy ocenianiu.

2) **Cele**

Jakie były cele tej praktyki?
Co miało na celu poprawić lub zmienić?

Projekt *„Powrót do przyszłości – seniorzy jako guru cyfrowego opowiadania historii”* został zaprojektowany tak, aby połączyć integrację cyfrową z wzmocnieniem pozycji osobistej i kulturowej. Jego cele są zarówno technologiczne, jak i humanistyczne, skupiając się na kompetencjach cyfrowych, kreatywności i uczeniu się międzypokoleniowym.

Główne cele:

- **Podniesienie umiejętności cyfrowych wśród osób starszych** poprzez angażujące i celowe wykorzystanie technologii;
- **Umożliwienie seniorom dzielenia się historiami swojego życia** za pomocą narzędzi cyfrowych, wspierając wyrażanie siebie i budowanie dziedzictwa;

- **Promowanie uczenia się międzypokoleniowego** poprzez łączenie seniorów z młodymi wolontariuszami lub moderatorami w ramach wspólnego procesu uczenia się;
- **Zmniejszenie izolacji cyfrowej i społecznej**, pomagając osobom starszym poczuć się bardziej związanymi z otoczeniem i docenianymi w dzisiejszym cyfrowym świecie;
- **Zachęcanie do aktywnego starzenia się** poprzez udział w znaczących i kreatywnych działaniach;
- **Opracowanie dostępnych metodologii cyfrowego opowiadania historii**, które można powielać w różnych kontekstach edukacji dorosłych i społeczności lokalnych.

Zamiast skupiać się na abstrakcyjnych umiejętnościach, projekt ma na celu wykorzystanie cyfrowego opowiadania historii jako pomostu do nawiązania więzi, poczucia własnej wartości i kreatywności. Uczestnicy uczą się nie tylko obsługiwać urządzenia cyfrowe, ale także wykorzystywać je do czegoś, co naprawdę ma dla nich znaczenie: opowiadania swojej historii.

3) Realizacja / Metodologia

Jak krok po kroku realizowano tę praktykę?
Jakie działania lub metody zostały zastosowane?
Jak długo to trwało?

Projekt *„Powrót do przyszłości”* opiera się na praktycznym, kreatywnym i międzypokoleniowym podejściu. Jego struktura opiera się na praktycznych doświadczeniach edukacyjnych, które wspierają osoby starsze w stawaniu się cyfrowymi gawędziarzami pod okiem młodszych moderatorów lub edukatorów.

Wdrażanie krok po kroku:

1. **Rekrutacja uczestników**
   - Osoby starsze są zapraszane do udziału za pośrednictwem uniwersytetów dla seniorów (takich jak te w sieci RUTIS), lokalnych stowarzyszeń lub ośrodków kultury.
   - Do pomocy przy sesjach rekrutowani są młodzi moderatorzy (często wolontariusze lub studenci).
2. **Szkolenie prowadzących**
   - Facylitatorzy przechodzą podstawowe szkolenie z technik cyfrowego opowiadania historii, dynamiki uczenia się międzypokoleniowego oraz sposobów wspierania dorosłych uczniów.
3. **Warsztaty i kręgi opowieści**
   - Uczestnicy spotykają się w małych grupach lub parach, aby zgłębiać swoje historie życia i omawiać znaczące wydarzenia lub wspomnienia.
   - Kręgi opowieści służą dzieleniu się pomysłami, budowaniu zaufania i zaangażowania emocjonalnego przed rozpoczęciem pracy cyfrowej.
4. **Rozwój umiejętności cyfrowych**

- Seniorzy są wprowadzani w obsługę smartfonów, tabletów i bezpłatnych aplikacji multimedialnych (np. do nagrywania głosu, edycji zdjęć, montażu wideo).
- Zajęcia są dostosowane do poziomu umiejętności i tempa pracy każdej osoby, a nacisk kładziony jest na budowanie pewności siebie.

