Nr ref.: 2024-1-ES01-KA220-ADU-000245715

XXIAdults

# Dostosowanie systemu kształcenia dorosłych do XXI wieku

## Szablon dobrych praktyk

Co-funded by the European Union

| **Nazwa dobrej praktyki** |
| --- |
| *FabLab Gdańsk wspierany przez Orange* |
| **Podsumowanie praktyki**<br>Krótkie, łatwe do zrozumienia streszczenie: Czym jest ta praktyka, dla kogo i w jakim celu? |
| FabLab Gdańsk powered by Orange to otwarta i bezpłatna przestrzeń edukacyjna, która oferuje dorosłym uczniom możliwość rozwijania praktycznych umiejętności w takich dziedzinach, jak druk 3D, projektowanie CAD, elektronika i obróbka drewna. Opierając się na podejściu „uczenia się przez działanie", praktyka ta umożliwia uczestnikom naukę poprzez tworzenie i eksperymentowanie, niezależnie od ich dotychczasowego doświadczenia z technologią.<br><br>Głównym celem jest podniesienie kompetencji cyfrowych, technicznych i społecznych, wspieranie zaangażowania lokalnej społeczności oraz zmniejszenie wykluczenia edukacyjnego i cyfrowego. Praktyka skierowana jest do ogółu dorosłej populacji Gdańska, w tym osób powracających na rynek pracy, osób starszych, kobiet oraz wszystkich zainteresowanych kreatywnym wykorzystaniem nowoczesnych technologii. |

| **Opis praktyki – min. 2000 znaków** |
| --- |
| **1) Kontekst / Tło**<br>Jaka była początkowa potrzeba lub problem?<br>Kto był grupą docelową?<br>Czy było to częścią większego programu lub projektu? |
| Powstanie *FabLabu Gdańsk powered by Orange* było odpowiedzią na rosnące zapotrzebowanie na otwarty, integracyjny dostęp do edukacji technologicznej i narzędzi cyfrowych wśród osób w każdym wieku – zwłaszcza dorosłych, którzy wcześniej byli pozbawieni takich możliwości. W szybko zmieniającym się świecie pracy i technologii wielu dorosłych napotyka bariery związane z brakiem doświadczenia, pewności siebie lub dostępu do narzędzi i szkoleń. Należą do nich osoby starsze, kobiety powracające na rynek pracy, osoby bezrobotne oraz osoby o niskich lub przestarzałych umiejętnościach technicznych.<br><br>Grupą docelową *FabLabu* jest ogólna populacja dorosłych mieszkańców Gdańska i okolic, a w szczególności osoby pragnące zdobyć praktyczne doświadczenie w zakresie narzędzi cyfrowej produkcji, takich jak drukarki 3D, frezarki CNC czy wycinarki laserowe, a także osoby zainteresowane elektroniką, obróbką drewna lub projektowaniem cyfrowym.<br><br>*FabLab Gdańsk* jest częścią szerszej europejskiej i globalnej sieci *FabLabów* – miejsc działających zgodnie z Kartą Fab, zbiorem wspólnych zasad zainicjowanych przez MIT (Massachusetts Institute of Technology) w |

celu promowania otwartego dostępu do cyfrowej produkcji. *FabLaby* istnieją w ponad 100 krajach i opierają się na idei, że każdy powinien być w stanie „wytworzyć (prawie) wszystko" przy pomocy narzędzi cyfrowych. Ruch ten wspiera innowacje, naukę poprzez praktykę oraz zaangażowanie społeczności.

W Polsce *FabLab Gdańsk* powstał w ramach programu *FabLab powered by Orange*, który rozpoczął się w Warszawie, a w 2019 roku został rozszerzony na Gdańsk dzięki współpracy Fundacji Orange, Miasta Gdańska oraz Stowarzyszenia FabLab Gdańsk. Gdańskie laboratorium stało się jedną z pierwszych regionalnych realizacji tego szeroko zakrojonego programu, dostosowując międzynarodową koncepcję FabLab do potrzeb lokalnej społeczności i kładąc silny nacisk na kształcenie dorosłych oraz międzypokoleniowe.

2) **Cele**

Jakie były cele tej inicjatywy?

Co miało na celu poprawić lub zmienić?

