

***Mezigenerační učení v praxi:
principy, metody a inspirace
pro tvorbu programů***



Mezigenerační učení v praxi: principy, metody a inspirace pro tvorbu programů

Lenka Kamanová, Kateřina Pevná, Lucia Hrebeňárová, Albert Kulla, Petra Laktišová, Ľubica Mindeková, Jana Trabalíková

Kolektiv autorů:

Mgr. et Mgr. Lenka Kamanová, Ph.D.; Mgr. Bc. Kateřina Pevná;

Ing. Lucia Hřebeňárová, PhD.; Mgr. Albert Kulla, PhD.; PhDr. Petra Laktišová, PhD.; PhDr. Lubica Mindeková; Mgr. Jana Trabalíková, PhD.

Odborný recenzent: PhDr. Miroslav Procházka, Ph.D., MBA

Grafická úprava a sazba: Mgr. Lukáš Pevný

Projekt: Mezigenerační STEAM univerzita (podpořený z programu Erasmus+ KA210-ADU)

Vydáno elektronicky

© Mendelova univerzita v Brně, Zemědělská 1, 613 00 Brno

ISBN 978-80-7701-083-2 (online ; pdf)

<https://doi.org/10.11118/978-80-7701-083-2>



Open access. Publikace *Mezigenerační učení v praxi: principy, metody a inspirace pro tvorbu programů* je chráněna licencí CC BY-NC-ND 4.0.
<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.cs>

Poděkování

Rádi bychom na tomto místě vyjádřili upřímné poděkování všem neziskovým organizacím, institucím a jednotlivcům, kteří se věnují mezigeneračním programům a kteří byli ochotni s námi otevřeně sdílet své zkušenosti, příběhy i reflexi vlastní práce. Bez jejich vstřícnosti, důvěry a profesionality by tato metodická příručka nemohla vzniknout v podobě, v jaké ji nyní předkládáme.

Jejich ochota nejen prezentovat úspěchy, ale také pojmenovávat výzvy, dilemata a slepé uličky, je pro rozvoj mezigeneračních programů nesmírně cenná. Právě takové poctivé sdílení umožňuje učit se navzájem, inspirovat se dobrou praxí a zároveň kriticky přemýšlet o tom, jak mezigenerační programy dále rozvíjet a zkvalitňovat.

Abstrakt

Publikace Mezigenerační učení v praxi: principy, metody a inspirace pro tvorbu programů nabízí teoreticky ukotvený a zároveň prakticky orientovaný rámec pro porozumění, plánování, realizaci a vyhodnocování mezigeneračních programů. Publikace vychází z předpokladu, že mezigenerační učení nevzniká automaticky pouhým setkáním lidí různého věku, ale je výsledkem promyšleně vytvářených podmínek, které podporují dialog, reciprocitu, spolupráci a společnou reflexi. Text systematicky rozlišuje mezi mezigeneračním setkáním, aktivitou, programem a učení a vysvětluje, za jakých okolností se generační rozdílnost může stát zdrojem učení, porozumění a sociální soudržnosti. Publikace představuje typologie mezigeneračních programů, shrnuje jejich individuální, vztahové a komunitní přínosy a upozorňuje na faktory, které ovlivňují jejich úspěšnou realizaci. Významnou součástí publikace tvoří příklady dobré praxe z České a Slovenské republiky, které ilustrují různé přístupy k realizaci mezigeneračních programů v oblasti vzdělávání, komunitní práce a sociálních služeb. Publikace je určena odborníkům a odbornicím v oblasti vzdělávání, sociální práce, komunitního rozvoje a dalším aktérům, kteří chtějí mezigenerační programy navrhovat a rozvíjet jako smysluplná prostředí podporující učení a spolupráci mezi generacemi.

Klíčová slova: Mezigenerační učení, mezigenerační programy, mezigenerační vztahy; příklady dobré praxe, facilitace, evaluace, komunitní rozvoj

Abstract

The publication *Intergenerational Learning in Practice: Principles, Methods, and Inspiration for Programme Development* offers a theoretically grounded yet practically oriented framework for understanding, planning, implementing, and evaluating intergenerational programmes. It is based on the assumption that intergenerational learning does not arise automatically from the mere coming together of people of different ages, but rather results from carefully designed conditions that foster dialogue, reciprocity, cooperation, and shared reflection. The text systematically distinguishes between intergenerational encounters, activities, programmes, and learning, and explains the circumstances under which generational diversity can become a source of learning, understanding, and social cohesion. The publication presents a typology of intergenerational programmes, summarises their individual, relational, and community benefits, and highlights the factors that influence their successful implementation. An important part of the publication is formed by examples of good practice from the Czech Republic and Slovakia, illustrating different approaches to the implementation of intergenerational programmes in the fields of education, community work, and social services. The publication is intended for professionals in the fields of education, social work, and community development, as well as other stakeholders who wish to design and develop intergenerational programmes as meaningful environments that support learning and cooperation between generations.

Keywords: Intergenerational learning, intergenerational programmes, intergenerational relationships; examples of good practice, facilitation, evaluation, community development

Obsah

Úvod.....	6
1 Mezigenerační učení a programy: teoretická východiska a společenské souvislosti....	7
1.1 Mezigenerační učení jako specifický učební proces.....	8
1.2 Mezigenerační programy jako plánované edukační uspořádání	9
1.3 Proč podporovat mezigenerační učení: společenské souvislosti a výzvy	10
1.4 Shrnutí pro praxi – Jak poznat mezigenerační učení	12
2 Mezigenerační programy v praxi: typy, přínosy a podmínky úspěchu	14
2.1 Typologie mezigeneračních programů	15
2.2 Přínosy a výsledky mezigeneračních programů	17
2.3 Shrnutí pro praxi: Jak zvolit typ programu	19
3 Mezigenerační programy v praxi: příklady dobré praxe z ČR a SR	21
3.1 Metodologie vybraných příkladů dobré praxe.....	22
3.2 Příklady dobré praxe mezigeneračních programů v ČR.....	22
3.2.1 Mezigenerační univerzita MENDELU	22
3.2.2 Mezigenerační dobrovolnický program MOST.....	24
3.2.3 TROJLÍSTEK sblížení tří generací.....	26
3.2.4 Centrum celoživotního vzdělávání Ing. Dany Steinové.....	28
3.2.5 Divadlo Paměti národa	29
3.2.6 Moudrá síť.....	31
3.2.7 Příběhy našich sousedů.....	33
3.2.8 Mezi námi, o.p.s.....	34
3.2.9 Mezigenerační tábor Kraj Vysočina.....	36
3.2.10 Rodinné centrum K2	37
3.3 Příklady dobré praxe mezigeneračních programů v SR	40
3.3.1 Tvorivé porozumenie – rozvoj zručností dvoch generácií	40
3.3.2 Ruka v ruke	41
3.3.3 Digitálna medzigeneračná univerzita	42
3.3.4 Vidiecka žena roka – Líderka roka	43
3.3.5 Mozgovisko – mentálne medzigeneračné ihrisko	44
3.3.6 Trojgeneračná škola prírody v Prievaloch	46
3.3.7 Generačná kuchyňa – chuť domova spája generácie.....	47
3.3.8 Prepojenie generácií v Harmónii.....	48
3.3.9 Bezpečný internet pre všetkých	50
3.3.10 Chlieb domova	51
4 Kedyž se generace setkávají: metodické shrnutí	54
4.1 Od principů k situacím: kde se v praxi rodí učení.....	55
4.2 Kedyž se generace setkávají – a kdy se skutečně učí.....	56
4.3 Kedyž se generace učí spolu – rizika a výzvy v praxi	58
4.4 Kedyž se generace učí spolu – klíčové principy dobré praxe	59
Závěr.....	63
Summary.....	64
Použité zdroje	65

Úvod

Mezigenerační vztahy a způsoby, jakými se různé generace vzájemně učí, patří v současné společnosti k tématům, jejichž význam se v posledních desetiletích výrazně posiluje. Demografické stárnutí, proměny rodinných struktur, proměna pracovního trhu i rychlý technologický vývoj vedou k situacím, v nichž se generace setkávají v nových rolích a kontextech. Zatímco na jedné straně dochází k oslabování tradičních mezigeneračních vazeb, na straně druhé roste potřeba cíleně vytvářet příležitosti, v nichž mohou generace spolupracovat, sdílet zkušenosti a vzájemně se učit.

Mezigenerační učení a mezigenerační programy se v tomto kontextu objevují jako důležitý rámec, který propojuje pedagogické, sociální i širší společenské perspektivy. Nejde pouze o vzdělávání v úzkém slova smyslu, ale o komplexní procesy, v nichž se setkávají různé životní zkušenosti, hodnoty a znalosti a které mohou přispívat k porozumění, soudržnosti i aktivnímu zapojení lidí napříč generacemi. Zároveň však platí, že samotná přítomnost různých generací ještě nezaručuje, že k učení skutečně dochází.

Publikace vychází z přesvědčení, že mezigenerační učení je specifickým učebním procesem, který vzniká pouze za určitých podmínek. Ty souvisejí s kvalitou interakcí mezi generacemi, s možností vzájemného sdílení a dialogu. Bez těchto podmínek zůstává mezigenerační setkávání často na úrovni kontaktu či spolupráce, aniž by vedlo k hlubšímu sdílení. Publikace proto pracuje s rozlišením mezi mezigeneračním setkáním, aktivitou, programem a učením a soustředí se na objasnění procesů, které umožňují přeměnu společné činnosti v učební zkušenost. V tomto rámci hrají klíčovou roli tři vzájemně propojené procesy – facilitace, reflexe a evaluace¹. Tyto procesy se v příručce objevují jako součást metodického rámce, který podporuje vznik mezigeneračního učení a umožňuje zachytit jeho přínosy i limity.

¹ **Facilitaci** v rámci realizace mezigeneračních programů vnímáme jako záměrné vedení interakcí mezi generacemi, jehož cílem je vytvářet bezpečný prostor, podporovat vyvážené zapojení účastníků a umožňovat vznik učebních situací.

Reflexi vnímáme jako záměrně vytvořený prostor pro pojmenování a sdílení zkušeností z průběhu programu, v němž účastníci i realizátoři společně zkoumají, co se odehrálo, co si předali a jaký význam to pro ně má.

Evaluaci vnímáme jako proces systematického hodnocení programu jako celku, zaměřený na naplnění cílů, dosažené přínosy a podněty pro další rozvoj.

Cílem publikace je nabídnout čtenáři teoretické ukotvení i metodickou podporu pro práci s mezigeneračními programy. Text propojuje přehled odborných přístupů s typologiemi mezigeneračních programů, shrnutím výzkumných zjištění a reflexí rizik a výzev, které s mezigenerační prací souvisejí. Součástí příručky jsou také příklady dobré praxe z českého a slovenského prostředí, které ukazují, jak lze mezigenerační programy realizovat v různých kontextech a s různými cílovými skupinami.

Publikace je určena odborníkům a odbornicím v oblasti vzdělávání, sociální práce, komunitního rozvoje a dalších pomáhajících profesí, stejně jako studentům a dalším zájemcům, kteří se s mezigeneračními programy setkávají v praxi, mají o ně odborný zájem, nebo je chtějí vytvářet, a to jak z České, tak Slovenské republiky.

Publikace je rozdělena na čtyři kapitoly. První a druhá kapitola se zaměřují spíše na teoretická východiska a souvislosti, které jsou užitečné při úvahách nad mezigeneračními programy a jejich případnou podobou. Třetí kapitola prezentuje příklady dobré praxe v oblasti mezigeneračních programů, konkrétně pak deset českých a deset slovenských mezigeneračních programů. Čtvrtá kapitola je metodickým shrnutím zkušeností z praxe, které jsou prezentovány prostřednictvím příkladů dobré praxe v kapitole třetí.

Publikace je vystavena na odborných českých i zahraničních zdrojích, a to teoretického, výzkumného i aplikačního charakteru. Dále na zkušenostech odborníků, kteří se realizaci mezigeneračních programů věnují a jejich aktivity jsou prezentovány prostřednictvím příkladů dobré praxe. S ohledem na čtenáře a praxi jsou metodická doporučení uvedena v barevně odlišené pravé části textu, shrnující pasáže odborného charakteru jsou pak v textu zvýrazněny vždy ve shrnujícím boxu.

Tuto Metodickou příručku doplňuje Toolkit² pro přípravu mezigeneračních programů.

² <https://icv.mendelu.cz/seniorske-vzdelavani/u3v/projekty-univerzity-tretiho-veku/steam/?psn=881.3333129882812>

1

Mezigenerační učení a programy: teoretická východiska a společenské souvislosti



Mezigenerační učení a mezigenerační programy představují v současné odborné debatě důležitý koncept, který propojuje pedagogické, sociální i širší společenské perspektivy. Nejde pouze o vzdělávání v úzkém slova smyslu, ale o širší rámec, v němž se setkávají různé generace, sdílejí své zkušenosti, hodnoty a znalosti a společně reagují na proměny světa, ve kterém žijí. Aby však bylo možné s mezigeneračním učení a programy cíleně pracovat, je nezbytné nejprve vymezit jejich podstatu, porozumět jejich specifikům a zasadit je do širšího společenského kontextu.

Pro přehlednost a terminologickou jednotnost pracuje tato příručka s několika vzájemně souvisejícími pojmy v následujícím významu. Jako **mezigenerační setkání** označuje situaci, kdy jsou různé generace přítomny spolu v jednom prostoru či čase. Generace zde nejsou chápány pouze jako věkové kategorie, ale jako sociálně a kulturně utvářené skupiny, které sdílejí určité historické zkušenosti, hodnotové orientace a životní perspektivy. Takové setkání může být samo o sobě přínosné, nezaručuje však, že dochází k učení.

Mezigenerační aktivita představuje konkrétní činnost, kterou účastníci vykonávají společně, například workshop, společný projekt, mentoring či komunitní událost. **Mezigenerační program** pak označuje plánovaný a strukturovaný rámec, který tyto aktivity propojuje a zasazuje do smysluplného celku. Zahrnuje vymezené cíle, role účastníků a také nechává prostor pro reflexi a evaluaci. **Mezigenerační učení** konečně označuje samotný proces – a současně i výsledek – učení, který vzniká tehdy, jsou-li splněny určité podmínky, zejména reciprocita, smysluplná spolupráce a možnost společné reflexe toho, co si generace navzájem předávají.

Tato kapitola vytváří teoretické a koncepční zázemí pro další části příručky. Věnuje se základním pojmům, jejich významům a vzájemným souvislostem a ukazuje, že mezigenerační učení není samozřejmým ani automatickým důsledkem setkávání lidí různého věku. Naopak se jedná o specifický učební proces, který má své podmínky, vlastní dynamiku i limity a který je úzce spojen s generační rozdílností jako potenciálním zdrojem učení.

Struktura kapitoly odpovídá tomuto pojetí. Podkapitola 1.1 se zaměřuje na vymezení mezigeneračního učení jako specifického učebního procesu z pedagogického a andragogického hlediska a zdůrazňuje význam dialogu, reciprocitu a vzájemného uznání mezi generacemi. Podkapitola 1.2 následně představuje mezigenerační

programy jako záměrně vytvářená edukační a sociální uspořádání, která mají potenciál tyto učební procesy systematicky podporovat a rozvíjet, a věnuje se jejich charakteristickým rysům, cílům i typům učebních obsahů. Podkapitola 1.3 pak zasazuje mezigenerační učení a programy do širšího společenského rámce a vysvětluje, proč se jejich cílená podpora stává v kontextu demografických změn, proměn rodiny a nástupu společnosti vědění stále naléhavější.

Cílem kapitoly není pouze podat přehled teoretických přístupů, ale vytvořit porozumění, které umožní čtenáři lépe chápat smysl a potenciál mezigeneračních programů v praxi. Kapitola tak slouží jako východisko pro následující části příručky, které se již více zaměřují na typologii programů, jejich přínosy, rizika a principy dobré praxe.

1.1 Mezigenerační učení jako specifický učební proces

Mezigenerační učení je v odborné literatuře chápáno jako specifický typ učebního procesu, který vzniká v důsledku setkávání osob náležejících k různým generacím. Podle Sáncheze (2006, s. 107) představuje mezigenerační učení „soubor teoretických, výzkumných a praktických znalostí zaměřených na vytváření přínosů z mezigeneračních interakcí“.

Základním předpokladem tohoto procesu je existence generačně odlišných zkušeností, perspektiv a životních drah, které se v interakci stávají zdrojem učení (Rabušicová et al., 2016). Nejedná se tedy pouze o učení mezi lidmi různého věku, ale o učení ukotvené v generační příslušnosti jako sociálně a kulturně konstruované kategorii.

Podle iniciativy EAGLE je mezigenerační učení procesem, prostřednictvím něhož si lidé všech věkových kategorií osvojují znalosti, dovednosti, postoje a hodnoty z každodenních zkušeností napříč různými prostředími a životními situacemi (Hatton-Yeo, 2008). Toto pojetí zdůrazňuje šíři i komplexnost mezigeneračního učení a jeho úzkou vazbu na celoživotní a všeživotní učení³.