5. **Tworzenie opowieści**
   - Uczestnicy tworzą krótkie cyfrowe historie, łącząc obrazy, tekst, głos i muzykę.
   - Historie mogą obejmować pokazy slajdów ze słowem przewodnim, mini-dokumenty lub proste filmy z narracją.
6. **Udostępnianie i wystawa**
   - Gotowe historie są udostępniane w grupie, a jeśli uczestnicy wyrażą na to zgodę, prezentowane podczas wydarzeń społecznościowych lub publikowane na stronach internetowych projektu lub w mediach społecznościowych.
   - Ten ostatni etap zapewnia uczestnikom widoczność i uznanie dla ich pracy.
7. **Informacja zwrotna i refleksja**
   - Sesje kończą się wspólną refleksją zarówno seniorów, jak i prowadzących, podczas której omawiane są wyzwania, efekty uczenia się i rozwój osobisty.

Czas trwania i format

- Projekt jest zazwyczaj realizowany w cyklach trwających od 8 do 12 tygodni, przy czym odbywa się 1–2 sesje tygodniowo (każda trwająca od 1,5 do 2 godzin).
- Sesje odbywają się w nieformalnych, przyjaznych miejscach, takich jak uniwersytety trzeciego wieku, biblioteki lub lokalne przestrzenie kulturalne.

4) Wyniki / Efekty

Jakie były konkretne wyniki?

Jak praktyka wpłynęła na uczestników?

Projekt *„Powrót do przyszłości”* przyniósł znaczące i wielowarstwowe efekty, zarówno na poziomie indywidualnym, jak i społecznościowym. Jego wpływ wykracza poza nabycie umiejętności cyfrowych, obejmując transformację emocjonalną, społeczną i międzypokoleniową.

1. Poprawa kompetencji cyfrowych

- Seniorzy nauczyli się korzystać z urządzeń cyfrowych (smartfonów, tabletów) oraz podstawowych aplikacji do tworzenia treści multimedialnych.
- Uczestnicy nabrali pewności w korzystaniu z technologii do celów osobistych – robienia zdjęć, nagrywania notatek głosowych, przeglądania stron internetowych i udostępniania filmów.

2. Wzmocnienie pozycji poprzez wyrażanie siebie

- Osoby starsze stworzyły osobiste cyfrowe opowieści, które dały wyraz ich doświadczeniom, wspomnieniom i tożsamości.

6) Czynniki sukcesu

Co sprawiło, że praktyka była skuteczna lub innowacyjna?
Czy były jakieś wyjątkowe lub kreatywne elementy?

Sukces projektu *„Powrót do przyszłości”* polega na połączeniu cyfrowego wzmocnienia pozycji, kreatywności i solidarności międzypokoleniowej w ramach prostej, możliwej do powielenia struktury. Na skuteczność tej praktyki wpłynęło kilka kluczowych czynników:

1. Opowiadanie historii jako narzędzie motywujące

- Wykorzystanie osobistych historii jako głównej treści sprawiło, że nauka stała się dla osób starszych znacząca i angażująca emocjonalnie.
- Zamiast abstrakcyjnych zadań uczestnicy pracowali nad czymś głęboko osobistym i wartościowym.

2. Nauka przez praktykę

- Praktyczne ćwiczenia z wykorzystaniem prawdziwych narzędzi (smartfonów, tabletów, aplikacji) pozwoliły uczestnikom stopniowo nabrać pewności siebie i umiejętności.
- Błędy były częścią procesu, a eksperymentowanie było zachęcane.

3. Współpraca międzypokoleniowa

- Młodsi facylitatorzy wspierali seniorów w pełen szacunku i wzmacniający sposób, tworząc relacje oparte na empatii i cierpliwości.
- Ta dwustronna nauka przyniosła korzyści obu pokoleniom i wzmocniła więzi społeczne.

4. Elastyczne, nieformalne środowisko

- Nauka odbywała się w przyjaznych i dostępnych przestrzeniach społecznych (np. uniwersytetach trzeciego wieku, lokalnych ośrodkach), bez egzaminów i formalnych ocen.
- Sesje były dostosowane do tempa i poziomu komfortu uczestników.