Głównym celem *FabLab Gdańsk powered by Orange* jest wspieranie edukacji dorosłych i integracji społecznej poprzez otwarty dostęp do nowoczesnych narzędzi cyfrowej produkcji oraz praktyczne doświadczenia edukacyjne. Praktyka ma na celu wzmocnienie pozycji jednostek poprzez pomoc w rozwijaniu praktycznych umiejętności, które są istotne w dzisiejszej cyfrowej i kreatywnej gospodarce.

W szczególności cele tej inicjatywy obejmują:

1. Podnoszenie kompetencji cyfrowych i technicznych wśród dorosłych uczniów, w tym w zakresie modelowania 3D, elektroniki, cięcia laserowego, frezowania CNC oraz korzystania z oprogramowania do projektowania (CAD).
2. Zapewnienie integracyjnych i dostępnych możliwości uczenia się dla dorosłych, którzy mogą nie uczestniczyć w formalnej edukacji – w tym osób starszych, kobiet, osób poszukujących pracy oraz osób z grup niedostatecznie reprezentowanych.
3. Promowanie „uczenia się przez działanie" i kreatywnego rozwiązywania problemów poprzez aktywne uczenie się oparte na projektach.
4. Wspieranie zaangażowania społeczności i współpracy poprzez tworzenie przestrzeni, w której ludzie mogą się spotykać, dzielić wiedzą i wspólnie pracować nad projektami.
5. Zmniejszanie przepaści cyfrowej poprzez oferowanie bezpłatnego dostępu do nowoczesnych narzędzi i szkoleń, niezależnie od wieku, pochodzenia czy wcześniejszego doświadczenia.
6. Wspieranie kreatywności i innowacji poprzez zachęcanie do eksperymentowania oraz realizacji projektów indywidualnych lub grupowych.
7. Przyczynianie się do uczenia się przez całe życie poprzez edukację nieformalną, która promuje ciekawość, pewność siebie i ciągły rozwój.

Podsumowując, praktyka ta ma na celu poprawę dostępu dorosłych do technologii i szkoleń z zakresu umiejętności, stworzenie przyjaznego i sprzyjającego rozwojowi środowiska edukacyjnego oraz zbudowanie lokalnej społeczności twórców, w której każdy czuje się akceptowany i zainspirowany do nauki.

**3) Wdrożenie / Metodologia**

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

Wdrożenie *FabLab Gdańsk powered by Orange* opierało się na dostosowaniu międzynarodowego modelu FabLab do potrzeb lokalnej społeczności. Proces ten został przeprowadzony we współpracy między Fundacją Orange, Miastem Gdańsk oraz Stowarzyszeniem FabLab Gdańsk i składał się z kilku kluczowych etapów:

Wdrażanie krok po kroku:

1. Nawiązanie partnerstw i zapewnienie lokalizacji
   Miasto Gdańsk udostępniło odpowiednią powierzchnię przy ulicy Dolnej Bramie 8 w ramach swojego Centrum Obywatelskiego. Fundacja Orange oraz Stowarzyszenie FabLab Gdańsk uzgodniły, że będą wspólnie rozwijać i prowadzić laboratorium, opierając się na sukcesie warszawskiego FabLabu.
2. Adaptacja i wyposażenie przestrzeni
   Obiekt został wyremontowany i dostosowany do potrzeb nowoczesnego laboratorium produkcyjnego. Wyposażono go w narzędzia, takie jak drukarki 3D, wycinarka laserowa, frezarki CNC, stanowiska elektroniczne oraz oprogramowanie do projektowania cyfrowego. Przestrzeń podzielono na strefy funkcjonalne: prototypowanie, elektronika/3D, obróbka drewna oraz otwarta przestrzeń coworkingowa.
3. Rekrutacja i szkolenie personelu
   Zatrudniono zespół edukatorów, mentorów i techników, którzy mieli wspierać uczniów i prowadzić warsztaty. Personel posiadał doświadczenie w zakresie cyfrowej produkcji oraz przeszkolenie w zakresie otwartej, integracyjnej edukacji dorosłych.
4. Opracowanie oferty edukacyjnej
   Opracowano elastyczny program bezpłatnych warsztatów i szkoleń, skierowany do osób dorosłych i dostosowany do różnych poziomów doświadczenia. Tematyka obejmowała modelowanie 3D (Tinkercad, Fusion 360), elektronikę, programowanie Arduino, obróbkę drewna oraz projektowanie do cięcia laserowego.
5. Uruchomienie otwartego dostępu i zaangażowanie społeczności
   Laboratorium zostało otwarte w połowie 2019 roku. Oprócz zorganizowanych warsztatów wprowadzono dni otwarte laboratorium oraz sesje mentorskie. Dzięki temu dorośli mogą korzystać ze sprzętu do realizacji projektów indywidualnych lub grupowych, konsultować się z ekspertami oraz nawiązywać kontakty z innymi osobami.
6. Utrzymanie i rozszerzenie działalności