Mezigenerační učení může probíhat v různých podobách – jako učení záměrné i nezáměrné, vědomé i nevědomé, formální, neformální

³ Všeživotní učení chápeme jako učení, které probíhá ve všech prostředích.

i informální. Může mít podobu senzomotorického, verbálně-kognitivního či sociálního učení. Nejčastěji se však odehrává v prostředích každodenního života, jako jsou rodina, pracoviště, komunita či volnočasové aktivity, kde probíhá spíše implicitně prostřednictvím sdílení, pozorování, nápodoby a dialogu (Rabušicová et al., 2011, 2016). Směr učení přitom není jednostranný – může probíhat od starších k mladším, od mladších ke starším i jako vzájemné učení mezi více generacemi současně.

Specifickým znakem mezigeneračního učení je přítomnost lidí z různých generací, přičemž se může jednat jak o generace jdoucí bezprostředně za sebou, tak o generace vzdálenější (např. „ob jednu“ či „ob dvě“ generace).

Za mezigenerační učení jsou obvykle považovány situace, v nichž se generace neučí pouze „vedle sebe“, ale skutečně „spolu“ (Siebert & Seidel in Schmidt-Herta, 2014). Generační rozdílnost zde představuje samotný zdroj učení. V tomto smyslu a kontextu mezigeneračních programů je podstatné soustředit se na „učení se společně“ a na „učení se jeden o druhém“.

Učení se společně znamená nehierarchizovanou komunikaci mezi účastníky, jejich stejnou šanci se učit novým věcem a přispívat svou znalostí a zkušeností, stejně jako prvky kooperativního učení. Typ „učení se jeden o druhém“ znamená, že generační perspektiva není využívána jen pro efektivní učení se nějakému vzdělávacímu obsahu, ale stává se přímo součástí onoho obsahu a učebních cílů ve věkově smíšené skupině účastníků dané učební situace. Podmínky jsou vytvořeny tak, aby existovala příležitost učit se o rozdílných úhlech pohledu různých generací, o jejich hodnotách, postojích apod., současně také reflektovat totéž u své vlastní generace, což může přinášet ono kýžené mezigenerační porozumění a sblížení. Podle Sieberta a Seidelové (in Schmidt-Herta, 2014) je právě tato forma interakce tím pravým mezigeneračním učním. V realitě se s ním ovšem setkáváme jen sporadicky, jak dodávají Rute a Fragoso (2013).

Z pedagogického a andragogického hlediska lze mezigenerační učení chápat jako proces uvědomované či částečně uvědomované změny, která probíhá v interakci aktérů různých generací a vede k proměně jejich znalostí, dovedností, postojů či identit. Klíčovou rolí zde hraje dialog, reciprocita a konfrontace různých životních zkušeností, jež mohou být zdrojem stability i inovace (Rabušicová et al., 2016; Waight & Waight, 2025).

Specifičnost mezigeneračního učení se projevuje v obsazích, motivacích i podobách interakcí. Obsahy jsou specifické nejen tím, že do nich jednotlivé generace vnášejí rozdílné zkušenosti a postoje, ale také tím, že nutí edukátory volit, přizpůsobovat a často „překládat“ obsahy tak, aby byly srozumitelné a smysluplné pro jiné generace. Tento proces podporuje rozvoj citlivosti k potřebám druhých generací a posiluje mezigenerační porozumění.

Mezigenerační učení zpravidla vyžaduje vyšší míru motivace a otevřenosti než učení vrstevnické. V konkrétních kontextech může být vnímáno jako přínosné, ale někdy i jako náročné či konfliktní – i proto je důležité věnovat pozornost jeho citlivému pedagogickému vedení.

1.2 Mezigenerační programy jako plánované edukační uspořádání

Mezigenerační programy jsou chápány jako „sociální prostředky, jež vytvářejí cílevědomé a trvalé výměny zdrojů a učení mezi staršími a mladšími generacemi“ (International Consortium of Intergenerational Program). Podobně The National Council on Aging je vymezuje jako aktivity podporující spolupráci a výměnu mezi dvěma různými generacemi (Newman, 1993).

Mezigenerační programy lze definovat jako záměrně vytvářená edukační, sociální či komunitní uspořádání, jejichž cílem je systematicky podporovat setkávání osob z různých generací a vytvářet podmínky pro mezigenerační učení (Rabušicová et al., 2011, 2016). Na rozdíl od spontánních mezigeneračních interakcí jsou tyto programy plánované, strukturované a často institucionálně či komunitně ukotvené.

Základním rysem mezigeneračních programů je reciproční charakter učení a oboustranný přínos pro všechny zúčastněné generace (Loewen, 1996). Programy mohou mít mezigenerační učení jako hlavní cíl, nebo jej využívat jako prostředek k dosažení dalších cílů, například podpory aktivního stárnutí, prevence sociální izolace, rozvoje komunit, sociální koheze, vzdělávání či zaměstnatelnosti (Rabušicová et al., 2016). Podporují nepřetržitý proces učení a rozvoje ve všech fázích života (Gutiérrez-Domingo, 2024).

Mezigenerační programy se liší podle prostředí realizace (rodina, škola, pracoviště, komunita, sociální služby), složení účastníků, typu aktivit i míry institucionalizace. Společným jmenovatelem však zůstává důraz na dialog, sdílení zkušeností, spolupráci a vzájemné učení napříč generacemi (Schuller, 2010; Waight & Waight, 2025).

Zúčastnění by měli reprezentovat alespoň dvě generace, které dosud nebyly úzce propojeny (Knight et al., 2014). Celkovým cílem jejich zapojení musí být také prohlubování znalostí o generaci druhé strany (MacCallum et al., 2006). To znamená, že během tohoto procesu by účastníci měli získat hlubší pochopení životních podmínek druhé generace, včetně důležitých historických, politických nebo sociálních aspektů (Newman & Hatton-Yeo, 2008).

Od účastníků mezigeneračních programů se také očekává, že budou smysluplně vyměňovat informace a zkušenosti, aby získali nové dovednosti a rozšířili své znalosti a porozumění (MacCallum et al., 2010). Mezigenerační programy rovněž nabízí široké pole činností a vyvolávají transformační a vzdělávací příležitosti mezi generacemi (Boström & Schmidt-Hertha, 2017; Sánchez & Kaplan, 2014; Schmidt Hertha et al., 2014).

Účinné mezigenerační programy stojí na spolupráci a vzájemnosti (Aemmi & Moonagh Skropeta, 2017; Findsen & Formosa, 2012), na budování vztahů (Kaplan, 2004), citlivém zacházení s generačními rozdíly (Tambaum, 2022) a na průběžné reflexi a evaluaci sdílených zkušeností.

Učební obsahy předávané v mezigeneračních programech lze dělit na **základní (instrumentální)** a **rozšířené** (Rabušicová et al., 2016).

Základní obsahy vyplývají z tematického zaměření programu (např. digitální dovednosti, rukodělné postupy, jazyk, čtenářství). Mají instrumentální povahu a účastníci je často vnímají jako „hlavní náplň“ programu.

Rozšířené obsahy představují „nadstavbu“ v oblasti sociálního učení – typicky jde o postoje, hodnoty, komunikaci, empatii, respekt, schopnost spolupracovat nebo porozumění druhé generaci (Rabušicová et al., 2016).

Právě rozšířené obsahy bývají jádrem dlouhodobého dopadu programů (změna postojů, odbourávání stereotypů), ale zároveň se

často rozvíjejí nepřímou. Je vhodné s nimi pracovat záměrně: vytvářet situace pro sdílení, spolupráci a reflexi, nikoli spoléhat pouze na „přirozený efekt setkání“.

1.3 Proč podporovat mezigenerační učení: společenské souvislosti a výzvy

Zájem o cílenou podporu mezigeneračního učení nevznikl náhodně. Je reakcí na hluboké demografické, sociální a kulturní proměny současné společnosti, které zásadně mění způsoby, jimiž se jednotlivé generace setkávají, spolupracují a učí se jedna od druhé. Zatímco v minulosti bylo mezigenerační učení přirozenou součástí každodenního života – zejména v rodině a místní komunitě – dnes je stále častěji narušováno změnami ve struktuře rodiny, pracovního trhu i způsobu života.

Tato kapitola proto vysvětluje, **proč se mezigenerační učení stalo předmětem cílené podpory**, a to prostřednictvím tří klíčových tematických okruhů: demografických změn, proměn rodiny a nástupu společnosti vědění. Tyto faktory společně vytvářejí podmínky, v nichž se mezigenerační učení stává nejen žádoucím, ale i nezbytným nástrojem sociální soudržnosti, vzdělávání a udržitelného rozvoje společnosti.

Demografické změny

Mezigenerační učení, které v minulosti probíhalo především v rámci rodiny, se v posledních desetiletích výrazně proměnilo v důsledku zásadních demografických změn, zejména geografické mobility a stárnutí populace (Newman & Hatton-Yeo, 2008). Stárnutí evropské populace je považováno za jednu z nejvýznamnějších demografických proměn současnosti. Některé prognózy dokonce naznačují, že v polovině tohoto století bude poprvé v historii více starších než mladších členů populace (Bengtson & Lowenstein, 2003). Tento trend je typický především pro průmyslově vyspělé země (Petřková, 2004).

Se stárnutím populace souvisí také výrazný nárůst podílu osob ve věku 65+, a to jak v absolutním, tak relativním vyjádření (Adamec

& Kamanová, 2021). V Evropě se například odhaduje nárůst z 90,5 milionu osob ve věku 65 let a více v roce 2019 na 129,8 milionu v roce 2050 (Eurostat, 2024). Roste rovněž index ekonomické závislosti – v České republice postupně vzrostl z 55 na 69 (Aktuální populační vývoj..., 2021). Současně se prodlužuje naděje na dožití, která má od konce 80. let 20. století v České i Slovenské republice trvale vzestupný trend, a to v důsledku kombinace medicínského pokroku a sociálních, ekonomických i biologických faktorů (Wilkinson & Marmot, 2003).

Rostoucí zastoupení starších osob však nelze vnímat pouze jako výzvu spojenou se zvýšenými nároky na péči a sociální systémy. Výzkumy zdůrazňují, že starší lidé představují významný potenciál v podobě zkušeností, znalostí a dovedností a tvoří homogenní skupinu závislou na mladších generacích (Harper, Smith, & Hagestad, 2010). Naopak se ukazuje značná rozmanitost životních drah, strategií a schopností ve vyšším věku (Hasmanová Marhánková, 2013; Petrová Kafková, 2019).

V tomto kontextu se mezigenerační učení jeví jako klíčový mechanismus, který umožňuje nejen předávání zkušeností, hodnot a kulturní paměti starší generace, ale také obohacení starších osob o nové podněty, perspektivy a dovednosti mladších generací. Mezigenerační kontakt přispívá k redukci stereotypů, posiluje vzájemné porozumění a podporuje osobní i sociální rozvoj napříč věkem. Demografické stárnutí tak nejen zvyšuje generační rozmanitost společnosti, ale zároveň vytváří širší prostor pro dlouhodobý mezigenerační dialog a vzájemné učení.

Proměny rodiny

Demografické změny se výrazně promítají také do struktury rodiny. Dochází ke zúžení základny a rozšíření vrcholu populační pyramidy, klesá počet dětí a roste zastoupení starších generací (Bengtson, 2001). Současně prodlužování délky života vytváří podmínky pro delší a častější mezigenerační vztahy – jednotlivci tráví značnou část života v souběhu několika generací, což ovlivňuje nejen složení rodiny, ale i kvalitu a povahu rodinných vztahů (Hagestad & Herlofson, 2006; Newman, 1993).

Tyto změny mají dopad na procesy primární socializace, podobu rodičovství i mechanismy vzájemné podpory. Děti mají potenciál

ně více příležitostí k dlouhodobému kontaktu s prarodiči, zatímco starší rodiče a prarodiče mohou déle poskytovat podporu mladším členům rodiny a přispívat k její stabilitě (Antonucci, Jackson, & Biggs, 2007).

Zároveň však proměny ekonomických podmínek vedly k nárůstu počtu neúplných rodin, k vyšší zaměstnanosti obou rodičů a k rostoucí geografické mobilitě za prací. Tento vývoj často oslabuje každodenní mezigenerační kontakt a přirozenou výměnu zkušeností v rámci rodiny. Geografické odloučení širších rodinných sítí výrazně omezuje možnosti dlouhodobého mezigeneračního učení a vzájemné podpory.

Důsledkem je zvýšená zranitelnost jak mladších, tak starších generací. Děti a mladí lidé přicházejí o pravidelný kontakt se staršími členy rodiny, kteří tradičně sehrávali klíčovou roli v předávání hodnot, životních zkušeností a emocionální opory. Starší dospělí jsou naopak ochuzeni o každodenní interakci s mladšími generacemi, jež přináší nové podněty, energii, technologické dovednosti i emocionální blízkost. Obě skupiny tak ztrácejí stabilní zdroj podpory, který rodina v minulosti poskytovala (Luppi, 2023). Právě zde se otevírá prostor pro cílené mezigenerační programy, jež mohou tyto ztracené vazby alespoň částečně kompenzovat.

Společnost vědění

Dalším významným kontextem vzniku mezigeneračních programů byla tehdejší proměna společnosti v tzv. společnost vědění.⁴ Tento pojem označuje situaci, v níž se vzdělání, informace a znalosti stávají klíčovým zdrojem osobního i společenského rozvoje (Veselý, 2004). V této souvislosti se prosadil koncept celoživotního učení, chápaný jako kontinuální proces a trvalá připravenost učit se v průběhu celého života.

Učení proto musí být flexibilní, dlouhodobé a schopné reagovat na proměnlivé podmínky (Rabušicová & Rabušic, 2008). Není realistické předpokládat, že veškeré kompetence potřebné pro fungování v dnešní společnosti lze získat jednorázově v rámci formálního vzdělávání. Celoživotní učení se tak stává klíčovým nástrojem zvládnutí změn.

⁴ Toto označení odkazuje k období vzniku mezigeneračních programů, zejména k 60. a 70. letům 20. století.

Zároveň však roste potřeba kontinuity, kterou může zprostředkovávat právě mezigenerační učení. To umožňuje předat nejen nové poznatky a aktuální dovednosti, ale také hodnoty, tradice, zkušenosti a historickou paměť. Mezigenerační učení tak propojuje změnu a stabilitu a přispívá k udržení mezigenerační kontinuity v rychle se proměňujícím prostředí společnosti vědění.

Zvýšený zájem o cílenou podporu mezigeneračního učení je výsledkem souběhu několika klíčových procesů: demografického stárnutí populace, proměn rodinných struktur a nástupu společnosti vědění. Tyto změny společně oslabují přirozené mezigenerační vazby, které dříve vznikaly spontánně, a současně zvyšují potřebu vědomě vytvářených příležitostí pro setkávání, sdílení a učení mezi generacemi.

Mezigenerační programy lze v tomto kontextu chápat jako odpověď na ztrátu přirozených mezigeneračních prostorů i jako nástroj, který podporuje sociální soudržnost, přenos znalostí a hodnot a rozvoj všech věkových skupin. Cílená podpora mezigeneračního učení tak nepředstavuje pouze reakci na aktuální problémy, ale strategickou investici do udržitelného rozvoje společnosti založené na spolupráci, respektu a vzájemném porozumění mezi generacemi.

1.4 Shrnutí pro praxi – Jak poznat mezigenerační učení

Mezigenerační učení je specifické tím, že zdrojem učení není jen obsah programu, ale **generační rozdílnost samotná** – rozdílné zkušenosti, perspektivy a životní dráhy. To je zároveň jeho síla i důvod, proč se často zaměřuje se „společnou aktivitou“. Smyslem této kapitoly bylo ukázat, že mezigenerační učení má své podmínky a že mezigenerační program je nástroj, který mezigenerační učení podporuje a umožňuje.

Mezigenerační učení se v praxi nejlépe rozpoznává tam, kde je interakce mezi generacemi vědomě podporována a strukturována. jedním z klíčových indikátorů mezigeneračního učení je přítomnost facilitace, která aktivně podporuje vyvažování generačních perspektiv a vytváří prostor pro společnou reflexi sdílených zkušeností. Facilitace zde neznamená řízení obsahu, ale podporu procesu, v němž se generační rozdílnost může stát skutečným zdrojem učení.

3 klíčové teze při plánování mezigeneračního programu

- **Mezigenerační učení není totéž, co setkání generací.**
Setkání je podmínka, nikoli důkaz učení.
- **Zdrojem učení je generační perspektiva, ne věk.**
Nejde jen o rozdíl „mladší–starší“, ale o to, co si generace nesou v paměti, hodnotách a zkušenostech.
- **Největší dopad často vzniká mimo „hlavní téma“ programu.**
Vedle instrumentálních obsahů (dovednosti, informace) se rozvíjejí rozšířené obsahy (postoje, empatie, porozumění), které bývají dlouhodobě významnější.

Podpůrné otázky při plánování mezigeneračního programu

- **Co přesně má být v programu generačním zdrojem učení?** (např. zkušenost, paměť místa, technologie, hodnoty, pracovní praxe)
- **Je cílem, aby se generace učily „od sebe“, „spolu“, nebo „o sobě“?**
- **Má program prostor, aby účastníci mohli srovnávat perspektivy (a nejen vykonat aktivitu)?**
- **Je interakce nastavená tak, aby se generace navzájem potřebovaly (ne pouze „pomáhaly“)?**

Typické omyly (na co si dát pozor už při pojmovém vymezení)

- **„Když jsou tam dvě generace, je to mezigenerační.“**
Může jít jen o souběh generací bez učební interakce.
- **„Mezigenerační = starší předává mladším.“**
Tím se ztrácí reciproční logika a zvyšuje riziko stereotypů.
- **„Když máme dobré téma, učení se stane samo.“**
Dobré téma je start, ne záruka.