5. Wyrażanie kultury i widoczność

- Opublikowanie cyfrowych opowieści w Internecie lub zaprezentowanie ich publicznie dało uczestnikom poczucie dumy i społecznej przydatności.
- Podważyło to stereotypy dotyczące starzenia się i pokazało osoby starsze jako aktywnych obywateli cyfrowych.

6. Współpraca europejska i zasoby

- Udział w projekcie Erasmus+ umożliwił dostęp do zasobów pedagogicznych, materiałów szkoleniowych oraz wsparcia ze strony innych uczestników z różnych krajów.
- Współpraca umożliwiła przetestowanie i udoskonalenie metodologii w wielu kontekstach.

7) Możliwość przeniesienia / Zalecenia

Czy praktykę tę można zastosować gdzie indziej?
Jakie warunki są potrzebne do pomyślnego wdrożenia?

Projekt *„Powrót do przyszłości”* można z łatwością przenieść na inne obszary kształcenia dorosłych i uczenia się w społecznościach lokalnych, zwłaszcza w przypadku pracy z osobami starszymi lub grupami międzypokoleniowymi. Prosta, niedroga metodologia i wartościowa treść sprawiają, że można go dostosować do różnych warunków w całej Europie i poza nią.

Dlaczego jest to możliwe:

- Wykorzystuje **powszechnie dostępne technologie** (smartfony, bezpłatne aplikacje) i nie wymaga specjalistycznej infrastruktury.
- **Model pedagogiczny jest elastyczny**, skupia się na opowiadaniu historii i można go dostosować do lokalnych języków, kultur i zainteresowań.
- Nacisk na **wzajemne uczenie się i edukację nieformalną** sprawia, że projekt nadaje się do różnorodnych środowisk, od uniwersytetów dla seniorów po biblioteki lub lokalne stowarzyszenia.

Warunki pomyślnego wdrożenia:

1. **Dostęp do moderatorów** – najlepiej młodych wolontariuszy lub studentów, którzy są cierpliwi, znają się na technologii cyfrowej i chcą uczyć się razem z seniorami.
2. **Bezpieczne i sprzyjające przestrzenie** – miejsca spotkań społeczności, w których uczestnicy czują się mile widziani i mają pewność siebie, by odkrywać narzędzia cyfrowe.
3. **Podejście oparte na opowiadaniu historii** – zobowiązanie do traktowania uczniów nie jako „stażystów”, ale jako narratorów i posiadaczy wiedzy.
4. **Podstawowy sprzęt cyfrowy** – smartfony lub tablety (osobiste lub wspólne), słuchawki oraz ewentualnie głośniki lub projektory do prezentacji opowieści.
5. **Czas i elastyczność** – sesje powinny przebiegać w tempie dostosowanym do uczniów, z poszanowaniem ich autonomii i indywidualnego rytmu.

Zalecenia:

- Zacznij od małej **grupy pilotażowej,** aby przetestować narzędzia i metody przed rozszerzeniem działania.
- Włącz **momenty refleksji i dzielenia się,** aby wzmocnić więzi społeczne.
- Jeśli to możliwe, **połącz historie z wydarzeniami rodzinnymi lub społecznymi**, dzięki czemu nauka stanie się bardziej widoczna i istotna.

Sukces projektu pokazuje, że nauka cyfrowa dla osób starszych może być radosna, ekspresyjna i mieć wpływ społeczny – o ile proces ten szanuje ich tożsamość i doświadczenie życiowe.

8) Wskazówki / porady dotyczące wdrożenia – opcjonalne

Listy kontrolne, lekcje lub porady dla osób pragnących wdrożyć tę praktykę.

