STOWARZYSZENIE WARKA

Stowarzyszenie W.A.R.K.A.
ul. Warszawska 45, 05-660 Warka
tel. 504-968-412, www.stowarzyszeniewarka.pl
Przekaż 1,5% podatku - KRS 0000160318
BS Warka 61 9154 0005 2001 0098 3361 0001

Zaproszenie na bezpłatne szkolenie „Urząd przyjazny seniorom”

Termin: 30 marca 2026 r.
Miejsce:
Godziny: 08:00–15:00

Warunki uczestnictwa

Udział w szkoleniu jest **bezpłatny**, jednak wymaga wcześniejszego zgłoszenia oraz złożenia kompletu dokumentów rekrutacyjnych:

1. **Formularz zgłoszeniowy** (wraz z deklaracją uczestnictwa),
2. **Załączniki dot. RODO** (1a i 1b),
3. **Zaświadczenie o zatrudnieniu w JST** – wystawione przez pracodawcę
4. **Potwierdzenie zamieszkiwania na terenie powiatu grójeckiego**

Zgłoszenie:

Dokumenty należy przesłać w terminie **do 20 marca** w jednej z poniższych form:

- osobiście w Biurze projektu (ul. Warszawska 45, 05-660 Warka),
- pocztą tradycyjną lub kurierską, (decyduje data wpływu)
- skanem e-mailem na adres: **warka@stowarzyszeniewarka.pl** (wymagany podpis elektroniczny) lub dostarczenie oryginał z podpisem najpóźniej w dniu rozpoczęcia udziału w projekcie)

Ocena zgłoszeń prowadzona będzie sukcesywnie, do dnia poprzedzającego szkolenie. Kandydaci zostaną poinformowani o zakwalifikowaniu drogą mailową lub telefonicznie.

W przypadku pytań pozostajemy do dyspozycji:
📧 warka@stowarzyszeniewarka.pl
📞 504 968 412

Szkolenie organizowane przez Stowarzyszenie W.A.R.K.A. w ramach projektu *„Włączamy seniorów z grójeckiego”*, współfinansowanego ze środków Unii Europejskiej (EFS+).

Fundusze Europejskie dla Mazowsza | Rzeczpospolita Polska | Dofinansowane przez Unię Europejską | Mazowsze. serce Polski

Stowarzyszenie W.A.R.K.A.
ul. Warszawska 45, 05-660 Warka
tel. 504-968-412, www.stowarzyszeniewarka.pl
Przekaż 1,5% podatku - KRS 0000160318
BS Warka 61 9154 0005 2001 0098 3361 0001

PROGRAM

Organizator: Stowarzyszenie W.A.R.K.A.

Termin: 30 marca 2026, godz. 08.00 – 15.00

Tytuł: Urząd Przyjazny seniorom- doświadczenie z symulatorem starości

Opis szkolenia:

W obliczu starzejącego się społeczeństwa i rosnącej liczby osób starszych korzystających z usług publicznych, kluczowe staje się dostosowanie jakości obsługi do ich potrzeb. Szkolenie „Urząd przyjazny seniorom" zostało zaprojektowane tak, aby połączyć wiedzę merytoryczną, rozwój kompetencji komunikacyjnych oraz praktyczne doświadczenie starości poprzez symulator.

Uczestnicy nauczą się, jak świadomie unikać przejawów ageizmu, jak komunikować się z empatią i szacunkiem oraz jak organizować przestrzeń i procedury w urzędzie tak, aby były przyjazne osobom w wieku senioralnym. Dzięki części warsztatowej i ćwiczeniom symulacyjnym zdobędą umiejętności, które mogą natychmiast wdrożyć w swojej codziennej pracy.

Korzyści dla uczestników

- Świadomość – zrozumienie procesu starzenia się i jego konsekwencji dla funkcjonowania seniorów.
- Empatia i doświadczenie – dzięki symulatorowi starości uczestnicy doświadczą, jak wygląda codzienność osób starszych.
- Umiejętności komunikacyjne – nauka języka szacunku, unikania barier i budowania relacji opartych na zaufaniu.
- Kompetencje praktyczne – wypracowanie katalogu dobrych praktyk możliwych do wdrożenia od razu w pracy urzędu.
- Zmiana postaw – refleksja nad własnym podejściem do osób starszych i gotowość do wdrażania nowych standardów obsługi.
- Lepszy wizerunek urzędu – instytucja przyjazna seniorom to urząd nowoczesny, otwarty i bliski mieszkańcom.