Metodické doporučení

Odpověz si při plánování programu (ANO/NE):

- Je v programu **situace**, kde se generace potřebují k dokončení úkolu?
- Je prostor, kde se ukáže **rozdíl perspektiv** (zkušenost, hodnoty, způsoby řešení)?
- Je zřejmé, **co si má kdo odnést** (i když ne ve stejném obsahu)?
- Je v programu vytvořen alespoň krátký prostor pro společnou reflexi, v němž se pojmenuje, co si účastníci navzájem předali?

Pokud jsou **3–4 odpovědi ANO**, program má reálnou šanci stát se prostředím mezigeneračního učení. Pokud **0–2**, bude to pravděpodobně spíš mezigenerační setkání.

Kapitola ukázala, že mezigenerační učení je specifickým učebním procesem, který nevzniká automaticky pouhou přítomností různých generací ani realizací společné aktivity. Je podmíněno uspořádáním interakcí, rolí a vztahů mezi účastníky a podporováno facilitací a reflexí jako klíčovými procesy, které umožňují proměnit generační rozdílnost ve zdroj učení.

2

Mezigenerační programy v praxi: typy, přínosy a podmínky úspěchu



Mezigenerační programy se v posledních letech výrazně rozšiřují napříč oblastmi vzdělávání, sociálních služeb, komunitní práce i kultury. Společným jmenovatelem těchto iniciativ je snaha vytvářet cílené příležitosti pro setkávání generací a podporovat vzájemné učení, dialog a spolupráci. Zkušenosti z praxe však ukazují, že pod pojem „mezigenerační program“ bývají zahrnovány velmi různorodé aktivity – od jednorázových akcí až po dlouhodobé programy s výraznou vzdělávací či podpůrnou složkou. Právě tato rozmanitost může být na jedné straně výhodou, protože umožňuje reagovat na odlišné potřeby prostředí a cílových skupin, na straně druhé však ztěžuje orientaci v tom, jaké typy programů existují, co lze od nich realisticky očekávat a za jakých podmínek mohou přinášet deklarované přínosy.

Cílem této kapitoly je poskytnout metodickou oporu pro plánování, realizaci i vyhodnocování mezigeneračních programů. Nejprve je nabídnut přehled typologií, které umožňují systematicky popsat a rozlišit programy podle jejich zaměření, cílů, charakteru interakce, cílových skupin a poskytovatelů. Typologie zde nejsou chápány jako striktní kategorizace, ale jako praktický rámec, který pomáhá pojmenovat klíčové volby při návrhu programu a sladit je s možnostmi organizace i s potřebami účastníků.

Druhá část kapitoly se zaměřuje na přínosy a výsledky mezigeneračních programů. Pozornost je věnována dopadům na individuální úrovni (např. dovednosti, pohoda, sebepojetí), na úrovni vztahů (např. důvěra, empatie, změna postojů) i na úrovni komunity (např. sociální kapitál, soudržnost, inkluze). Zároveň je zdůrazněno, že pozitivní dopady nejsou automatickým „efektem setkání“, ale souvisejí s kvalitou designu programu, mírou reciprocity a spolupráce mezi generacemi, způsobem facilitace a také s tím, zda jsou procesy učení a vztahové změny průběžně reflektovány a evaluovány.

Kapitola tak propojuje dvě perspektivy, které jsou pro praxi klíčové: porozumění tomu, *jaké programy existují a jak se liší*, a porozumění tomu, *jaké přínosy mohou přinášet a co rozhoduje o jejich úspěchu*. Výsledkem je rámec, který umožňuje lépe formulovat cíle, volit odpovídající aktivity a nastavit podmínky realizace tak, aby mezigenerační programy naplňovaly svůj potenciál pro účastníky i pro širší prostředí, v němž jsou realizovány.

2.1 Typologie mezigeneračních programů

Mezigenerační programy se v praxi vyskytují v široké škále podob. Rozdíly mezi programy se neprojevují pouze v tématech a aktivitách, ale také v tom, jaké role generace přebírají, jak intenzivně spolupracují, jaké cíle jsou sledovány a jaké přínosy lze realisticky očekávat. Typologie mezigeneračních programů proto nejsou pouze „tříděním“ – představují praktický rámec, který pomáhá pojmenovat klíčová rozhodnutí při návrhu programu a sladit je s potřebami účastníků i možnostmi organizace.

Z metodického hlediska lze mezigenerační programy členit podle (a) zaměření a tematického obsahu, (b) cílů, (c) charakteru a intenzity interakce, (d) poskytovatelů a (e) cílových skupin. Jednotlivé typologie se v praxi překrývají: jeden program může být současně vzdělávací, komunitně orientovaný, dlouhodobý a realizovaný ve spolupráci více institucí. Přesto je užitečné tato hlediska oddělovat – umožňují přesněji promyslet design programu i způsob jeho vedení a evaluace.

A) Dělení podle zaměření a tematického obsahu

Jedním ze základních kritérií je zaměření programu. Mezigenerační programy lze rozlišit na kulturní, vzdělávací a sociální či podpůrné (Rabušicová, Kamanová & Pevná, 2014). Podle konkrétních témat pak mohou zahrnovat např. programy výtvarné a rukodělné, tělovýchovné, hudebně-dramatické, společenskovední, pobytové, přírodovědné či vědeckotechnické; zvláštní skupinu tvoří jednorázové příležitostné akce (Rabušicová, Klusáčková & Kamanová, 2009).

Rabušicová et al. (2016) navíc rozlišují programy podle role mezigeneračního učení:

- programy, v nichž je mezigenerační učení **přidanou hodnotou** vedle jiného primárního cíle,
- programy zaměřené na **přenos konkrétního obsahu**,
- programy, v nichž je mezigenerační učení **hlavním cílem**, aniž by byl předem pevně stanoven vzdělávací obsah.

Metodické doporučení (zaměření a obsah)

- volit témata srozumitelná a atraktivní pro obě generace,
- vytvářet situace, v nichž může každá generace přirozeně nabídnout své znalosti a zkušenosti,
- kombinovat aktivní činnosti s prostorem pro sdílení a reflexi,
- je-li mezigenerační učení hlavním cílem, posílit facilitaci a reflexi; je-li „přidanou hodnotou“, podporovat je vědomě (společné úkoly, diskuse, sdílení).

Metodické doporučení (cíle)

- formulovat 2–3 hlavní cíle srozumitelně a realisticky,
- ověřit, zda odpovídají potřebám cílových skupin,
- sladit cíle s časovým rozsahem a kapacitami programu,
- formulovat cíle tak, aby byly hodnotitelné.

Volba zaměření ovlivňuje strukturu programu, průběh i nároky na účastníky. Kulturní a volnočasové programy bývají přístupnější a často dobře fungují jako „vstupní“ forma spolupráce. Vzdělávací programy typicky vyžadují jasnější cíle, strukturovaný obsah a promyšlené metody. Sociální a podpůrné programy kladou zvýšené nároky na odborné vedení, etickou citlivost a práci s individuálními potřebami účastníků.

B) Dělení podle cílů programů

Další významné hledisko představují cíle programů. EAGLE je člení podle oblastí zaměření, například na rozvoj komunity a mezigeneračních vztahů, vzdělávání a učení, mentoring, prevenci konfliktů, sociální participaci a aktivní občanství, podporu zaměstnatelnosti, zprostředkování historie a kulturní paměti, podporu zdraví či ochranu životního prostředí (Hatton-Yeo, 2008).

Jasně vymezení cílů je klíčové už ve fázi plánování. Doporučuje se rozlišovat:

- **obsahové cíle** (např. rozvoj konkrétních dovedností),
- **vztahové cíle** (posilování důvěry, porozumění, komunikace),
- **komunitní/společenské cíle** (inkluzivita, soudržnost, komunitní rozvoj).

Příliš široce formulované cíle mohou vést k nejasnému zaměření programu; příliš úzce definované cíle naopak mohou omezovat přirozený rozvoj interakcí.

C) Dělení podle charakteru a intenzity interakce

Z hlediska interakce se programy liší mírou kontaktu, intenzitou a délkou spolupráce – od jednorázových aktivit přes krátkodobá setkání až po dlouhodobé programy s pravidelnou interakcí. Crawford (2015) rozlišuje programy bez přímého kontaktu a programy s přímou interakcí, které dále člení na aktivity pozorovací, krátkodobé vztahové programy a programy umožňující dlouhodobý kontakt a vznik hlubších vazeb.

Charakter interakce výrazně ovlivňuje kvalitu mezigeneračního učení: jednorázové aktivity jsou vhodné pro navázání kontaktu a odbourání bariér, dlouhodobé programy poskytují prostor pro

budování důvěry, hlubší porozumění a stabilnější učení – současně však kladou vyšší nároky na organizaci a facilitaci.

D) Dělení podle poskytovatelů

Mezigenerační programy lze členit také podle poskytovatelů. V českém prostředí byly identifikovány jako častí realizátoři např. stře-diska volného času, domy dětí a mládeže, školská zařízení, tematicky orientované organizace, občanská sdružení, vzdělávací instituce a kulturní organizace (Rabušicová, Klusáčková & Kamanová, 2009). Významný potenciál mají také instituce, kde se přirozeně setkávají různé generace, například knihovny (Kamanová, Pevná & Rabušicová, 2016).

Institucionální zázemí ovlivňuje možnosti i limity programu. Spolupráce více institucí může rozšířit cílové skupiny a zvýšit kapacity, vyžaduje však jasné vymezení rolí a odpovědností.

E) Dělení podle cílových skupin

Programy jsou nejčastěji zaměřeny na dvě generace, někdy však zapojují i generace tři. Může jít o skupiny příbuzenské i nepříbuzenské; v programech pro seniory a děti může jít jak o podporu rodinných vztahů, tak o setkávání neznámých účastníků. Programy je nutné přizpůsobovat věku, zdravotnímu stavu a psychickým možnostem účastníků.

Lze rozlišit programy podle role generací:

- programy, v nichž dominuje generace seniorů,
- programy, kde převažuje aktivita mladší generace směřující k podpoře seniorů,
- programy založené na rovnocenné spolupráci generací.

Mezigenerační programy lze členit podle zaměření a obsahu, cílů, charakteru interakce, poskytovatelů a cílových skupin. Z metodického hlediska jsou klíčová zejména hlediska zaměření a charakteru interakce, protože úzce souvisejí s cíli, očekávanými přínosy a nároky na facilitaci. Typologie pomáhají program nejen popsat, ale hlavně promyslet: co má být výsledkem, jaké role mají generace mít, jak intenzivní má být kontakt a jak bude program reflektován a vyhodnocován.

Metodické doporučení (interakce)

- volit formu interakce podle zkušeností účastníků,
- udržet rovnováhu mezi strukturovanými aktivitami a neformálním setkáváním,
- průběžně pracovat se stereotypy a dynamikou skupiny,
- nastavit velikost skupiny tak, aby bylo možné aktivní zapojení všech.

Metodické doporučení (poskytovatelé)

- vycházet z poslání a silných stránek organizace,
- zapojovat místní partnery a komunitu,
- u zranitelných skupin zajistit odpovídající odborné zázemí a etické postupy,
- u partnerství jasně nastavit role, odpovědnosti a komunikaci.

Metodické doporučení (cílové skupiny)

- zohlednit fyzické, kognitivní a psychosociální možnosti účastníků,
- vytvářet prostředí rovnocenného partnerství,
- předcházet nerovnováze rolí (jedna generace jako „dárce“, druhá jako „příjemce“),
- připravit účastníky na setkání (dohody, bezpečné prostředí, orientace).

2.2 Přínosy a výsledky mezigeneračních programů

Mezigenerační programy usilují o vytváření smysluplných vazeb mezi generacemi a o propojení zkušeností minulosti se současností. Záměrně podporují setkávání lidí různého věku, sdílení vzpomínek, hodnot a dovedností a vytvářejí prostor pro vzájemné učení, osobní růst a budování důvěry. V tomto smyslu nepůsobí pouze jako nástroj mezigeneračního zapojení, ale také jako širší impuls pro komunitní a společenskou změnu – podporují empatii, spolupráci a sdílenou odpovědnost a přispívají k inkluzivnější a propojenější budoucnosti (Luppi, 2023).

Odborná literatura popisuje přínosy a výsledky mezigeneračních programů na několika vzájemně propojených úrovních. Pro metodickou praxi je velmi užitečné členění MacCalluma et al. (2006), kteří rozlišují **individuální, vztahové a komunitní přínosy**. Toto členění umožňuje lépe formulovat cíle programů, volit odpovídající aktivity a nastavit evaluaci tak, aby zachycovala nejen bezprostřední spokojenost účastníků, ale i hlubší a dlouhodobější dopady.

Individuální přínosy

Individuální přínosy se vztahují k rozvoji dovedností, kompetencí, psychické pohody a sebepojetí účastníků mezigeneračních programů. Výzkumy opakovaně potvrzují, že účast v těchto programech může vést ke zvýšení sebehodnocení a posílení schopnosti zvládat různé činnosti (Morita & Kobayashi, 2013). Mezigenerační výměnné programy mají rovněž pozitivní vliv na kognitivní procesy a způsob myšlení účastníků (Aemmi & Moonaghi, 2017); u starších dospělých byla popsána zejména vyšší otevřenost a flexibilita myšlení (Kenner et al., 2008).

U starší generace se dále objevuje zvýšení znalostí o možnostech úspěšného stárnutí (Morita & Kobayashi, 2013), rozvoj kreativity, schopností rozhodování a řešení problémů (Jarrot, 2019) i posilování prožívané nezávislosti a pozitivní nálady (Santini et al., 2018). Mezi další uváděné výsledky patří rozvoj jemné i hrubé motoriky, bdělosti a smyslové stimulace, zlepšení subjektivní pohody (Santini et al., 2018) a zmírnění pocitu izolace, deprese a posílení sociálního začlenění (Skropeta et al., 2014). Australská analýza 120 mezigene-

neračních programů navíc u starších účastníků identifikovala lepší schopnost vyrovnávat se s nemocemi, vyšší motivaci a pozitivnější sebepojetí (MacCallum ed., 2006).

U mladších účastníků jsou popsány jak kognitivní, tak psychosociální přínosy. Patří mezi ně rozvoj schopnosti efektivně vyjadřovat a prožívat emoce (Jarrott, 2019), zlepšení dovedností řešit problémy (Leedahl et al., 2020) či rozvoj jemné i hrubé motoriky a smyslového vnímání (Mosor et al., 2019).

Z hlediska subjektivní zkušenosti účastníků Stanton a Tench (2003) uvádějí, že u seniorů mezigenerační aktivity podporují prožívání vlastní hodnoty, sebedůvěru a sebeúctu, zejména pokud mají možnost aktivně přispívat komunitě a druhým lidem. U mladší generace tito autoři zdůrazňují především proměnu postoje k seniorům a boření bariér mezi generacemi, což může vést ke snižování sociální segregace a posilování sociální inkluze (srv. Newman, 2006). Mezigenerační učení současně podporuje sociální i osobnostní rozvoj, rozvoj dovedností a znalostí, posilování sebedůvěry a snižování sociální izolace obou generací (Abrams & Giles, 1999; Kuehne, 1998). Australský výzkum (MacCallum ed., 2006) dále poukazuje na přínosy u mladých v oblasti sebehodnocení, sebeúcty a důvěry. Newman (2006) k tomu doplňuje posilování sociální odpovědnosti, zlepšení školní docházky a studijních výsledků, zvýšení odolnosti a nižší pravděpodobnost sociálně-patologického jednání.

Vztahové přínosy

Vztahové přínosy se týkají kvality mezilidských vztahů a proměn postojů mezi generacemi. Účastníci mezigeneračních programů po kontaktu s druhou generací často popisují větší míru péče, hlubší porozumění a redukci škodlivých stereotypů a stigmat (Santini et al., 2018). Mezigenerační vztahy mohou oběma stranám zprostředkovat nový pohled na tradice, hodnoty a životní zkušenosti prostřednictvím vzájemné výměny dovedností a sdílení osobních příběhů (Mannion, 2012).

Výzkumy ukazují, že starší dospělí se od mladších účastníků učí například o nových technologiích a proměnách sociálních struktur, což jim pomáhá lépe porozumět současné společnosti (Leedahl et al., 2020), a zároveň získávají příležitost stát se pozitivními vzory pro mladší generaci (Aemmi & Moonaghi, 2017). U mladších lidí

bylo opakovaně zaznamenáno, že mezigenerační vztahy přispívají ke zlepšení přístupu k učení, akademickým výsledkům a k pozitivnějším postojům vůči starším lidem (Corrigan et al., 2013). Účastníci rovněž popisují rozvoj empatie a posílení sociální odpovědnosti (Leedahl, 2020). Po skončení programu se často objevuje pocit, že jsou v komunitě ceněni, a roste jejich vnímaná vlastní hodnota (Morita & Kobayashi, 2013).