Co-funded by the European Union

Na podstawie wdrożenia projektu *„Powrót do przyszłości”* oraz doświadczeń podzielonych przez organizacje partnerskie, oto praktyczne wskazówki dla osób pragnących wdrożyć lub dostosować tę praktykę:

Przed rozpoczęciem

- **Wybierz prowadzących**, **którzy mają** nie tylko wiedzę techniczną, ale też **świetne umiejętności interpersonalne** – cierpliwość i empatia są niezbędne.
- **Zrób mapę lokalnych zasobów**: sprawdź, jaki sprzęt jest dostępny (telefony, tablety), gdzie są dostępne miejsca i jacy są potencjalni partnerzy (ośrodki dla seniorów, gminy).
- **Przygotuj proste materiały szkoleniowe** z ilustracjami i instrukcjami krok po kroku, napisane dużą czcionką.

Praca z seniorami

- **Szanuj ich tempo** — powtarzanie i zapewnianie o wsparciu są kluczem do budowania pewności siebie.
- **Unikaj żargonu** — we wszystkich instrukcjach używaj prostego języka i przykładów, z którymi uczestnicy mogą się utożsamić.
- **Ciesz się z małych sukcesów** – dla wielu uczniów ukończenie nagrania lub zapisanie pliku to duży krok naprzód.

Kwestie techniczne

- Korzystaj z **bezpłatnych i intuicyjnych aplikacji**, takich jak Google Photos (do pokazów slajdów), Canva (do tworzenia materiałów wizualnych) lub aplikacji do nagrywania głosu i prostej edycji wideo.
- Zawsze **przed każdą sesją** sprawdź **sprzęt**, upewniając się, że urządzenia są naładowane, a Wi-Fi działa.
- Rozważ przygotowanie z wyprzedzeniem **przykładowych historii,** aby pokazać, jakie są możliwości.

Zrównoważony rozwój

- Zachęcaj uczestników do **dalszego tworzenia opowieści po zakończeniu projektu**, na przykład poprzez nieformalne grupy lub kluby opowiadania historii.
- Przeszkol lokalny personel lub wolontariuszy w zakresie **powielania tej metody**, zapewniając, że wiedza zostanie zachowana po zakończeniu wdrożenia.

Wykorzystaj wydarzenia publiczne do **zaprezentowania historii** – zwiększa to świadomość i docenia wysiłki uczestników.

9) Wnioski – opcjonalnie

Największe niespodzianki, przeszkody lub kluczowe wnioski podczas wdrażania.

Projekt *„Powrót do przyszłości”* dostarczył kilku kluczowych spostrzeżeń podczas wdrażania w różnych krajach i społecznościach. Wnioski te pomogły udoskonalić metodologię i podkreślić ważne kwestie, które należy wziąć pod uwagę podczas pracy z osobami starszymi w kontekście cyfrowym.

1. Osobiste znaczenie napędza motywację

Osoby starsze chętniej angażują się w naukę cyfrową i wytrwale ją kontynuują, gdy zadanie ma dla nich osobiste znaczenie – opowiadanie własnej historii buduje emocjonalne zaangażowanie i poczucie dumy, znacznie bardziej niż ogólne szkolenia techniczne.

2. Dynamika międzypokoleniowa wymaga wskazówek

Chociaż współpraca między młodymi i starszymi uczestnikami jest wzbogacająca, ważne jest, aby przygotować obie strony do pełnej szacunku i wsparcia interakcji. Stereotypy związane z wiekiem i luki w pewności siebie w zakresie technologii cyfrowych można zmniejszyć dzięki cierpliwości i ustrukturyzowanej refleksji.

3. Drobne problemy techniczne mogą stanowić duże przeszkody

Zapomniane hasła, słabe Wi-Fi lub frustracja związana z ekranem dotykowym mogą szybko zniechęcić uczniów. Aby utrzymać zaangażowanie, niezbędne jest zapewnienie prostych rozwiązań technicznych, drukowanych przewodników i praktycznego wsparcia.

4. Uczestnicy potrzebują czasu i przestrzeni do refleksji

Opowiadanie historii to nie tylko kwestia techniczna — to także kwestia emocjonalna. Niektórzy seniorzy mogą powracać do trudnych wspomnień lub wahać się przed publicznym dzieleniem się nimi. Zapewnienie przestrzeni do prywatnej refleksji, dyskusji i bezpieczeństwa emocjonalnego ma kluczowe znaczenie.