Laboratorium nadal działa w modelu hybrydowym: zaplanowane warsztaty, indywidualne mentoringi i czas otwartego dostępu. Regularnie organizowane są wydarzenia i projekty społecznościowe, wspierające aktywizację społeczną i nieformalne uczenie się.

Cały proces wdrożenia – od nawiązania współpracy po otwarcie dla publiczności – trwał około roku (2018–2019). Działania edukacyjne trwają od lipca 2019 r. i są regularnie aktualizowane oraz rozszerzane, aby sprostać zmieniającym się potrzebom społeczności.

**4) Wyniki / Efekty**

Jakie były konkretne wyniki?
Jak praktyka wpłynęła na uczestników?

Od momentu otwarcia w 2019 r. *FabLab Gdańsk powered by Orange* wywarł znaczący wpływ na dorosłych uczniów i szerszą społeczność lokalną. Setki dorosłych wzięło udział w bezpłatnych warsztatach poświęconych drukowaniu 3D, projektowaniu cyfrowemu, elektronice, stolarstwu i technologii CNC. Warsztaty te nie tylko pomogły uczestnikom zdobyć cenne umiejętności praktyczne, ale także zwiększyły ich pewność siebie w pracy z nowoczesnymi narzędziami i oprogramowaniem.

Wielu użytkowników skorzystało z modelu otwartego dostępu do laboratorium, wykorzystując przestrzeń i sprzęt do realizacji projektów indywidualnych lub grupowych, takich jak budowa mebli, opracowywanie prototypów czy kreatywne naprawy – często po raz pierwszy w życiu. Dzięki takiemu podejściu *FabLab Gdańsk* przyczynił się do zmniejszenia wykluczenia cyfrowego, docierając do osób, które wcześniej nie miały dostępu do takich możliwości, w tym osób starszych, kobiet oraz osób o ograniczonych zasobach edukacyjnych lub finansowych.

Laboratorium odegrało również ważną rolę w budowaniu silnej, integracyjnej społeczności twórców i uczących się. Uczestnicy często wymieniają się wiedzą, współpracują ponad podziałami pokoleniowymi i środowiskowymi oraz znajdują motywację do dalszej nauki poza formalnymi strukturami. Wielu z nich zgłasza wzrost pewności siebie, kreatywności oraz silniejsze poczucie sprawczości w kształtowaniu własnych ścieżek edukacyjnych lub powrocie na rynek pracy.

Poza bezpośrednimi korzyściami dla poszczególnych osób, praktyka ta zyskała uznanie jako skuteczny model nieformalnej edukacji dorosłych. Pokazuje ona, w jaki sposób współpraca między organizacjami pozarządowymi, fundacjami i instytucjami miejskimi może zaowocować powstaniem dostępnego, zrównoważonego i innowacyjnego środowiska edukacyjnego. *FabLab Gdańsk* nadal się rozwija, dostosowuje do potrzeb swoich użytkowników i zapewnia przyjazną przestrzeń dla dorosłych zainteresowanych technologiami cyfrowymi i kreatywnymi eksperymentami.

**5) Historie uczestników – opcjonalnie**

Krótkie cytaty, osobiste refleksje lub doświadczenia uczestników

Czy praktyka ta może być wykorzystana gdzie indziej?
Jakie warunki są potrzebne do pomyślnego wdrożenia?

Model wdrożony przez FabLab Gdańsk powered by Orange jest wysoce przenośny i sprawdził się już w wielu częściach świata. FabLaby istnieją na prawie każdym kontynencie i działają w oparciu o wspólną filozofię określoną w globalnej Karcie Fab, opracowanej pierwotnie w Massachusetts Institute of Technology (MIT). Karta ta zachęca do otwartego dostępu do narzędzi cyfrowej produkcji, uczenia się od innych oraz innowacji poprzez tworzenie.