Budování hlubších mezigeneračních vztahů je přitom opakovaně uváděno jako jeden z nejvíce oceňovaných přínosů programů (Jarrott et al., 2008; MacCallum et al., 2010). Empirická šetření potvrzují, že mezigenerační programy mohou fungovat jako účinný nástroj odbourávání ageistických stereotypů a posilování mezigenerační solidarity (Andreoletti & Howard, 2016; Sánchez & Torrano, 2013). Crawford (2015) zároveň upozorňuje, že cílem není pouze pozitivní postoj k seniorům, ale také ke stáří jako takovému – a právě mezigenerační programy představují prostředí, kde k tomuto procesu dochází. Výzkumy dále ukazují, že dobře koncipované programy přispívají k porozumění mezi generacemi, posilování respektu a budování dlouhodobých vztahů založených na spolupráci a sdíleném učení (Waight & Waight, 2025; Žemaitaitytė et al., 2023).

Organizace EAGLE shrnuje vztahové přínosy mezigeneračních programů zejména jako propojení dosud segregovaných generací, zlepšení porozumění mezi nimi, podporu aktivního občanství a sociální participace, rozvoj mezigenerační spolupráce a sdílení zdrojů, znalostí a dovedností napříč generacemi. V souhrnu jde o podporu celoživotního a všeživotního učení a rozvoj lidského i sociálního kapitálu (Hatton-Yeo, 2008).

Komunitní přínosy

Komunitní přínosy se vztahují k rozvoji místních komunit a posilování sociálních vazeb. Findsen a Formosa (2012) zdůrazňují především posilování sociálního kapitálu, tedy vytváření a propojování sociálních sítí napříč generacemi. Důležitým mechanismem je také uvědomování si socioekonomické vzájemné závislosti generací, které může posilovat sounáležitost, soudržnost a propojení v rámci komunity (Morita & Kobayashi, 2013). V komunitní rovině se objevuje rovněž koncept posílení postavení (empowerment), chápaný jako proces umožňující vyloučeným a marginalizovaným skupinám větší autonomii při rozhodování (Findsen & Formosa, 2012).

Dobře realizované mezigenerační programy mohou přispívat k rozvoji inkluzivního prostředí a k oslabování škodlivých stereotypů ve společnosti (Leedahl et al., 2020). Pinto (2011) mezi komunitní přínosy řadí sociální inkluzi, kulturní porozumění, podporu místní identity a komunitní soudržnosti, posilování solidarity, zlepšení zdraví a duševní pohody a růst respektu mezi generacemi. MacCallum (ed., 2006) k tomu doplňuje reintegraci, sdílení dovedností a rozvoj dobrovolnictví.

Vedle jednotlivých studií se v posledních letech rozvíjí také výzkum založený na systematických přehledech a metaanalýzách. Gualano et al. (2018) ve svém systematickém přehledu 27 studií potvrzují pozitivní dopad programů na vnímání seniorů dětmi; u starších účastníků se objevovaly změny v oblasti pohody, deprese, subjektivního hodnocení zdraví a sebevědomí, přičemž autoři zdůrazňují význam kvalitní organizace a specifického školení personálu. Martins et al. (2019) ve svém přehledu 16 studií popisují zlepšení porozumění mezi generacemi, rozvoj kompetencí a pozitivní vliv na pohodu a pocit sounáležitosti starších účastníků.

Park (2015) analyzoval mezigenerační projekty ve školách a uvádí pozitivní dopady na duševní zdraví, sociální výsledky a postoje ke starším lidem; část programů vedla také ke snížení rušivého chování ve třídách. Další přehledy potvrzují pozitivní vliv programů na duševní zdraví, subjektivní pohodu a sebevědomí seniorů (Murayama et al., 2015; Whear et al., 2023) a jejich potenciál snižovat osamělost a posilovat vnímanou sociální podporu. Pinazo Hernandez (2023) shrnuje přínosy pro jednotlivce i komunitu a zdůrazňuje jejich význam pro rozvoj inkluzivnější společnosti.

Přínosy mezigeneračního učení jsou popisovány i ve vysokoškolském prostředí (Canedo-Garcia et al., 2017; Leedahl et al., 2020). U starších dospělých se uvádí pozitivnější sebepojetí, zlepšení myšlení, otevřenost a flexibilita (Pstross et al., 2017; Aemmi & Moenagh, 2017) a posílení emoční i sociální pohody (např. Trujillo et al., 2023; Tuohy et al., 2023). U mladších účastníků se objevuje rozvoj komunikačních dovedností a sociálního chování (Corrigan et al., 2013; Hand et al., 2023; Leedahl, 2020; Cheung et al., 2023; Heuer et al., 2020; Schiller et al., 2023, 2024) a posilování empatie a snižování věkových stereotypů (Leedahl et al., 2020; Cheung et al., 2023). Rozvoj dialogu může podpořit uvědomění vzájemné socioekonomické závislosti generací (Trujillo et al., 2023) a přispět k po-

rozumění tradicím, hodnotám a společenským vlivům prostřednictvím sdílení zkušeností (Leedahl et al., 2020).

Shrneme-li uvedené poznatky, přínosy mezigeneračních programů se stabilně ukazují na třech propojených úrovních – individuální, vztahové a komunitní (MacCallum et al., 2006). Napříč různými kontexty je potvrzováno, že dobře koncipované programy mohou posilovat psychickou pohodu, sebedůvěru a dovednosti účastníků, přispívat ke změně postojů mezi generacemi, odbourávat stereotypy a rozvíjet respekt i dlouhodobé vztahy (např. Santini et al., 2018; Andreoletti & Howard, 2016; Waight & Waight, 2025; Žemaitaitytė et al., 2023). V komunitní perspektivě se přínosy vztahují zejména k posilování sociálního kapitálu, soudržnosti, dobrovolnictví a inkluze (Findsen & Formosa, 2012; Pinto, 2011; MacCallum et al., 2006).

Současně je v literatuře opakovaně zdůrazňováno, že pozitivní dopady nevznikají automaticky „pouhým setkáním“ generací, ale jsou spojovány s určitými podmínkami realizace – zejména se závažně podporovanou spoluprací, recipročním nastavením rolí, srozumitelnými cíli a průběžnou reflexí (Knight et al., 2014; Hatton-Yeo, 2008; Kaplan et al., 2017; Martin et al., 2010).

Co přispívá k úspěšným výsledkům programů

Výzkumy a metodické rámce opakovaně zdůrazňují několik podmínek, které zvyšují pravděpodobnost pozitivních dopadů:

- zapojení minimálně dvou generací, které dosud nebyly úzce propojené, a záměr prohlubovat znalosti o druhé generaci (Knight et al., 2014; MacCallum et al., 2006),
- porozumění životním podmínkám druhé generace včetně historických, politických a sociálních souvislostí (Hatton-Yeo, 2008),
- smysluplná výměna zkušeností a informací vedoucí k rozvoji dovedností a znalostí (Brown & Ohsako, 2003),
- podpora spolupráce jako klíčový mechanismus udržení procesu učení (MacCallum et al., 2006),
- důraz na vzájemnost („učit se s“), nikoli na jednostrannou pomoc („dělat pro“) (Hatton-Yeo, 2008; Kaplan et al., 2017),
- realizace programů v různých prostředích – školách, vzdělávacích institucích, komunitách, dobrovolnických, kulturních či náboženských organizacích (Martin et al., 2010).

2.3 Shrnutí pro praxi: Jak zvolit typ programu

Kapitola ukázala, že pojem „mezigenerační program“ označuje široké spektrum formátů, které se liší svými cíli, časovým rozsahem i nároky na metodické vedení. Volba typu programu proto nepředstavuje pouze organizační rozhodnutí, ale strategickou volbu, která určuje, jaký druh změny lze v daných podmínkách realisticky očekávat – zda půjde především o navázání kontaktu, rozvoj dovedností, proměnu postojů, nebo posílení komunitních vazeb.

Typ programu určuje typ možného dopadu.

Různé formáty (jednorázové akce, opakované cykly, dlouhodobé projekty) vedou k odlišným výsledkům – od navázání kontaktu přes rozvoj dovedností až po změnu postojů a komunitní soudržnost.

Délka a intenzita programu jsou rozhodující pro hloubku změny.

Krátké programy jsou vhodné pro prolomení bariér a první zkušenost, zatímco dlouhodobé formáty umožňují vznik důvěry a hlubší vztahové a postojevé změny.

Přínosy se odehrávají na více úrovních, které je třeba rozlišovat.

Individuální (dovednosti, pohoda), vztahové (porozumění, empatie) a komunitní (soudržnost, participace) dopady se navzájem doplňují, ale nevznikají automaticky současně.

Zatímco předchozí podkapitola pomáhá rozpoznat, zda se v mezigeneračním kontextu vytváří prostor pro učení, tato část se zaměřuje na rozhodování o tom, **jaký typ programu je pro dané cíle a podmínky vhodný**. Navržené otázky a přehled typických přínosů neslouží jako univerzální návod, ale jako **orientační rámec**, který umožňuje realisticky sladit očekávání s možnostmi konkrétního programu. Právě toto sladění je klíčovým předpokladem toho, aby mezigenerační programy nebyly pouze dobře míněnými aktivitami, ale promyšlenými prostředky podporujícími učení, vztahy a spolupráci mezi generacemi.

Metodické doporučení

Programy je vhodné plánovat s jasně formulovanými cíli, vědomě podporovat vzájemnost a spolupráci mezi generacemi a evaluovat nejen průběh aktivit, ale i změny v postojích, vztazích a pocitu sounáležitosti. Právě propojení promyšleného designu, citlivé facilitace a systematické reflexe zvyšuje pravděpodobnost, že se deklarované přínosy promítanou do zkušenosti účastníků i do života komunity.

Přínosy mezigeneračních programů bývají popisovány na individuální, vztahové i komunitní úrovni, přičemž nejčastěji je zdůrazňována změna postojů, posilování důvěry, snižování izolace a rozvoj sociálních vazeb. Zároveň je opakovaně upozorňováno, že pozitivní dopady nevznikají automaticky „pouhým setkáním“ generací, ale jsou podmíněny kvalitou designu programu, recipročním nastavením rolí, srozumitelnými cíli a průběžně podporovanou spoluprací. Pro praxi z toho vyplývá potřeba plánovat program jako učení „spolu“ – nikoli jako jednorázovou akci – a průběžně sledovat nejen spokojenost účastníků, ale i proměny vztahů a pocit sounáležitosti.

Kapitola ukázala, že různé typy mezigeneračních programů se liší svými cíli, časovým rozsahem i nároky na metodické vedení. Volba formátu programu proto představuje strategické rozhodnutí, které ovlivňuje podobu facilitace, prostor pro reflexi i možnosti evaluace dosažených přínosů. Uvědomění těchto souvislostí umožňuje realisticky plánovat programy a předcházet nerealistickým očekáváním jejich dopadů.

Zatímco podkapitola 1.4 nabízí nástroje k rozpoznání mezigeneračního učení v praxi, následující kapitola ukáže, jak se tyto principy promítají do konkrétních podob mezigeneračních programů v českém a slovenském kontextu.

Při návrhu mezigeneračního programu je vhodné postupovat od cílů k volbě formy

- Jaký je hlavní cíl programu?
(navázání kontaktu × rozvoj dovednosti × změna postojů × posílení komunity)
- Jaký je reálný časový rámec a kontinuita setkávání?
- Kdo je nositelem programu a jaké má kapacity?
- Jakou roli má mezigenerační učení v programu?
(přidaná hodnota × prostředek × hlavní cíl)
- Která úroveň přínosu je prioritní?

Typické chyby při plánování mezigeneračního programu a jak jim předcházet

- **Snaha dosáhnout všech cílů současně.**
→ Doporučuje se vymezit 1–2 hlavní cíle, ostatní chápat jako sekundární přínosy.
- **Přeceňování dopadu jednorázových aktivit.**
→ Jednorázové formáty jsou vhodné pro kontakt a motivaci, nikoli pro dlouhodobou změnu postojů.
- **Zaměňování spokojenosti s učením.**
→ Pozitivní zážitek je důležitý, ale sám o sobě nevypovídá o učení ani o vztahové změně.

3

Mezigenerační programy v praxi: příklady dobré praxe z ČR a SR



3.1 Metodologie vybraných příkladů dobré praxe

V kapitole 3.2 a 3.3 jsou prezentovány příklady dobré praxe za Českou republiku a Slovenskou republiku, které se týkají mezigeneračních programů.

Při výběru uvedených příkladů byl v České republice i na Slovensku souběžně realizován tzv. desk research, jehož cílem bylo zmapování existujících mezigeneračních programů. V rámci vyhledávání na internetových vyhledávacích byla použita klíčová slovní spojení „mezigenerační kurz“, „mezigenerační program“, „mezigenerační vztahy“ a „mezigenerační dialog“. Nalezené odkazy byly následně analyzovány s ohledem na jejich obsah i geografické působení (Česko i Slovenská republika).

Při posuzování jednotlivých programů byla pozornost věnována především cílovým skupinám a charakteru realizovaných aktivit. Za mezigenerační byly považovány pouze ty programy, jejichž aktivity byly záměrně navrženy s cílem podpory mezigeneračního učení, vzájemného porozumění a spolupráce mezi lidmi různých generací. Na základě tohoto postupu bylo v České republice identifikováno celkem 87 mezigeneračních programů a ve Slovenské republice rovněž 50 mezigeneračních programů. Tyto programy jsou uvedeny v:

- Databáze mezigeneračních programů v ČR
- Databáze mezigeneračních programů v SR

Do výběru nebyly zahrnuty aktivity, při nichž dochází k setkávání více generací pouze nahodilým způsobem. Přestože i tyto aktivity mohou podporovat přirozené mezigenerační učení, v rámci této příručky jsou za mezigenerační programy považovány pouze takové aktivity, které vytvářejí učební příležitosti. To znamená aktivity, kde je mezigenerační učení cíleně podporováno a celý program je koncipován tak, aby jednotlivé generace aktivně propojoval a vytvářel prostor pro sdílení zkušeností, vzájemné učení a spolupráci.

Následně bylo vybráno deset programů z ČR a SR, které jsou dále v příručce prezentovány. Celkem je tak předloženo dvacet příkladů dobré praxe mezigeneračních programů. Při výběru byla usilováno o co největší pestrost z hlediska cílů programů, typu organizací, kte-

ré je realizují, jejich velikosti, četnosti setkávání i obsahového zaměření, aby mohla být nabídnuta inspirace pro různé kontexty praxe.

S každou organizací realizující vybrané mezigenerační programy byly uskutečněny polostrukturované hloubkové rozhovory. Ty byly vedeny přímo v prostředí organizací, aby mohla být zachycena autenticita prostředí i specifická atmosféra jednotlivých programů. Na základě uskutečněných rozhovorů byly následně zpracovány příběhy jednotlivých programů, které přibližují jejich smysl, průběh i přínosy z pohledu realizátorů. Výsledné texty byly následně jednotlivými organizacemi autorizovány.

3.2 Příklady dobré praxe mezigeneračních programů v ČR

Tato kapitola představuje deset příkladů dobré praxe mezigeneračních programů realizovaných v České republice. Jejich cílem je inspirovat organizace a odborníky pracující s různými věkovými skupinami k rozvoji kvalitních a smysluplných aktivit podporujících setkávání a spolupráci mezi generacemi. Příklady vycházejí z reálné praxe a reflektují různorodé přístupy k propojování generací v oblasti vzdělávání, kultury, komunitního života i sociálních služeb.

Cílem kapitoly není nabídnout univerzální model, ale ukázat pestrost možností, jak lze mezigenerační spolupráci uchopit, a podpořit čtenáře v hledání vlastních cest k vytváření programů, které budou odpovídat potřebám jejich komunity.

3.2.1 Mezigenerační univerzita MENDELU

Mezigenerační univerzita Mendelovy univerzity v Brně představuje příklad dobré praxe, který ukazuje, že vzdělávání může být účinným nástrojem pro sblížení generací, posilování vztahů a budování sociální soudržnosti. Vychází z přesvědčení, že společné učení vytváří přirozený prostor pro dialog, vzájemné porozumění a odbourávání stereotypů. Ačkoli je Mezigenerační univerzita nejčastěji spojována s rodinnými programy pro prarodiče a jejich vnoučata, její pojetí mezigeneračního vzdělávání je výrazně širší a zahrnuje i kurzy, v nichž se společně vzdělávají posluchači Univerzity třetího věku a studenti Mendelovy univerzity v Brně.

Mezigenerační univerzita MENDELU



ORGANIZACE Mendelova univerzita v Brně

PROJEKT Mezigenerační univerzita

WEB icv.mendelu.cz/seniorske-vzdelavani/mezigeneracni-univerzita

E-MAIL pevna@mendelu.cz

Mezigenerační univerzita Mendelovy univerzity v Brně vznikla v roce 2019 na Institutu celoživotního vzdělávání jako unikátní pilotní projekt reagující na proměny rodiny, demografický vývoj i proměňující se podobu mezigeneračních vztahů. Její vznik byl inspirován vědomím, že přirozených situací, kdy mohou prarodiče a vnoučata trávit společný čas, postupně ubývá. Zároveň se ukazuje, že jednotlivé generace o sobě často vědí méně, než by chtěly, a že mezi nimi vznikají stereotypní představy a komunikační bariéry.