5. Nie wszyscy uczestnicy chcą być „online”

Niektórzy uczniowie wolą zachować swoje historie dla siebie lub w kręgu rodziny. Szanowanie tego wyboru jest ważne i pokazuje, że integracja cyfrowa nie oznacza publicznego ujawniania informacji, chyba że jest to dobrowolny wybór.

Te wnioski potwierdzają, że edukacja dorosłych, zwłaszcza osób starszych, musi łączyć technologię z empatią, strukturę z elastycznością oraz naukę z godnością.

10) Zdjęcia ilustrujące opisaną praktykę

Proszę dołączyć co najmniej 3 zdjęcia związane z opisaną dobrą praktyką

Co-funded by the European Union

PROFIL GABINETU – LISTA KONTROLNA KLASYFIKACJI *Proszę zaznaczyć wszystkie kategorie, które odnoszą się do opisanego przez Państwa gabinetu. Można wybrać więcej niż jedną opcję.*

RODZAJ METODY	
☒	Uczenie się przez praktykę
☒	**UCZENIE SIĘ MIĘDZYPOKOLENIOWE**
☒	Uczenie się w społeczności lokalnej
☒	Uczenie się cyfrowe / mieszane
☒	Uczenie się od rówieśników
☒	Mentoring / coaching
☐	Podejścia kulturowe / kreatywne
☒	Współpraca / partnerstwo
☐	Inne (proszę określić):
GRUPA DOCELOWA	
☐	Dorośli o niskich kwalifikacjach
☐	Osoby nieuczące się, niepracujące i nieuczestniczące w szkoleniach (NEET)
☐	Migranci / uchodźcy
☐	Osoby starsze
☐	Kobiety
☐	Osoby niepełnosprawne
☐	Inne grupy szczególnie wrażliwe
☒	Ogólna populacja dorosłych
ŚRODOWISKO NAUKI	
☐	Formalne
☒	Nieformalne
☐	Nieformalne
ROZWIJANE UMIEJĘTNOŚCI / KOMPETENCJE	
☐	Umiejętność czytania i pisania (czytanie, pisanie, rozumienie tekstu)
☐	Umiejętność liczenia (matematyka, logiczne myślenie))
☒	Umiejętności cyfrowe
☐	STEM (nauki ścisłe, technologia, inżynieria, matematyka)
☒	Kompetencje osobiste, społeczne i umiejętność uczenia się
☒	Kompetencje obywatelskie
☒	Przedsiębiorczość

☐	Świadomość kulturowa i ekspresja
☐	Umiejętności językowe
☒	Umiejętności związane z pracą / zawodowe
☐	Kompetencje ekologiczne
☐	Inne (proszę określić):
POTENCJALNI UŻYTKOWNICY	
☒	Nauczyciele / wychowawcy
☐	Pracownicy administracyjni
☒	Kierownictwo szkoły / ośrodka
☐	Decydenci polityczni / administracja publiczna
☐	Organizacje pozarządowe / organizacje społeczne
☐	Inne (proszę określić):

Słownik kategorii (objaśnienia pozycji z listy kontrolnej)

Rodzaj praktyki

- Uczenie się przez działanie – nauka poprzez praktyczne działania, metody oparte na ćwiczeniach, takie jak warsztaty lub rzeczywiste zadania.
- Uczenie się międzypokoleniowe – działania, w których uczestnicy z różnych grup wiekowych uczą się od siebie nawzajem.
- Uczenie się w społeczności – uczenie się, które odbywa się w lokalnej społeczności, często poprzez zaangażowanie w życie społeczne.
- Uczenie się cyfrowe / mieszane – edukacja z wykorzystaniem narzędzi cyfrowych (online) lub połączenie metod online i bezpośrednich.
- Uczenie się rówieśnicze – uczenie się wśród uczestników o podobnym statusie lub doświadczeniu, wspierających się nawzajem.
- Mentoring / coaching – indywidualne wsparcie ze strony osoby bardziej doświadczonej, mające na celu pomoc w nauce i rozwoju osobistym.
- Podejścia kulturowe / kreatywne – wykorzystanie sztuki, muzyki, teatru, opowiadania historii itp. jako narzędzi edukacyjnych.
- Współpraca / partnerstwo – praktyki obejmujące współpracę między organizacjami lub grupami.
- Inne (proszę określić) – wszelkie inne metody niewymienione powyżej.