Dzięki tym wspólnym ramom podstawowa idea FabLabów – uczenie się poprzez praktykę w otwartym, praktycznym środowisku – może być dostosowana do szerokiego zakresu lokalnych kontekstów, w tym centrów miejskich, obszarów wiejskich, szkół, bibliotek czy ośrodków społecznościowych. Chociaż każdy FabLab odzwierciedla potrzeby swojej społeczności, wszystkie mają wspólny cel, jakim jest zapewnienie dostępu do wiedzy, narzędzi i możliwości twórczych.

Aby z powodzeniem wdrożyć praktykę podobną do FabLab w innym miejscu, należy spełnić kilka kluczowych warunków:

1. Wydzielona przestrzeń fizyczna, którą można bezpiecznie dostosować do przechowywania narzędzi cyfrowych i prowadzenia warsztatów twórczych;
2. Dostęp do podstawowego sprzętu do cyfrowej produkcji (takiego jak drukarki 3D, wycinarki laserowe lub zestawy elektroniczne);
3. Wykwalifikowany personel lub mentorzy, którzy nie tylko posiadają umiejętności techniczne, ale także potrafią wspierać uczniów w sposób integracyjny i nieformalny;
4. Silne partnerstwa między władzami lokalnymi, organizacjami pozarządowymi, instytucjami edukacyjnymi oraz prywatnymi sponsorami lub fundacjami;
5. Elastyczny, zorientowany na społeczność program, który zachęca dorosłych do nauki we własnym tempie, w oparciu o ich zainteresowania i potrzeby.

*FabLab Gdańsk* pokazuje, że nawet stosunkowo niewielkie inicjatywy – o ile opierają się na współpracy i wspólnych wartościach – mogą mieć znaczący i trwały wpływ na kształcenie dorosłych. Zaleca się, aby przyszłe wdrożenia również zwracały szczególną uwagę na dostępność, różnorodność osób uczących się oraz długoterminową stabilność przestrzeni.

**8) Wskazówki / porady dotyczące wdrożenia – opcjonalne**

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

Na podstawie doświadczeń *FabLab Gdańsk powered by Orange* można wyciągnąć kilka przydatnych wniosków i praktycznych zaleceń dla organizacji lub instytucji, które chcą wdrożyć podobną praktykę:

1. Zacznij od małych kroków i rozwijaj się wraz ze społecznością.
   Nie potrzebujesz od razu dużego, w pełni wyposażonego obiektu. Zacznij od podstawowych narzędzi (np. drukarki 3D, zestawów elektronicznych, prostego oprogramowania) i stopniowo rozszerzaj ofertę w oparciu o zainteresowania uczestników i lokalne potrzeby.
2. Buduj silne lokalne partnerstwa.
   Współpraca między organizacjami pozarządowymi, władzami lokalnymi i partnerami prywatnymi (takimi jak fundacje lub przedsiębiorstwa) ma kluczowe znaczenie dla zapewnienia dostępu do przestrzeni, finansowania i długoterminowego wsparcia.
3. Spraw, aby przestrzeń była naprawdę integracyjna.
   Stwórz przyjazną atmosferę, wolną od osądów. Wielu dorosłych uczniów może czuć się niepewnie lub niedoświadczone – zaprojektuj swoją ofertę tak, aby była dostępna zarówno dla początkujących, jak i bardziej zaawansowanych użytkowników.
4. Skup się na nauce przez praktykę.
   Dorośli czerpią największe korzyści, gdy uczą się poprzez tworzenie, a nie słuchanie. Oferuj warsztaty oparte na projektach oraz czas w otwartym laboratorium, gdzie uczestnicy mogą odkrywać w swoim własnym tempie.
5. Zapewnij wsparcie, a nie tylko sprzęt.
   Dostęp do narzędzi to za mało. Mentorzy lub nauczyciele powinni być dostępni, aby wspierać, inspirować i odpowiadać na pytania – zwłaszcza w przypadku osób korzystających z nich po raz pierwszy.
6. Stale dostosowuj swój program.
   Regularnie zbieraj opinie i zachowaj elastyczność. Najbardziej skuteczne FabLaby reagują na zmieniające się potrzeby i pomysły lokalnej społeczności.
7. Zachęcaj do wzajemnego uczenia się i dzielenia się.
   Zachęcaj uczestników do wzajemnej pomocy, prezentowania swoich projektów i wymiany umiejętności. Wzmacnia to zarówno motywację, jak i poczucie wspólnoty.