„Na Mezigenerační univerzitě chceme dát babičkám, dědečkům a jejich vnoučatům prostor k tomu, aby spolu mohli nevšedním způsobem trávit více času, získat nové znalosti a dovednosti a zároveň si uvědomit hodnotu toho, co si mohou navzájem předat,“ shrnuje základní filozofii projektu Kateřina Pevná, metodička mezigeneračních aktivit. Hlavními cíli mezigeneračního vzdělávání jsou proto podpora pozitivních vztahů mezi generacemi, zlepšování sociální soudržnosti a snižování mezigenerační propasti.

Stěžejní část Mezigenerační univerzity tvoří rodinné mezigenerační programy určené prarodičům a jejich vnoučatům ve věku přibližně 8–13 let. Pro zájemce jsou připraveny dva tematicky zaměřené programy, které mají stejnou strukturu a probíhají formou šesti setkání v průběhu akademického roku. Setkání se uskutečňují jednou měsíčně, vždy v sobotu, v rozsahu pěti výukových hodin. Volba sobotního dopoledne je záměrná – cílem je vytvořit časový prostor, kdy se účastníci mohou plně soustředit jeden na druhého, bez školních povinností či dalších kroužků.

Výuka je koncipována jako zážitková. Místem setkávání nejsou klasické učebny, ale autentická pracoviště Mendelovy univerzity v Brně a její přidružená zařízení. Účastníci navštěvují Botanickou zahradu a arboretum, potravinářské poloprovozy Agronomické fakulty, jako je univerzitní pekárna či masný provoz, Školní zemědělský podnik v Žabčicích nebo školní lesní podnik Masarykův les Křtiny, včetně

arboret v Brně, Řícmanicích a Křtinách. Velmi oblíbené jsou také Tematické zahrady Zahradnické fakulty v Lednici.

Právě v tomto prostředí se přirozeně propojuje teorie s praxí. Děti i senioři společně poznávají tajemství léčivých rostlin, pracují s mikroskopy, sledují chov dobytka i skladování mléka, učí se vyrábět jogurt nebo zmrzlinu a objevují koloběh života rostlin. *„Já jsem si myslela, že už mě nic nepřekvapí, a pak mi vnučka ukazuje, co všechno se dnes učí ve škole,“* směje se jedna z babiček během práce v tematických zahradách. Podobné momenty vytvářejí prostor pro vzájemné učení, v němž se role učitele a žáka přirozeně střídají.

Pro každé terénní cvičení jsou připravovány nové výukové materiály, které reflektují specifika mezigenerační skupiny. Aktivity jsou navrženy tak, aby vycházely z potřeb a možností dětí, ale zároveň dávaly prostor zkušenosti seniorů. Kombinace a střídání různých typů činností – pozorování, práce rukama, diskuse i sdílení osobních příběhů – se ukazují jako klíčový prvek úspěchu. Vzdělávání zde není samoúčelné, ale stává se prostředkem pro budování vztahů.

Právě společné učení je základem, na němž se postupně formují mezigenerační vazby. Sdílené zážitky, drobné úspěchy i společné překonávání nejistoty posilují důvěru a pocit sounáležitosti. *„To pouto mezi generacemi je v tu chvíli až hmatatelné,“* popisuje Lenka Kamanová, která je další metodičkou programů a doplňuje: *„Děti si začnou vážit zkušeností svých prarodičů a prarodiče jsou překvapeni, kolik toho jejich vnoučata zvládají.“*

Kapacita programů je záměrně omezena na cca 20 osob, tedy deset seniorů a deset dětí, aby byl zachován individuální přístup a bezpečné prostředí. Programy jsou zakončeny slavnostním aktem v aule Mendelovy univerzity v Brně, který symbolicky uzavírá společnou vzdělávací cestu. Vzhledem k velkému zájmu je každoročně realizována také Prázdninová mezigenerační univerzita, tří až čtyřdenní formát připomínající příměstský tábor, v němž se prarodiče s vnoučaty vydávají do lesa, pracují v univerzitních laboratořích, vyrábějí sýr či tvoří v kreativních dílnách z recyklovaných materiálů. Do programu jsou zapojovány i další instituce, například VIDA! science centrum nebo Muzeum města Brna – pracoviště Arnoldova vila.

Mezigenerační univerzita však od počátku neusiluje pouze o rozvoj rodinných vazeb. Postupně se ukázalo, že principy mezigeneračního učení mají významný potenciál i mimo rodinný kontext. Proto



byly vytvořeny vzdělávací kurzy, v nichž se společně vzdělávají posluchači Univerzity třetího věku a studenti Mendelovy univerzity v Brně. Tyto kurzy vytvářejí prostor pro setkávání generací v akademickém prostředí a podporují dialog mezi mladými lidmi a seniory.

Společné vzdělávání zde není náhodným vedlejším efektem, ale vědomě rozvíjeným cílem. Účastníci se učí pracovat s rozdílnými perspektivami, naslouchat si a vnímat generační odlišnosti jako obohacení. „*Najednou zjistíte, že se neučíte jen z učebnic, ale i z příběhů lidí, kteří mají za sebou bohatou životní zkušenost,*“ zaznělo v jedné ze společných reflexí. Mezigenerační učení se tak stává nejen praxí, ale také dovedností, kterou je možné rozvíjet a kultivovat.

Význam projektu potvrzuje i jeho institucionální ukotvení. Autorky Mezigenerační univerzity získaly v roce 2019 prestižní Cenu rektorky za významný příspěvek k rozvoji občanské společnosti a chod projektu je dlouhodobě podporován Magistrátem města Brna prostřednictvím dotačních programů rodinné politiky. Mezigenerační univerzita MENDELU tak představuje komplexní a přenositelný model mezigeneračního vzdělávání, který ukazuje, že univerzita může být místem setkávání generací, dialogu a společného učení v nejširším slova smyslu.

3.2.2 Mezigenerační dobrovolnický program MOST

Program MOST – Mezigeneračně Ostravským Seniorům Týmově spojuje mladé dobrovolníky a seniory v domovech pro seniory prostřednictvím jednoduchých, ale velmi silných setkání. Společné tvoření, rozhovory i zdánlivě všední aktivity se mění v prostor porozumění, radosti a vzájemného učení. Koordinátorka programu Hana Kozubková vypráví příběh iniciativy, která vyrostla z obyčejného nápadu v živý most mezi generacemi – most, který dává smysl, posiluje vztahy a připomíná, že lidská blízkost dokáže změnit svět jednotlivce i celé komunity.

ORGANIZACE Adra, o.p.s.

PROGRAM Mezigenerační dobrovolnický program MOST

WEB adra.cz/jak-pomahame/dobrovolnictvi/ostrava/nase-aktivity/mezigeneracni-programy/program-m-o-s-t

E-MAIL ostrava@adra.cz

Dobrovolnictví, které spojuje generace i srdce. V ostravském dobrovolnickém centru ADRA vznikl program MOST – Mezigeneračně Ostravským Seniorům Týmově. Mladí lidé zde tráví čas se seniory v domovech pro seniory, tvoří, povídají si, smějí se a hlavně – učí se navzájem chápat svět druhých. Příběh programu, který z jednoduchého nápadu vyrostl v most porozumění a radosti, vypráví jeho koordinátorka Hana Kozubková.

ADRA Ostrava je součástí mezinárodní humanitární organizace působící ve více než stovce zemí světa. V České republice ADRA provozuje 15 dobrovolnických center, která dlouhodobě propojují lidi ochotné pomáhat dětem, seniorům i osobám s postižením. Dobrovolnické centrum ADRA Ostrava se zaměřuje zejména na dlouhodobé dobrovolnictví a mezigenerační setkávání – kromě programu MOST realizuje také nemocniční projekt Setkavárna či mobilní kavárnu Šálek radosti pro seniory upoutané na lůžko. Společným jmenovatelem všech aktivit je lidský kontakt, radost a přesvědčení, že i malá pomoc může výrazně zlepšit kvalitu života jednotlivce.

Most mezi generacemi

„Most vznikl ze zkratky *Mezigeneračně Ostravským Seniorům Týmově*. Ale v tom názvu je všechno“ říká s úsměvem koordinátorka dobrovolnického centra ADRA Ostrava Hana Kozubková a doplňuje „Je to most mezi generacemi, mezi mladými lidmi a seniory, mezi světy, které si často nerozumí – a přitom se mohou krásně doplňovat.“

Program MOST patří k mezigeneračním aktivitám, které se dnes v Moravskoslezském kraji realizují. Jeho síla spočívá v jednoduchosti: spojit studenty středních škol se staršími občany žijícími v domovech pro seniory a umožnit jim společně tvořit, povídat si, smát se, ale i učit se jeden od druhého. „Na začátku to zní obyčejně – pár studentů přijde za seniory, něco vyrábějí nebo si povídají. Ale



Mezigenerační dobrovolnický program MOST



ta energie, která při těch setkáních vzniká, je naprosto mimořádná," popisuje program Kozubková.

Příběh, který začal náhodou

Cesta Hany Kozubkové k dobrovolnictví je sama o sobě inspirativním příběhem. „Třicet let jsem pracovala v byznysu“ vypráví. Pak se stala dobrovolnicí Adry. Docházela za jedním ze seniorů, který byl téměř nevidomý a neslyšící, byl upoutaný na lůžko a příliš s ní nekomunikoval. Postupně jsme si našli cestu. Nakonec se spřátelili. A Hana Kozubková si uvědomila, že nezměnila celý svět, ale změnila svět jednomu člověku. A to byl pro ni obrovský dar.“ Když se později objevila příležitost stát se koordinátorkou dobrovolníků, rozhodla se pro změnu. Dnes vede tým mladých lidí, kteří se skrze program MOST učí chápat stáří, empatii i zodpovědnost.

Jak program funguje

Program MOST vznikl v roce 2017 a od té doby se stal pevnou součástí ostravského dobrovolnického centra. Dobrovolníci – většinou středoškoláci ve věku 15 až 26 let – docházejí dvakrát měsíčně do dvou domovů pro seniory. Vždycky je s vedením domova předem dohodnuto, jak bude setkání probíhat, co bude jeho ústředním tématem. Vše kolem samotné realizace pak zajišťují samotní dobrovolníci, tedy „Mostáci“, jak o sobě sami mluví.

Nejčastější aktivitou jednotlivých setkání bývá tvoření, které často vychází z ročního období či právě se blížících svátků či události. Tvoří se tedy zejména přáníčka, věnce nebo jiné drobné dekorace z různých materiálů. „Ale není to jen o tvoření. Je to o sdílení, o doteku, o rozhovoru. Někdy si prostě jen povídáme u kávy, hrajeme hry nebo děláme hudební kvízy“ popisuje koordinátorka.

Jedna z neúspěšnějších aktivit byla ta zdánlivě nejobyčejnější – nákup v supermarketu. Tuto aktivitu si vybrali samotní senioři a jak dodává Kozubková „Bylo nádherné sledovat, jakou mají radost, že si mohou sami vybrat bonbony nebo šunku. Jeden pán řekl, že je v takovém supermarketu poprvé v životě. A dobrovolníci zase pochopili, že to co je pro nás úplnou samozřejmostí může být pro někoho nevšedním zážitkem a zjistili jak může být náročné dostat se s invalidním vozíčkem přes patník. To byla lekce pokory pro všechny.“

Jak se rodí „Mostáci“

O dobrovolnictví se zájemci nejčastěji dozvídají ve škole nebo prostřednictvím sociálních sítí. Jednou za rok koordinátorka dochází dobrovolnický program představit na místní střední školy. Součástí takové prezentace je i diskuse se studenty. Někteří z nich se do programu přihlásí hned, jiní potřebují čas na zvážení, ale později někdy přivedou i kamaráda.

Každý nový dobrovolník absolvuje úvodní školení, kde se dozví, jak komunikovat se seniory, co očekávat a jak zvládat i obtížné situace. „Mladí lidé se často setkávají s realitou stáří poprvé. Někdy jsou v šoku. Myslí si, že senioři jsou jako babičky, které potkávají v autobuse. Ale v domovech potkají lidi, kteří už se sami o sebe nemohou postarat. A to je důležité pochopit – stáří má mnoho podob“ vysvětluje koordinátorka.

Mnozí dobrovolníci zůstávají zapojení i několik let. „Několik našich mostáků přišlo, když jim bylo patnáct let, nesměli a s obavami. Dnes je jim osmnáct a zvládli by už vést skupinu sami. To jsou ty největší radosti – vidět, jak rostou.“ potvrzuje Kozubková.

Dvojitý přínos – pro seniory i mladé

Program MOST má silný dopad na obě zapojené skupiny. „Pro seniory je to radost, těšení se, zpestření dne. Ale i motivace – mají pocit, že jsou vidět, že na ně někdo myslí“ říká Kozubková. Vedle toho pro mladší generaci je to část první zkušenost s pomocí druhým lidem mimo rodinu. Tato zkušenost je učí komunikovat, potlačit ostych, a zároveň si vytvářet respekt ke stáří.

Pomoc je radost

„Každý, kdo pomáhá, musí mít z pomoci radost. Musí to jít ze srdce. Když člověk pomáhá jen kvůli razítku nebo bodům do školy, dlouho u toho nevydrží. Ale někdy se stane, že přijde kvůli těm bodům – a zůstane kvůli radosti.“ popisuje motivaci pomáhat Kozubková.

A právě v tom spočívá kouzlo programu MOST – přetváří vnější motivaci na vnitřní naplnění. Dobrovolníci, kteří přicházejí s nejistotou, odcházejí s jistotou, že dělají něco, co má smysl.



Úspěchy, překážky a poučení

Program se musel vyrovnat s řadou výzev – třeba s nedostatkem času dobrovolníků nebo s organizačními omezeními domovů. „Někdy je těžké sladit všechny rozvrhy, protože studenti mají školu, praxi, brigády. Ale díky flexibilitě a týmové komunikaci to zvládáme“ říká koordinátorka. Jako užitečná se jeví komunikace v uzavřené WhatsApp skupině, kde se domlouvají na termínech, aktivitách i nápadech. „Jsme parta, posíláme si fotky, plánujeme další akce. A hlavně – držíme při sobě“

Další výzvou je připravit mladé lidi na kontakt s nemocí a koncem života. „Snažím se, aby pochopili, že i když senior neodpoví nebo nevydrží být aktivní dlouho, že i ta krátká přítomnost má smysl. Někdy stačí, že tam dobrovolníci prostě jsou“ doplňuje Kozubková.

Co si z projektu odnést

Projekt MOST dokazuje, že mezigenerační dialog nemusí být složitý. Potřebujete jen trochu času, empatie a chuť naslouchat. „Není to žádná věda“ shrnuje Kozubková. „Stačí hrnek kávy, ochota si povídat a mít otevřené srdce. Všechno ostatní přijde samo.“

Dnes se program rozvíjí dál. DC ADRA Ostrava plánuje rozšíření aktivit do dalších zařízení a propojení s novými školami. „*Chceme, aby most mezi generacemi rostl. Aby se lidé potkávali, povídali si a navzájem se učili*“ uzavírá Hana Kozubková.

3.2.3 TROJLÍSTEK sblížení tří generací

Program TROJLÍSTEK – Sblížení tří generací, který v Brně realizuje Centrum pro rodinu a sociální péči, propojuje rodiny bez blízkých prarodičů s „náhradními babičkami“, jež touží po kontaktu s dětmi. Nejde o hlídání, ale o budování skutečných vztahů, které dávají seniorům pocit užitečnosti, dětem přinášejí laskavost a životní zkušenost a rodinám pocit širšího zázemí. Příběh Trojlístku ukazuje, že i v uspěchané době lze znovu vytvářet živé mezigenerační mosty – postavené na důvěře, blízkosti a vzájemné radosti ze sdílení.

ORGANIZACE Centrum pro rodinu a sociální péči

PROGRAM TROJLÍSTEK sblížení tří generací

WEB trojlistek.com

E-MAIL trojlistek@crsp.cz

V dnešní době, kdy se rodiny často stěhují za prací stovky kilometrů daleko od svých kořenů, se vytrácí přirozený mezigenerační kontakt, který byl po staletí základem společnosti. Projekt TROJLÍSTEK Sblížení tří generací (dále jen Trojlístek), fungující pod hlavičkou Centra pro rodinu a sociální péči, představuje inspirativní model, jak tuto mezeru zaplnit a znovu propojit osamělé seniory s rodinami, kterým chybí babička nebo dědeček. Tento program není pouhou službou na hlídání dětí, ale hlubokým lidským projektem, který vytváří trvalé vztahy, bojuje proti sociální izolaci a vrací seniorům pocit užitečnosti, zatímco dětem dopřává nenahraditelnou životní moudrost a laskavost starší generace.