Grupa docelowa

- Dorośli o niskich kwalifikacjach – osoby dorosłe o niskim poziomie wykształcenia formalnego lub podstawowych umiejętnościach.
- Osoby z grupy NEET – osoby nieuczące się, niepracujące ani nieuczestniczące w szkoleniach (często młodzi dorośli).
- Migranci / uchodźcy – osoby, które przybyły z innego kraju i często borykają się z trudnościami związanymi z integracją.

- Osoby starsze – osoby dorosłe w wieku 65 lat i starsze
- Kobiety – działania skierowane konkretnie do potrzeb kobiet.
- Osoby niepełnosprawne – osoby z niepełnosprawnością fizyczną, sensoryczną, intelektualną lub psychiczną.
- Inne grupy szczególnie wrażliwe – grupy zagrożone wykluczeniem (np. długotrwale bezrobotni, osoby bezdomne).
- Ogólna populacja dorosłych – przeciętni dorośli niebędący w żadnej z powyższych kategorii.

Środowisko uczenia się

- Formalne – nauka w ramach oficjalnych systemów edukacyjnych, certyfikowane kursy (np. szkoły, uczelnie).
- Nieformalne – zorganizowana nauka poza systemem formalnym (np. warsztaty, szkolenia społecznościowe).
- Nieformalne – nauka poprzez codzienne doświadczenia, bez ustrukturyzowanego kursu (np. wolontariat, rodzina).

Rozwijane umiejętności / kompetencje

- Umiejętność czytania i pisania – czytanie, pisanie i rozumienie tekstów (w tym tekstów funkcjonalnych, takich jak formularze).
- Umiejętność liczenia – stosowanie matematyki i logicznego rozumowania.
- Umiejętności cyfrowe – korzystanie z narzędzi cyfrowych, np. tworzenie CV, narzędzia internetowe, platformy internetowe.
- STEM – nauka, technologia, inżynieria i matematyka.
- Kompetencje osobiste, społeczne i związane z uczeniem się – samoświadomość, motywacja, praca zespołowa, umiejętności uczenia się przez całe życie.
- Kompetencje obywatelskie – aktywne obywatelstwo, zrozumienie demokracji i odpowiedzialności społecznej.
- Przedsiębiorczość – kreatywność, innowacyjność, zarządzanie projektami, podejmowanie ryzyka.
- Świadomość kulturowa i ekspresja – docenianie i tworzenie treści kulturowych (np. sztuka, muzyka).
- Umiejętności językowe – zdolność do komunikowania się w jednym lub kilku językach obcych.
- Umiejętności związane z pracą / zawodowe – praktyczne umiejętności przydatne w konkretnych zawodach lub profesjach.
- Kompetencje ekologiczne – wiedza i zachowania wspierające zrównoważony rozwój i troskę o środowisko.
- Inne – wszelkie inne rozwinięte umiejętności (proszę określić).

Potencjalni użytkownicy – grupy, które mogłyby odnieść korzyści ze stosowania, dostosowywania lub czerpania inspiracji z tej praktyki w swoim środowisku pracy.

Uwaga: Kategorie te są zgodne z ramami UE, takimi jak „Kluczowe kompetencje w procesie uczenia się przez całe życie” (2018), „Plan działania w zakresie umiejętności podstawowych” (2025) oraz „Przewodnik po programie Erasmus+ 2025 – Słowniczek”.

Co-funded by
the European Union

This document was created under the Creative Commons license:

Attribution-Non-Commercial-Share Alike (CC BY-NC-SA).

All or part of this document may be used, copied, and disclosed provided that the origin is mentioned, it is not used commercially, and its license is not modified.

All rights reserved.

© Copyright 2024 XXI Adults

Co-funded by the European Union