Postępując zgodnie z tymi wskazówkami, organizacje mogą tworzyć tętniące życiem przestrzenie edukacyjne, które wzmacniają pozycję dorosłych, wspierają kreatywność i promują uczenie się przez całe życie poprzez tworzenie.

**9) Wnioski – opcjonalnie**

Największe niespodzianki, przeszkody lub kluczowe wnioski podczas wdrażania.

**10) Zdjęcia ilustrujące opisaną praktykę**

| Proszę dołączyć co najmniej 3 zdjęcia związane z opisaną dobrą praktyką |
| --- |
| |

**PROFIL PRAKTYKI – LISTA KONTROLNA KLASYFIKACJI**

*Proszę zaznaczyć wszystkie kategorie, które odnoszą się do opisanej praktyki. Można wybrać więcej niż jedną.*

| | RODZAJ PRAKTYKI |
| --- | --- |
| ☒ | Uczenie się przez praktykę |
| ☒ | Uczenie się międzypokoleniowe |
| ☒ | Uczenie się w społeczności |
| ☒ | Nauka cyfrowa / mieszana |
| ☒ | 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 z niepełnosprawnościami |
| ☐ | Inne grupy szczególnie narażone |
| ☒ | Ogólna populacja dorosłych |
| | ŚRODOWISKO EDUKACYJNE |
| ☐ | Formalne |
| ☒ | Nieformalne |
| ☒ | Nieformalne |
| | ROZWIJANE UMIEJĘTNOŚCI / KOMPETENCJE |
| ☐ | Umiejętność czytania, pisania i rozumienia tekstu |

Co-funded by the European Union

| | |
|---|---|
| ☐ | Umiejętności matematyczne (matematyka, logiczne myślenie) |
| ☒ | Umiejętności cyfrowe |
| ☒ | STEM (nauki ścisłe, technologia, inżynieria, matematyka) |
| ☐ | 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 / Administracja publiczna |
| ☒ | Organizacje pozarządowe / organizacje społeczne |
| ☐ | Inne (proszę określić): |

**Słownik kategorii (wyjaśnienie pozycji listy kontrolnej)**

**Rodzaj praktyki**

- Uczenie się przez działanie – uczenie się poprzez praktyczne działania, metody oparte na praktyce, takie jak warsztaty lub rzeczywiste zadania.
- Uczenie się międzypokoleniowe – działania angażujące uczestników z różnych grup wiekowych, którzy 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, którzy wspierają 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 uczenia się.
- Współpraca / partnerstwo – praktyki obejmujące współpracę między organizacjami lub grupami.
- Inne (proszę określić) – każda inna metoda niewymieniona powyżej.

**Grupa docelowa**

- Dorośli o niskich kwalifikacjach – dorośli o niskim poziomie wykształcenia formalnego lub podstawowych umiejętnościach.
- Osoby 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 w wieku 65+
- Kobiety – praktyki ukierunkowane konkretnie na potrzeby kobiet.
- Osoby z niepełnosprawnościami – osoby z niepełnosprawnościami fizycznymi, sensorycznymi, intelektualnymi lub psychicznymi.
- Inne grupy szczególnie wrażliwe – grupy zagrożone wykluczeniem (np. długotrwale bezrobotni, osoby bezdomne).
- Ogólna populacja dorosłych – przeciętni dorośli nie należący do konkretnych kategorii.

**Środowisko uczenia się**

- Formalne – nauka w ramach oficjalnych systemów edukacyjnych, certyfikowane kursy (np. szkoły, uniwersytety).
- Nieformalne – zorganizowane uczenie się poza systemem formalnym (np. warsztaty, szkolenia społecznościowe).
- Nieformalne – uczenie się 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).
- Umiejętności matematyczne – stosowanie matematyki i logicznego rozumowania.
- Umiejętności cyfrowe – korzystanie z narzędzi cyfrowych, np. tworzenie CV, narzędzia internetowe, platformy internetowe.
- STEM – nauka, technologia, inżynieria i matematyka.
- Umiejętności 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 porozumiewania 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 kontekście zawodowym.

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

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