Samotná myšlenka Trojlístku se v Brně zrodila již v roce 2012, původně jako součást dvouletého evropského projektu s názvem Trojlístek – sblížení tří generací. Inspirace přišla z Rakouska, konkrétně od vídeňské služby Omadienst, která má tradici sahající až do roku 1973. Ačkoliv byl start podpořen evropskými penězi, po dvou letech se brněnské Centrum pro rodinu rozhodlo, že služba má tak obrovský potenciál a odezvu, že ji nelze jen tak ukončit. Od té doby funguje program v rámci ročních projektů, což s sebou sice nese neustálou nejistotu týkající se financování, ale nadšení koordinátorů a neutuchající zájem veřejnosti drží Trojlístek při životě i v náročných časech, jako byla například pandemie covidu. Cílem služby je v odborné rovině mezigenerační provázání a vzájemná potřebnost generací, ale v praxi jde o mnohem prostší a lidštější věc. Jak s oblibou říkají sami tvůrci programu „*jejich snahou je vyplňovat díry, které konkrétním rodinám nebo babičkám v jejich životech chybí*“.

Účastníci programu jsou velmi rozmanitou skupinou, ale v jádru se opakuje několik základních schémat. Na jedné straně stojí rodiny, které v Brně nikoho nemají, protože se sem přistěhovaly za studiem nebo prací, a jejich vlastní prarodiče žijí daleko, třeba až na Slovensku nebo v opačném koutě republiky. Takové rodiny sice mají babičku na telefonu nebo je párkrát do roka navštíví, ale



TROJLÍSTEK sblížení tří generací



chybí jim ten každodenní kontakt a přirozená podpora. Hledají někoho, kdo by dětem předal to, co si sami pamatují ze svého dětství – vřelý vztah s prarodičem, společné pečení nebo jen klidné vyprávění. Na druhé straně jsou to náhradní babičky, které se často potýkají s osaměním, protože jejich vlastní vnoučata jsou daleko. Mnohé z nich jsou aktivní ženy, které navštěvují univerzity třetího věku, mají spoustu energie a milují děti. Pak jsou tu i babičky, které jsou úplně samy, třeba ovdověly a nemají děti, a ty jsou pak nejvíce vděčné za úplné začlenění do nové rodiny, kde pijí kávu s maminkami a chodí na narozeninové oslavy.

Proces propojování generací v Trojlístku je velmi pečlivý a individuální, připomíná spíše osobní seznamku než strohou sociální službu. Pro rodiny existuje online dotazník, který slouží jako „první filtr“, zaměřující se zejména na motivaci k zapojení do programu. S babičkami je proces ještě osobnější. Koordinátorka se s každou zájemkyní sejde na zhruba hodinovém pohovoru, kde zjišťuje její motivaci, životní situaci a představy o tom, co by s dětmi chtěla dělat. Některé babičky chtějí chodit na hřiště a výlety, jiné si chtějí spíše jen povídat nebo doprovázet děti na kroužky. Jedinou formální podmínkou pro babičky je výpis z trestního rejstříku, jinak vše stojí na vzájemné důvěře a sympatiích. Hlavním kritériem pro výběr vhodné dvojice je vzdálenost, protože je důležité, aby k sobě babička a rodina měly blízko i v rámci městské dopravy. Dále se zohledňuje věk dětí, jejich počet a výchovný styl rodiny, aby si obě strany co nejlépe sedly.

Samotné první setkání probíhá vždy na neutrální půdě, například v parku nebo v kavárně, aby se obě strany cítily bezpečně a mohly si v klidu popovídat. Koordinátorka v této fázi funguje jako mediátor a průvodce. Radí rodinám i babičkám, jak spolu komunikovat, jak si nastavit pravidla ohledně času a aktivit a jak předcházet nedorozuměním. Velký důraz je kladen na transparentnost – pokud si lidé lidsky „nesednou“, je naprosto v pořádku to přiznat a zkusit hledat dál. Někdy se stane, že obě strany jsou po prvním setkání nervózní a špatně interpretují signály té druhé. Maminka může mít pocit, že babička byla odtazita, zatímco babička si myslí, že o ni rodina nemá zájem. V takových chvílích nastupuje koordinátorka programu, která situaci narovná a pomůže rozptýlit počáteční nejistotu. Pokud vše klapne, rodina má za úkol babičce do tří dnů zavolat a domluvit se na další spolupráci.

Aktivity, které spolu náhradní babičky a rodiny podnikají, jsou velmi pestré. Často jde o běžné věci jako procházky, návštěvy zoologické zahrady, společné pečení dortů nebo doučování. Babičky se do rodin často zapojují tak hluboce, že se stávají jejich pevnou součástí. Jedna z babiček, které bude brzy devadesát let, se během svého působení v programu propojila již se čtyřmi rodinami. I když děti vyrostou, vazba často přetrvává. Babička pak s nadšením vypráví, jak za ní vnučka chodí mluvit o klucích nebo jak ji dospívající vnuk učí zacházet s počítačem. Služba také nabízí vzdělávací semináře, kde se babičky i rodiče mohou dozvědět více o první pomoci u dětí, mezigenerační komunikaci nebo digitální výchově. I když je Trojlístek postaven na dobrovolnictví a babičky za svou činnost nedostávají žádný plat, rodiny jsou nabádány k přirozené kompenzaci, jako je proplacení zmrzliny pro babičku nebo lístku do ZOO, a především k tomu, aby se o babičku zajímaly, když je nemocná nebo potřebuje pomoci s nákupem.

Jako každý program, i Trojlístek má své plusy a minusy. Obrovským přínosem je pozorovaný vliv na psychické zdraví obou generací. Kontakt s prarodiči snižuje riziko depresí a demence u seniorů a u dětí rozvíjí sociální dovednosti a empatii. *„Fascinující jsou momenty, kdy děti přirozeně otevírají tabuizovaná témata. Pětileté dítě se babičky bez obalu zeptá: Babi, a kdy umřeš? nebo Proč máš takové vrásčité ruce? Pro seniory je to příležitost k upřímné odpovědi a pro děti lekce o koloběhu života, kterou jim nikdo jiný takto přirozeně nepředá“* popisuje koordinátorka programu Eliška Slavíková. Na druhou stranu mezi výzvy patří neustálý nedostatek babiček ve srovnání s obrovským převisem rodin. Nabírání nových babiček je náročné, protože starší generace má často strach z odpovědnosti za cizí dítě nebo se obává, že budou zneužívány jen jako levná pracovní síla na hlídání. Dalším úskalím jsou mezigenerační nedorozumění, například ohledně výchovných metod nebo sdílení fotografií dětí na sociálních sítích. Také se ukazuje, že je obtížnější propojovat babičky s dětmi staršími deseti let, protože ty už mají své zájmy a k cizím dospělým jsou rezervovanější.

Program Trojlístek Brno je zářným příkladem toho, jak lze s minimálními prostředky, ale velkým osobním nasazením, měnit životy lidí k lepšímu. Vrací seniorům pocit hrdoosti na jejich zkušenosti a zralost a rodinám dává pocit zázemí a širší komunity. Jak říká jedna z babiček po letech v programu: *„To, jak jsme spolu pekli dorty a chodili na procházky, bylo prostě k nezaplacení“*. Celý systém stojí



na individuálním přístupu a ochotě naslouchat potřebám každého jednotlivce, což je v dnešní digitální a často odosobněné době vzácný dar. Inspirace rakouským modelem a jeho úspěšná adaptace na české prostředí ukazuje, že mezigenerační solidarita není jen prázdným pojmem, ale živou a nesmírně důležitou součástí našich životů.

„Představte si mezigenerační program jako most, který spojuje dva břehy, jež by k sobě jinak hledaly cestu jen stěží. Na jednom břehu stojí moudrost a klid stáří, na druhém nespoutaná energie mládí. Trojlístek je tímto mostem, po kterém neproudí jen pomoc s hlídáním, ale především porozumění, vděčnost a pocit, že nikdo z nás nemusí být na své radosti ani starosti úplně sám. Tato cesta se staví z malých, každodenních gest, jako je společná zmrzlina nebo telefonát po roce spolupráce, a výsledkem je pevná stavba, která odolá i těm největším životním bouřím“ dodává Eliška Slavíková na závěr.

3.2.4 Centrum celoživotního vzdělávání Ing. Dany Steinové

Mezigenerační vzdělávání v rámci Centra celoživotního vzdělávání Ing. Dany Steinové ukazuje, že společné vzdělávání prarodičů a dětí může být víc než „hezký program na sobotu“. Je to promyšlený systém, který už od roku 2004 přivádí rodiny k pravidelnému společnému času, probouzí v dětech zájem o vědu i humanitní obory a dává seniorům nový životní program – svobodně, bez dotací, s důrazem na kvalitu a skutečný zážitek.

ORGANIZACE Centrum celoživotního vzdělávání
Ing. Dany Steinové
WEB aktivnistari.eu
E-MAIL dana_stein@volny.cz

Příběh dobré praxe začíná na konferenci v Chicagu v roce 2003, kde se paní Ing. Dana Steinová setkala s jednoduchým americkým modelem společného učení prarodičů a vnoučat: „Bylo to hodně praktické... ale pro malou skupinku účastníků a spíš takové jednoduché“. V hlavě jí však zůstala klíčová myšlenka: mezigenerační vzdělávání může být opravdové, akademicky ukotvené a zároveň živé. Navázala na své dlouholeté zkušenosti se seniorskou edukací, kterou

už od 80. let systematicky prosazovala na vysokých školách. Sama sebe v té době popisuje s nadsázkou jako „žlutou zemnici“, protože energicky vyvíjela tlak na vysoké školy, aby otevřely obory pro seniory a aby se akademická půda stala dostupnou i lidem, kteří nikdy předtím na univerzitě nestudovali. Právě toto „podhoubí“ se později ukázalo jako rozhodující: mezigenerační program nevznikal ve vzduchoprázdnu, ale na konkrétních základech již vytvořené komunity, resp. sítě lektorů i účastníků.

V roce 2004 pak společně s docentem Martinem Šolcem otevřela první mezigenerační studium se zaměřením na téma astronomie pod názvem Experimentální univerzita pro prarodiče a vnoučata. Program byl vystavěn tak, aby se každou chvíli něco dělo: výroba slunečních hodin, měření, drobné experimenty, části, kdy se vyráželo do terénu. Zároveň nechybělo akademické ukotvení informací. Zájem byl obrovský – původně byla kapacita nastavena na dvacet pět dvojic, nakonec se programů účastnilo dvojic padesát. Brzy ale zjistili, že pro skutečně praktickou výuku je lepší menší počet, a skupiny upravili tak, aby se dalo pracovat intenzivně a s respektem k individuálním potřebám dětí i seniorů.

Dnes Mezigenerační univerzita stojí na jednoduchém, ale funkčním nastavení: jednou měsíčně se koná sobotní přednáškový blok v rámci přednáškového cyklu, v létě je pořádán tábor. V přednáškovém cyklu se každoročně mění téma, které je vždy jedno a je rozdělené do osmi sobotních přednáškových bloků – od mykologie přes genetiku až po plánovanou sinologii. Důležité je, že „studium“ je skutečně studiem: uceleným, vedeným odborníky a s ambicí rozšířit obzor v jednom konkrétním tématu. Přitom se stále hlídá, aby si i šestileté dítě „něco odneslo“. A když hrozí, že téma bude pro děti příliš náročné, přichází metodická drobnost, která drží pozornost i atmosféru. Paní Dana Steinová to popisuje prakticky: „Někdy prostě vstoupím do hodiny a vytáhnu pytlík bonbonů jako odměnu za správné odpovědi. Otázky přizpůsobuji podle věku, střídám babičky a děti a vytvořím tak vlastně malou soutěž. A opravdu to funguje.“ Pointa není v odměně, ale v tom, že se dítě i prarodič učí být spolu v jednom procesu – poslouchat, ptát se, odpovídat, podporovat se.

Nejsilnější část programu se ale odehrává v létě. Tábory mají jasná pravidla: prarodiče nejsou jen doprovod, ale aktivní součást přípravy a samotného dění. Děti připravují program pro babičky a dědečky, prarodiče naopak pro děti. Funguje např. stezka odva-



hy, jenže ne jako strašení v lese – na stanovištích čekají odborné otázky z přednášek. „*Neodpustí nám nic. Ani vlastní babičce,*“ směje se paní Steinová při komentáři k letnímu táboru. Tím se přirozeně posiluje odpovědnost, motivace i respekt: děti chtějí uspět, prarodiče je podporují, a obě generace vidí, že jejich role je důležitá. Součástí bývá i amatérský divadelní festival, kde témata vždy vycházejí z oboru tábora – antika, zahradničení nebo třeba houby. Děti často přijdou s nečekanou kreativitou, prarodiče zase přidávají nadhled a zkušenost.

Přínosy jsou konkrétní a měřitelné lidskými příběhy. Mezigenerační studium vytváří prostor pro čas „jen pro sebe“, bez rodičů jako rušivého prvku. Vnoučata to pojmenovávají nejpřesněji: „*Babi, pro mě je to takový čas, kdy vím, že tě mám jenom pro sebe... a maminka nám do toho nemluví.*“ Zároveň se z prarodiče a dítěte stává studijní tým. Dítě pomůže s technologiemi, prarodič s poznámkami, klidem a trpělivostí. V lepším případě se program promění i v jemnou profesní inspiraci: paní Steinová připomíná příběh, kdy se mezigenerační program stal inspirací pro výběr studia – vnučky jedné z účastnic se díky této zkušenosti později rozhodly pro studium Přírodovědecké fakulty. „*Kdyby tam nechodily, tak tam nešly. My jsme vlastně vzbudili ten zájem,*“ shrnuje.

Za dobrou praxí stojí také schopnost adaptace. Po pandemii se změnilly podmínky na vysokých školách. Program se musel přesunout do pronajímaného sálu v centru Prahy a část nabídky se otevřela širší věkové škále – „od šesti do devadesáti“. Přibýly i online varianty pro ty, kteří jsou imobilní nebo se nechtějí přesouvat. Zároveň paní Steinová realisticky pojmenovává současnou překážku: „*Děti tráví hodně času na sociálních sítích a rodiče někdy nemají sílu je motivovat.*“ O to víc se ukazuje význam atmosféry v rodině a role prarodiče, který dokáže program nabídnout jako příležitost, ne povinnost.

Pozoruhodným prvkem je u tohoto programu i financování a autonomie. Program stojí na samofinancování, bez dotací, a tím pádem na svobodě rozhodování. Paní Steinová to říká s přímočarostí: „*Nejvíc si vážím toho, že jsem schopná realizovat to, co sama chci. Prosadit to a ufinancovat. Ta svoboda je neuvěřitelná.*“ V praxi to znamená pružnost, rychlá rozhodnutí i schopnost udržet kvalitu lektorů, kteří se rádi vracejí kvůli vděčnému publiku a živé atmosféře.

A nakonec je tu drobný, krátký příběh, který vystihuje podstatu mezigeneračního učení lépe než jakákoli metodika. V Českém ráji zha-

til plánovaný program déšť. V sále zůstalo ticho a prázdné – a tehdy se ozval desetiletý kluk, který na univerzitu chodil pravidelně: „... *že prý může udělat přednášku on sám – třeba o černých dírách. A pak to tzv. sypal z rukávu tak, že dospělí lapali po dechu,*“ vypráví paní Steinová. V té chvíli se ukázalo, co Mezigenerační univerzita umí – vytvořit bezpečný prostor, kde se dítě může stát nositelem vědění, prarodič partnerem a učení společným dobrodružstvím.

3.2.5 Divadlo Paměti národa

Divadlo umí vytvořit bezpečný prostor, kde se mohou potkat lidé, kteří by se jinak míjeli: mladí a ti, kdo pamatují. V Divadle Paměti národa se příběhy pamětníků nestávají jen „tématem“, ale živým materiálem – inspirací, která se promění v obrazy, situace a emoce. A především: v respekt. Právě v okamžiku, kdy se osobní vzpomínka otiskne do jevištní řeči, vzniká most mezi generacemi, který unese i těžká témata 20. století.

ORGANIZACE Post Bellum, z.ú.

PROGRAM Divadlo Paměti národa

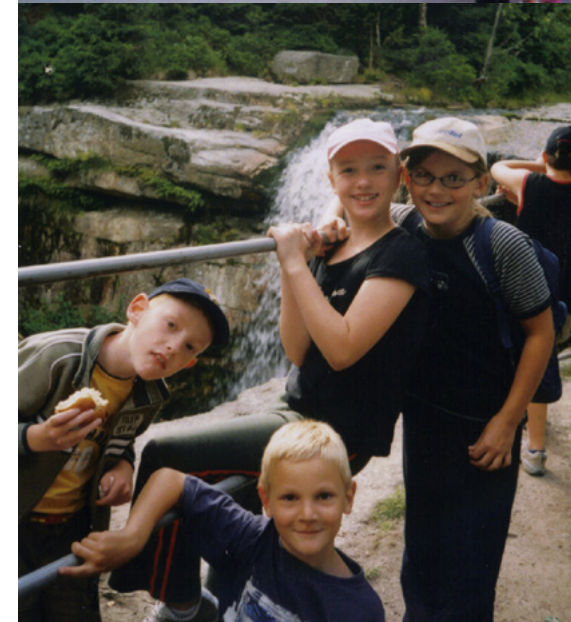
WEB divadlo.pametnaroda.cz

E-MAIL divadlo@postbellum.cz

V Post Bellum Praha se dlouhodobě pracuje s pamětí – natáčí se, archivuje, předává dál. Ale v určitém okamžiku se ukázalo, že samotné vyprávění, byť silné, ještě nemusí stačit. Zvlášť u mladých lidí, kteří jsou zvyklí na rychlý svět, krátké impulzy a okamžitou odezvu. Divadlo se proto stalo jednou z cest, jak paměť převést do zkušenosti: neříct, ale prožít. Nevyjmenovat fakta, ale vstoupit do situace, rozhodování, ticha i humoru, který pamětníci často používají jako štít.