Stowarzyszenie W.A.R.K.A.
ul. Warszawska 45, 05-660 Warka
tel. 504-968-412, www.stowarzyszeniewarka.pl
Przekaż 1,5% podatku - KRS 0000160318
BS Warka 61 9154 0005 2001 0098 3361 0001

Harmonogram godzinowy

08:00 – 09:30 Wprowadzenie i perspektywa starości

- Starzenie się jako proces naturalny – fakty i mity
- Katalog działań dyskryminacyjnych wobec seniorów (ageizm w praktyce)
- Prawa seniorów – ochrona, wsparcie, dobre praktyki

09:30 – 09:40 – Przerwa kawowa

09:40 – 10:50 Komunikacja z osobami starszymi

- Jak mówić, by budować szacunek i relację?
- Bariery komunikacyjne i język inkluzywny

10:50 – 11:00 – Przerwa kawowa

11:10 – 12:40 Symulator starości – doświadcz, by zrozumieć

- Wprowadzenie do ćwiczenia
- Doświadczenie ograniczeń zmysłów i ciała w wieku senioralnym

12:40 – 13:10 – Przerwa obiadowa

13:10 – 14:40 Dostosowanie obsługi do potrzeb seniorów

- Jak w praktyce wdrażać zasady równego traktowania w urzędzie?
- Wypracowanie katalogu dobrych praktyk

14:40 – 15:00 Podsumowanie i wnioski

Stowarzyszenie W.A.R.K.A.
ul. Warszawska 45, 05-660 Warka
tel. 504-968-412, www.stowarzyszeniewarka.pl
Przekaż 1,5% podatku - KRS 0000160318
BS Warka 61 9154 0005 2001 0098 3361 0001

Bio Trenerów

Monika Mularska-Kucharek

Doktor nauk społecznych, socjolożka, trenerka biznesu i terapeutka, właścicielka firmy szkoleniowo-doradczej ART OF TRAINING oraz prezeska Fundacji Łódzka Akademia Kobiecości. Posiada ponad 17-letnie doświadczenie trenerskie i ponad 8000 godzin przeprowadzonych szkoleń. Specjalizuje się w obszarach komunikacji, inteligencji emocjonalnej, odporności psychicznej oraz w tematyce związanej z pracą z osobami starszymi i przeciwdziałaniem ageizmowi.

Autorka 4 książek poświęconych osobom starszym oraz ponad 50 artykułów naukowych i popularnonaukowych. Współautorka publikacji „Doceniać mądrość czasu. Jak przeciwdziałać dyskryminacji i wykluczeniu osób starszych" oraz scenariuszy warsztatów dotyczących standardów obsługi osób starszych w instytucjach publicznych.

Od wielu lat angażuje się w kampanie i inicjatywy społeczne mające na celu przeciwdziałanie dyskryminacji i wykluczeniu osób starszych. Pod szyldem ART OF TRAINING i Fundacji realizuje projekty edukacyjne, kampanie społeczne i programy rozwojowe, promując ideę urzędu przyjaznego seniorom. Zrealizowała liczne szkolenia dla urzędów i instytucji publicznych, w tym warsztaty z wykorzystaniem symulatora starości, które pomagają uczestnikom doświadczyć ograniczeń wieku senioralnego i lepiej zrozumieć potrzeby tej grupy.

Radosław Kucharek

Psycholog, trener biznesu i manager projektów rozwojowych, współtwórca firmy ART OF TRAINING oraz wiceprezes Fundacji Łódzka Akademia Kobiecości. Od wielu lat prowadzi szkolenia i programy rozwojowe dla administracji publicznej, biznesu i organizacji społecznych.

Specjalizuje się w obszarach komunikacji, radzenia sobie ze stresem, zarządzania zmianą oraz w tematyce związanej z obsługą osób starszych i przeciwdziałaniem ageizmowi. Posiada bogate doświadczenie w realizacji warsztatów z wykorzystaniem symulatora starości, a także jest współautorem scenariuszy warsztatów dotyczących standardów obsługi osób starszych w urzędach i instytucjach publicznych.

Realizuje projekty szkoleniowe i społeczne, które łączą empatię, praktykę oraz wieloletnie doświadczenie w pracy z osobami dojrzałymi i urzędnikami. Działa aktywnie na rzecz przeciwdziałania dyskryminacji i wykluczeniu osób starszych, współtworząc inicjatywy pod szyldem ART OF TRAINING i Fundacji, w tym programy edukacyjne, kampanie społeczne i szkolenia dedykowane kadrze urzędniczej.