Divadelní aktivity tu přitom nejsou jen jednorázovým „projektem“. Naopak: mají několik vrstev, které se doplňují a vytvářejí škálu možností – pro různé věkové skupiny, časové možnosti i míru zapojení pamětníků.

První, nejstabilnější linií jsou celoroční **divadelní ateliéry** pro mládež. Fungují jako volnočasové kurzy na celý školní rok. Mladí lidé se tu učí základní principy práce s tématem, s dramatickou situací,



s pohybem, hlasem a kolektivní tvorbou. Zároveň však od začátku vědí, že nejde o „divadlo pro divadlo“. Smyslem je, aby v určité fázi práce vstoupil do procesu pamětník – buď osobně, nebo skrze nahraný příběh z archivu.

Zkušenost ukazuje, že i jedno jediné setkání může přepsat způsob, jak mladí uvažují o historii. Když si vyberou příběh pamětníka, nejde jen o dramaturgickou volbu. Je to přijetí odpovědnosti: „tohle někomu patří, je to život, ne materiál“ upřesňuje Tereza Drtilová, metodička Divadla Paměti národa. Mladí pak často pracují s otázkami, které by je ve škole nenapadly: Co člověka drželo nad vodou? Kdy se bál? Kdy se rozhodl mlčet? Kdy se rozhodl jednat?

Zároveň je jasně přítomná hranice: výsledné představení není dokument. Někdy bývá „ošemetné“ vysvětlit pamětníkům, že jde o inspiraci a autorskou tvorbu, ne o úplné převyprávění každého detailu. Právě tohle je ale jeden z důležitých metodických bodů dobré praxe: týmy si postupně zvykly transparentně pojmenovávat, co vzniká. Ne „zahrajeme váš život“, ale „vaše zkušenost se stane inspirací, která nám pomůže otevřít téma“.

Tento přístup chrání obě strany. Pamětníci vědí, že se nehraje „o nich“ v bulvárním slova smyslu, ale z nich – z jejich zkušenosti – se staví divadelní tvar. A mladí lidé se učí, že respekt neznamená doslovnost. Znamená citlivost, pravdivost tématu a poctivé zacházení s tím, co bylo svěřeno.

Vedle ateliérů existují **mezigenerační dílny** – často jednodenní projektové dny, někdy realizované ve spolupráci se školami. Tady se setkání pamětníků a mladých lidí odehrává v intenzivnějším režimu. Vzniká krátký výstup, někdy divadelní, jindy výtvarný nebo kombinovaný. Nejde o dlouhé zkoušení, spíše o „tvořivou zkratku“, která má jednu výhodu: umožní opravdu společnou práci v jednom čase a prostoru.

A pak je tu třetí – nejviditelnější a pro veřejnost často nejpůsobivější – rovina: **velké inscenace**. Ty vznikají zpravidla kolem 27. ledna, tedy Mezinárodního dne památky obětí holokaustu. Jsou určené širšímu publiku a mají ambici být nejen školní prezentací, ale skutečným divadelním titulem, který komunikuje s veřejností.

Jejich princip je jasný a zároveň náročný: skupina mladých lidí se setkává s několika pamětníky, pracuje v menších skupinkách a sbírá materiál. Příběhy se následně „nahrávají“ i mezi skupinami, aby

režijní vedení mělo možnost slyšet vše a z mozaiky vytvořit tvar. Samotné hraní pak zatím zůstává na mladých – pamětníci jsou přítomní jako zdroj, inspirace, partner v rozhovoru, ale nejsou nuceni k jevištnímu výkonu. I to je důležitý prvek dobré praxe: respekt k fyzické kondici a možnostem starších lidí.

Když se mluví o překážkách, zaznívají z úst Terezy Drtilové, dvě velmi lidské. První je zdravotní stav pamětníků. Někdy chtějí být u procesu, ale nejde to, někdy se domluva rozpadá, jindy pamětník náhle není k dispozici – a tým, který je vázaný grantem, termíny a výrobou, hledá způsob, jak být zároveň citlivý a funkční. Druhou překážkou je samotná komunikace: stává se, že pamětník je velmi „průbojný“, dožaduje se kontaktu, přijde jindy, než bylo domluveno, nebo chce intenzivně komentovat výsledek. Pro mladé účastníky to může být zkouška – a pro pedagogy příležitost učit se nastavování hranic s respektem.

Velmi silně je přítomen také motiv „propojování bez předsudků“. Ne ve smyslu, že se všichni musí shodnout, ale že se vůbec potkají jako rovní. To je princip, který funguje i v akademických nebo vzdělávacích formátech organizace Post Bellum, a v divadle se ukazuje v ještě intenzivnější podobě: když spolu sedí mladý člověk a pamětník, nevzniká vztah učitel–žák, ale partnerství. Jeden přináší zkušenost, druhý energii, otázky, odvahu mluvit dnešním jazykem.

Největší přínos této praxe se často ukáže až na konci, kdy pamětníci přijdou na premiéru. Někteří jsou dojatí, jiní překvapení, další hrdí – a občas někdo řekne: „*Ono to bylo trochu jinak*,“ protože paměť je živá, subjektivní a někdy bolestivá. I s tím projekt počítá. Neutíká před tím. Učí mladé lidi, že „pravda příběhu“ někdy neleží v detailech, ale v etice zacházení s tím, co bylo vyprávěno.

A to je možná největší hodnota: divadlo tu není jen kreativní metoda. Je to mezigenerační laboratoř, kde se v bezpečí zkouší, jak spolu mluvit o minulosti i o současnosti – a jak to přenést dál, aniž by se z toho stala povinná školní látka.

3.2.6 Moudrá síť

Moudrá Sovička je webová služba, která propojuje seniory s digitálními asistenty a pomáhá jim zvládat každodenní výzvy spojené s moderními technologiemi. Nabízí srozumitelnou a lidskou podporu v okamžicích, kdy si seniori nevědí rady s chytrým telefonem, počítačem či online službami. Obrátit se na ni mohou kdykoli potřebují pomoc, radu nebo trpělivé vysvětlení – bez obav, studu a zbytečného stresu.

ORGANIZACE Moudrá sovička, z.s.

PROGRAM Moudrá síť

WEB moudrasovicka.cz/digisen

E-MAIL odysea@moudrasovicka.cz

Když se dnes ve veřejných službách řekne „bez telefonu to nepůjde“, mnoho z nás si představí hlavně pohodlí. Pro řadu starších lidí je to ale věta, která v sobě nese i napětí: Co když něco omylem zmáčknou? Co když se mi ztratí zprávy? Co když mi přestane fungovat bankovní aplikace nebo se nemůžu objednat k lékaři? Právě z téhle každodenní nejistoty seniorů vyrostl program, který v posledních letech ukazuje, jak může vypadat chytrá a lidské mezigenerační propojení. Jmenuje se Moudrá síť a je součástí aktivit neziskové organizace Moudrá Sovička. Program stojí na jednoduchém předpokladu – technologie se nejlépe učí tam, kde je bezpečno, tedy kde je vedle vás někdo, kdo má znalosti, čas a trpělivost.

Nezisková organizace Moudrá Sovička vznikla s cílem propojovat generace prostřednictvím technologií a podporovat seniory v jejich aktivním zapojení do současné společnosti. Organizace vytváří platformu pro mezigenerační setkávání a pomáhá seniorům orientovat se ve světě, který se vlivem digitálního rozvoje neustále proměňuje. Důraz je kladen na individuální přístup a prevenci sociálního vyloučení. Na pevných základech bohaté praxe se následně vyvinula samotná Moudrá síť. Mezigenerační projekt v podobě platformy, kde se vzájemně propojují senioři a „digitální asistenti“. Digitálním asistentem se může stát kdokoli, kdo umí bezpečně a hravě ovládat chytrá zařízení a dokáže tuto dovednost trpělivě a lidsky předávat druhým. Základem je mapa dostupných digitálních asistentů,

informace o jejich vytížení, historie osobních referencí od seniorů a možnost rezervace termínu.

V praxi to vypadá tak, že se v prostorách senior klubu, komunitního centra nebo jiné dostupné místnosti sejde skupina starších účastníků. Lektor z neziskové organizace Moudrá Sovička má připravenou strukturu, ale nepřichází s uzavřeným obsahem témat. Sleduje, co skupina skutečně potřebuje: někde se začíná od úplných základů – zapnout, vypnout, nastavit hlasitost, připojit Wi-Fi. Jinde už se řeší fotky, mapy, komunikace s rodinou nebo to, jak vyhledávat informace. A někde už padne i otázka, která by ještě před pár lety zněla jako sci-fi: jak si nechat poradit umělou inteligencí.

Klíčový moment ale přichází ve chvíli, kdy se ukáže, že v místnosti nejsou jen „žáci“ a „učitel“. Součástí workshopu jsou asistenti – nejčastěji mladí dobrovolníci, středoškoláci nebo vysokoškoláci. Sednou si k seniorům po dvojicích či trojicích a krok za krokem s nimi trénují to, co lektor zrovna vysvětlil. „Tohle jsou naši hrdinové dnešní doby,“ říká s úsměvem spolupracovnice organizace Eva Nečasová z agentury JINAG. „Mladí mají znalosti a dovednosti, které berou jako samozřejmost. A pro řadu starších je to naopak slabé místo – něco, z čeho mají obavy a co je může limitovat.“

Právě tady se rodí mezigeneračnost celého programu, která není „na oko“ ani násilně organizovaná. Je praktická, přirozená a má okamžitý dopad. Senior se učí a zároveň zažívá, že se může ptát bez studu. Mladý člověk zjistí, že „vysvětlit“ není totéž co „říct“. A že trpělivost není fráze, ale konkrétní dovednost.

Jenže kurzy mají jednu slabinu, kterou zná každý, kdo někdy něco nového učil: jakmile skončí, člověk přijde domů – a začne se bát znovu. Častá poptávka seniorů byla: „Tady jsme dostali spoustu informací, ale co máme dělat, když vy odjedete? Jsem doma a nevím, na koho se obrátit,“ popisuje dále Eva Nečasová. A právě z téhle věty vyrostla Moudrá síť.

Moudrá síť staví na konceptu „digitálních asistentů“. Jsou to dobrovolníci – často mladí, ale může to být kdokoli, kdo se v technologiích orientuje a chce pomoci. Projdou školením, mají zázemí a jasný cíl. A pak ve svém volném čase pomáhají seniorům přímo v terénu: když se něco rozbije, když se ztratí nastavení, když se objeví neznámé okno, které nejde zavřít, nebo když člověk potřebuje jen ujištění, že postupuje správně.

„Nemusí to být vždycky ten stejný asistent,“ říká spolupracovnice realisticky. „V regionech jich bývá málo – třeba dva, tři – takže je pravděpodobné, že se senior opakovaně potká se stejným člověkem. Ve velkých městech se to střídá podle toho, kdo má čas. Je to živá síť.“

Zajímavé je, co se v té síti děje mimo samotné „technické opravy“. Digitální asistenti totiž často mluví o tom, že díky programu se učí komunikovat se staršími lidmi, ptát se, naslouchat a hledat srozumitelné cesty. „Někdy je pro ně větší výzva než nastavit telefon to, že musí zavolat seniorovi, který potřebuje jejich pomoc“ zaznívá jako jeden z typických postřehů z praxe. Mladí lidé pojmenovávají, že se učí domluvit si schůzku, zvednout telefon, přijít včas, vést setkání a pak ho vyhodnotit. Tedy dovednosti, které se ve škole často trénují jen nepřímo, ale v reálném životě rozhodují o tom, jestli budeme umět spolupracovat a být spolehliví.

A senioři? Ti kromě konkrétních nastavení získávají něco, co v digitální době rychle mizí: někoho, kdo se nezlobí, když se ptají znovu. Je to propojení s někým, kdo na ně má čas, shrnuje koordinátorka. A čas je v tomhle programu základní měna.

Vedle individuální pomoci Moudrá síť podporuje i organizovaná mezigenerační setkání, často přímo ve školách nebo komunitních centrech. Jejich kouzlo spočívá v tom, že je připravují studenti – někdy s podporou učitelů, ale s vlastní iniciativou a vlastním obsahem. Studenti si nachystají krátký blok informací, ale nejdůležitější částí je prostor pro individuální dotazy: mladí si sednou k seniorům a řeší s nimi konkrétní věci na jejich telefonu. „Mladí se učí mluvit jednoduše a srozumitelně. Senioři mají pocit, že je někdo bere vážně. A přirozeně vznikají rozhovory, které se neomezují jen na aplikace“ doplňuje Eva Nečasová.

To je také okamžik, kdy mezigenerační setkání přesahuje původní cíl digitálního vzdělávání. V rozhovorech se někdy otevrou i témata stárnutí, osamělosti, konečnosti nebo zkušeností, které mladí dosud znali jen z vyprávění. Program tak nepřímo posiluje empatii a odolnost – na obou stranách.

Pro obce a regiony má Moudrá síť ještě jednu důležitou hodnotu: dává jim konkrétní nástroj, jak reagovat na digitalizaci služeb, aniž by musely všechno vymýšlet od nuly. „Když mapujeme potřeby obcí, často slyšíme, že hledají způsob, jak podpořit seniory, aby byli v dění a mnohdy ani nevědí, že mohou vytvořit službu digitální pod-

pory. Když se do obce dostaneme a přineseme tu informaci, bývá to přijímané s úlevou: „To je super, aby tady někdo takový byl“ popisuje organické šíření sítě Eva Nečasová.

Jako příklad uvádí Moravský Krumlov, kde se díky přenosu know-how podařilo propojit několik místních iniciativ. Město a další organizace v území si pojmenovaly, kdo bude koordinátorem a jak se bude digitální asistence dlouhodobě „živit“, aby nezůstala jen jednorázovou akcí. V tom je velká inspirace pro další místa: pokud se podaří najít lokálního nositele a navázat spolupráci se školami, komunitními centry, knihovnami, pečovatelskými službami nebo třeba skauty, může se z jedné dobré zkušenosti stát stabilní součást života obce.

Program má samozřejmě i své překážky – a právě v jejich pojmenování je dobrá praxe nejvíc užitečná. Největší limit vychází z dobrovolnictví: počet digitálních asistentů se přirozeně mění, někdo se zapojí na pár měsíců, pak odejde. „To, že teď máme několik dobrovolníků, neznamená, že za měsíc bude stejný počet. Musí se pořád pracovat s nábořem, motivací a udržením.“ Dokresluje výzvy realizace programu jeho spolupracovnice. Další výzvou je citlivé dávkování nabídky do regionu: když má lokalita jen jednoho či dva asistenty, je potřeba hlídat, aby se nepřetížili a aby poptávka seniorů zůstala naplnitelná.

Moudrá síť na to reaguje profesionálním zázemím: dobrovolníci procházejí školením, mají mentoring a mohou získat osvědčení o rozsahu své dobrovolnické práce. A opírají se i o vlastní digitální platformu – místo, kde se shromažďují dotazy, kde je vidět pokrytí asistentů v území a kde mohou dobrovolníci konzultovat obtížné situace s mentory nebo s ostatními. Jinými slovy - síť nestojí na improvizaci, ale na procesu.

Za obzvlášť inspirativní lze považovat směr, kterým se program rozvíjí dál: k seniorům, kteří žijí sami, jsou ohroženi izolací nebo využívají podporu sociálních služeb. „Umět pracovat s chytrými technologiemi může pomáhat snižovat osamělost,“ zaznívá v rozhovoru jako jasné pojmenování. Telefon a jednoduché aplikace se v takových situacích mění v nástroj kontaktu se světem – s rodinou, s úřady, s lékaři i s běžnými službami. A s tím přichází i nové téma: asistivní technologie, senzory, chytrá zařízení, která mohou zvýšit bezpečí a samostatnost. To je výzva pro budoucnost, v níž budou mladí „hrdinové“ potřební možná ještě víc než dnes.

A co vztahy, které by přerostly v něco dlouhodobějšího? „Věřím, že ano,“ odpovídá spolupracovnice, když přijde řeč na to, zda se z opakovaných setkání může stát přátelství nebo pravidelný kontakt. „Zvlášť v regionech, kde je asistentů méně. Už jsem viděla seniory, kteří říkali: ‘Já tady mám svého asistenta, jsme v častějším kontaktu.’ A když se to děje v menších místech, lidé si můžou být blíží, můžou se znát – a vazby vznikají přirozeně.“

Moudrá síť a Moudrá Sovička tak nabízejí víc než jen „digitální doučování“. Ukazují, že mezigenerační program může být současně praktický a lidsky silný. Že může pomoci obci reagovat na digitální dobu bez strachu a bez pocitu, že „na to nemáme“. A že mladí lidé nepotřebují složité projekty, aby byli užiteční – často stačí, když dostanou roli, důvěru a rámeček, ve kterém mohou růst.

Možná nejmódněji to shrnuje věta, která v rozhovoru zaznívá mezi řádky opakovaně: pomáhají si růst. Senioři rostou v jistotě a samostatnosti, mladí v komunikaci, empatii a odpovědnosti. A komunita roste v soudržnosti – protože se ukazuje, že i v digitálním světě pořád platí to nejstarší: když se lidé potkají tváří v tvář, může se změnit mnohem víc než nastavení telefonu.

3.2.7 Příběhy našich sousedů

Dvě hodiny u kuchyňského stolu mohou změnit víc než celý měsíc ve škole. Projekt Příběhy našich sousedů staví na jednoduché, ale promyšlené myšlence: mladí lidé se učí historii tak, že ji slyší od těch, kteří ji žili. Přitom nejde jen o sběr vzpomínek. Jde o bourání předsudků na obou stranách, o růst sebevědomí dětí i o to, že pamětníci znovu zažijí pocit, že jejich život má pro někoho hodnotu.

ORGANIZACE Post Bellum, z.ú.

PROGRAM Příběhy našich sousedů

WEB pribehynasichsousedu.cz

E-MAIL veronika.hermanova@postbellum.cz

Když se někdo zeptá, jak vlastně vzniká mezigenerační vzdělávání v Post Bellum z.ú., odpověď vede k programu, který je tu nejstarší a nejmódněji „zakořeněný“: Příběhy našich sousedů. Je to program, který

běží už přes dekádu a v mnoha regionech se stal tradicí. Zvenčí vše vypadá jednoduše – tým dětí natočí pamětníka, vytvoří mediální výstup, na konci proběhne slavnostní prezentace. Jenže pod povrchem se děje mnohem víc.

Program stojí na regionálním principu. „*Nejde o to posílat děti někam za příběhem, ale hledat příběhy tam, kde děti žijí. To vytváří vztah k místu: k městské části, obci, čtvrti, regionu. Pamětník není abstraktní hrdina z učebnice, ale někdo od nás. Někdo, koho potkáváme na ulici, v domě, v komunitě,*“ popisuje jeden z charakteristických znaků programu jeho vedoucí Veronika Heřmánková.

Děti pracují v malých týmech (často do pěti členů) a mají průvodce – učitele, který nemá být „klasickým pedagogem“, ale spíš doprovodem. Součástí podpory je regionální koordinátor a série workshopů pro děti, zaměřených na práci s pamětníkem i na zpracování materiálu. Důležitý moment je hned na začátku: děti se učí, jak k pamětníkovi přistupovat. Nejen technicky („jak natočit rozhovor“), ale lidsky. Jak se představit, jak reagovat na emoce, jak zvládnout situaci, kdy pamětník něco neví nebo si nepamatuje. Jak vnímat, že pamětník není „rádio“, které se zapne.

Tohle je prvek, který stojí za pozornost jako dobrá praxe: mezigenerační rozměr tu není něco statického, daného poučkou v učebnici, ale přirozená součást zkušeností v daném programu.

Výsledky programu se často projeví rychle. Veronika Heřmánková popisuje: „*Dvě hodiny rozhovoru dokážou narušit stereotypy na obou stranách. Děti často přijdou s představou, že babička peče koláče, děda kouká na televizi. Pamětníci zase někdy očekávají, že mladí jsou závislí na telefonu. A pak se stane něco obyčejného – začnou si povídat. O době, kdy byl pamětník stejně starý jako oni. O hudbě, knihách, o tom, co se tehdy smělo a nesmělo. O hodnotách, které se překvapivě potkávají. A zjistí, že mají mnoho společného.*“

Někdy se navíc ukáže, že generační dělítka nejsou tam, kde bychom čekali. V jiných programech Post Bellum, z.ú. (například v intelektuálních seminářích, kde se potkávají studenti a dospělí) zazněl příklad, kdy se starší účastníci přiklonili k „odvážnějšímu“ názoru a mladší byli opatrnější. Podobné momenty jsou důležité i u Příběhů našich sousedů: ukazují, že mezigenerační dialog není o tom, že mladí jsou moderní a staří konzervativní. Je to pestřejší. A právě to je osvobozující.



Velkou součástí projektu je závěrečná veřejná prezentace. Na jednom místě se potkají děti, učitelé, ředitelé škol, pamětníci, rodiče a zástupci obcí, kteří projekt spolufinancují. Je to slavnostní, ale zároveň komunitní. Pamětníci dostanou poděkování – často květinu – a děti zažijí, že jejich práce má skutečné publikum.

Program má navíc zvláštní schopnost „přitáhnout“ děti, které ve škole nebývají premianty. A to je další klíčový rys dobré praxe: úspěch není postavený jen na těch, kdo umí psát testy. V Příbězích našich sousedů se uplatní kreativita, empatie, schopnost ptát se, kreslit komiks, stříhat video, mluvit na pódiu, vymyslet scénář. Učitelé pak často popisují překvapení: „Já jsem vůbec nevěděl, že tohle dokážou.“ Dětem roste sebevědomí – ne jako fráze, ale jako reálný zážitek: „Něco umím a někdo to vidí.“

Zvlášť silné jsou příběhy, kdy vztah s pamětníkem pokračuje. Například když pamětník dlouho vedl turistický oddíl a děti se po natáčení zapojí do tradičního pochodu, pomáhají s organizací a jdou trasu spolu s ním. Nebo když romští žáci natáčejí romského sportovce a kontakt nezůstane jen u rozhovoru – kluci pak začnou chodit boxovat. V takových momentech se projekt stává víc než vzděláváním: stává se sociálním mostem.

A pak je tu ještě jedna velmi silná rovina: konečnost. Pamětníci jsou často ve vysokém věku a někdy se stane, že během projektu zemřou. Občas dokonce krátce po natáčení. Týmy se tak dotýkají reality stárání a umírání, aniž by na to byly „připravené“ teoreticky. Je to náročné, ale zároveň to ukazuje význam projektu: někdy jsou děti opravdu poslední, kdo příběh slyšel. Tento fakt může být pro motivaci i psychiku týmu těžký – zvlášť když se to stane opakovaně. Proto je důležité, že organizátoři s tím počítají a mají kapacitu situaci řešit, podpořit děti i učitele.

A pak jsou okamžiky, které se stanou jakýmsi symbolem. V projektu vznikl almanach s názvem „Už nikdy neřeknu stará bába“ – věta, kterou řekl jeden kluk na závěrečné prezentaci. Zní to obyčejně, trochu neuhlazeně, ale je v tom všechno: posun v respektu, změna jazyka, změna myšlení. Ne kvůli kázání. Kvůli setkání.

Právě proto se Příběhy našich sousedů dají popsat jako motor mezigenerační změny: jsou metodicky pevné, regionálně ukotvené, dávají prostor dětem, učitelům i pamětníkům – a zároveň nechávají dost místa pro to nejdůležitější, co se nedá nařídít, totiž aby se lidé opravdu slyšeli.

3.2.8 Mezi námi, o.p.s.

Nezisková organizace Mezi námi ukazuje, že mezigenerační učební nemusí být jednorázová „návštěva na Vánoce“, ale promyšlený a udržitelný systém vztahů, v jehož jádru stojí pravidelnost, metodická podpora a citlivé „ošetření“ lidí i prostředí – od školek přes domovy seniorů až po dobrovolníky. Síla programu je ve zdánlivě obyčejných setkáních, která se opakují tak dlouho, až se z nich stane něco, na co se těší obě generace.

ORGANIZACE Mezi námi, o.p.s.

WEB mezi-nami.cz

E-MAIL info@mezi-nami.cz

Nezisková organizace Mezi námi vyrostla z jednoduché zkušenosti: když se děti setkávají se seniory pravidelně, děje se něco, co se nedá naplánovat jen na papíře. Z krátkých návštěv se stávají vztahy, ze zvědavosti důvěra a z obav přirozenost. Nešlo o to realizovat jednorázová setkání, ale vytvořit a dále podporovat dlouhodobě udržitelný model, který by se mohl opakovat kdekoli v republice. Z původní skupiny zapálených nadšenců postupně vyrostla organizace, která dnes působí ve všech krajích a opírá se o tým zaměstnanců a krajské koordinátory. Ti jsou klíčoví: mezigenerační programy se dají rozvíjet jen tehdy, když mají lokální oporu, která zná prostředí, instituce i každodenní rytmus místních škol a sociálních služeb.

Hlavním cílem Mezi námi je propojovat generace tak, aby z kontaktu měly smysluplný užitek obě strany – děti i senioři. Stejně důležité je měnit veřejný obraz stárání, otevírat seniorská zařízení komunitě a podporovat školy i domovy v tom, aby mezigenerační setkávání nebylo „nadstavbou – něčím navíc“, ale přirozenou součástí života. Organizace zároveň staví na partnerské filozofii: nechce být jediným hráčem v terénu, ale šířit kvalitní postupy, metodiky a inspiraci. Tam, kde existují silná dobrovolnická centra či další neziskové organizace, dokáže předat know-how a podpořit, aby mezigenerační programy běžely místně – bez zbytečné soutěživosti a s respektem k tomu, co už v regionu funguje.

Vlajkovou lodí je program **Povídej** – propojování školských a seniorských zařízení k pravidelné dlouhodobé spolupráci. Zásadní je



Mezi námi



právě dlouhodobost: jednorázové vystoupení dětí v domově seniorů může být milé, ale vztahy se rodí až pravidelným setkáváním. Když se skupiny potkávají opakovaně, děti i senioři se přestávají „jen navštěvovat“ a začínou se znát jmény, těšit se na sebe a přirozeně si vyhledávat své protějšky. Program se vždy ladí na míru – podle věku dětí, možností seniorů i typu zařízení. Někde je možné vyjít ven, jinde je potřeba kratší, klidnější setkání. Obsah je pestrý – tvoření podle ročních období, jednoduché pohybové a rytmické aktivity, společné písničky, deskové hry, drobné projekty a u starších žáků či středoškoláků stále častěji i pomoc s moderními technologiemi. Právě zde se ukazuje jakási mezigenerační vyváženost – mladí lidé mají šanci být kompetentní a užiteční, senioři získávají konkrétní pomoc i důvod k rozhovoru a sdílení.

Kvalita programu stojí na propracovaném metodickém rámci, který jednotlivá spolupracující zařízení učí, jak připravit děti i seniory na společná setkání, jak upravit prostor, aby skutečně vznikala interakce, nebo také, jak zavádět rituály, které dávají setkáním bezpečný řád. K dispozici je nabídka aktivit, inspirace online, videa a podklady pro skupinovou práci. Koordinátor programu nebývá přítomen každému setkání, ale drží kontinuitu a vrací se do zařízení, kde je to potřeba – typicky při personálních změnách. Školy i domovy se mění, lidé odcházejí a přicházejí, a právě v těchto chvílích se ukazuje, jak důležité je mít někoho, kdo program „nese“, znovu zaškolí tým a pomůže překlenout krize.

Druhým pilířem mezigenerační práce je dobrovolnický program **Přečti**, který motivuje seniory k pravidelnému čtení dětem v mateřských školkách. Dobrovolníci procházejí proškolením a jsou „spárování“ se školkou tak, aby byla zachována dobrá dostupnost – ve vyšším věku rozhodují metry i návyky stejně jako sympatie. Koordinátor programu obvykle doprovází dobrovolníka na první čtení, pomáhá nastavit komunikaci a poté zůstává s oběma stranami v pravidelném kontaktu. Důležitá je i „komunitní nástavba“, tedy kluby čtecích babiček a dědečků a jejich pravidelná setkání, sdílení zkušeností a podpora v okamžicích, kdy se něco zadrhne. Program Přečti přináší dětem nejen kontakt se seniorem, ale i vztah ke čtení a jazyku – a mnohdy i setkání se spisovnější, kultivovanější češtinou, kterou už dnes děti tolik neslychají. Pro seniory je program často doslova kotvou týdne – vědomí, že „se mnou počítají“, umí vytáhnout z domu i v období, kdy se nechce, je tma a je snadnější zůstat o samotě. Z dobrovolnictví se přitom stává vztah – děti

se chtějí podělit o zážitky, dobrovolník je pro ně někým, kdo je opravdu poslouchá, a teprve potom přichází na řadu knížka.

Vedle těchto dvou stabilních programů využívá organizace Mezi námi i otevřenější formáty. **Mezigenerační dílny** na festivalech a veřejných akcích fungují jako „ochutnávka“ pro rodiny, děti, seniory i instituce, které zatím se zapojením do mezigeneračních aktivit váhají nebo se s nimi třeba dosud neseťkali. V posledních letech se důležitou součástí stalo také vlastní **Mezigenerační komunitní centrum**, kde probíhá široká škála aktivit pro zapojené dobrovolníky, část otevřená veřejnosti. A na rostoucí digitální potřeby seniorů reaguje projekt **IT zvesela**, v němž středoškoláci pomáhají seniorům s konkrétními úkoly na mobilním telefonu či počítači. Tady se mezigenerační učení děje velmi přirozeně: jeden vysvětluje, druhý se ptá, oba se učí trpělivosti, respektu a spolupráci.

Přínosy všech programů se dají popsat jednoduše, a přesto jsou hluboké. Senioři získávají kontakt s mladší generací, energii a bezprostřednost dětí, pocit, že jsou viděni, že mají komu vyprávět a na co se těšit. Důležitou, často přehlíženou rovinnou je i fyzická blízkost, jako je pohlazení, obejmutí, spontánní dětská náruč. V institucionálním prostředí, kde se péče musí řídit pravidly a časem, má takový moment mimořádnou hodnotu. Děti se vedle toho učí respektu bez moralizování – přirozeně zpomalí, ztiší hlas, všimnou si potřeb druhého, nabízejí pomoc a přestávají vnímat stáří jako něco vzdáleného či děsivého. Mezi generacemi navíc vzniká „most do komunity“ - domovy seniorů se díky programu méně podobají uzavřeným místům, do nichž se bojíme vejít, a více místům setkávání, kde může být i radost a humor.

Součástí síly Mezi námi je schopnost spojit lidskost se systémem. Programy mají rituály, metodické vedení, smluvní rámce spolupráce i ocenění pro zařízení, která dlouhodobě drží kvalitu. Zároveň se tu otevřeně přiznává, že dopady se měří obtížně. „Hezčí den“ je reálný výsledek, jen se špatně převádí na čísla – a přesto jde o změny, které se ukládají do života dětí i seniorů a časem mohou ovlivnit postoje celé společnosti.

Stejně otevřeně je třeba mluvit o výzvách. Největší překážkou bývá personální kapacita v partnerských zařízeních. Ve chvíli, kdy chybí lidé v přímé péči nebo ve školce, mezigenerační setkání se snadno odsune jako „něco navíc“. Dalším rizikem je fluktuace – školy i domovy se personálně proměňují a organizace musí znovu a znovu



zaučovat nové týmy, držet motivaci a kontinuitu. A pak je tu nejistota financování – dotace se mohou rok od roku výrazně měnit, procesy bývají zdlouhavé. V neposlední řadě je to i komunikace směrem k veřejnosti – bez rozpočtu na PR je těžké dostat programy k dalším školám, domovům a městům, i když výsledky jsou zřejmé.

Přesto Mezi námi působí jako organizace, která si stanovuje velké cíle a zároveň stojí pevně na zemi. Úspěch pro ně není jen expanze a čísla, ale i ten obyčejný okamžik, kdy se člověk přijde podívat do skupiny a vidí, že setkání dává smysl. A právě v tom je inspirace pro ostatní – mezigenerační učení nevzniká z jedné povedené aktivity, ale z dlouhodobé péče o vztahy a lidi. Není to rychlá výhra, ale práce, která se vrací – v úsměvu, v důvěře a v tom, že jednou budou děti, které dnes přirozeně zpomalí u vozíku, dospělými, kteří budou umět vytvořit dobré podmínky pro stáří.

3.2.9 Mezigenerační tábor Kraj Vysočina

Na první pohled připomíná obyčejný letní tábor. Ve skutečnosti je to však prostor, kde se setkávají světy dětí a seniorů, kde se zkušenost setkává se zvědavostí a kde se vztahy tvoří skrze společné zážitky. Mezigenerační pobytový tábor prarodičů s vnoučaty na Vysočině ukazuje, že propojení generací nemusí být složité – stačí vytvořit bezpečné prostředí, nabídnout smysluplné aktivity a dát lidem čas být spolu.

ORGANIZACE Kraj Vysočina, Senior Pointy Kraje Vysočina, Oblastní spolek ČČK Havlíčkův Brod

PROGRAM Pobytový tábor pro seniory s vnoučaty

E-MAIL holbova.s@kr-vysocina.cz

Na kraji lesa praská oheň. Plameny pomalu stoupají vzhůru a kolem nich stojí děti s klacky, na jejichž koncích se opéká těsto. Kousek dál sedí skupinka seniorů a krájí zeleninu na polévku, která se bude vařit přímo nad ohněm. Někdo tiše radí, jak držet nůž, jiný vypráví, jak podobně vařili kdysi na vandrech. Děti se ptají, senioři vzpomínají. Chvilí učí jedni, chvilí druzí. Nikdo tu není jen hostem. Každý je součástí společného dění.

Právě v těchto drobných, nenápadných okamžicích se ukazuje podstata mezigeneračního pobytového tábora prarodičů s vnoučaty na Vysočině. Nejde o klasický tábor, ani o běžný pobyt pro seniory. Jde o prostor, kde se generace setkávají přirozeně, bez předem daných rolí a bez tlaku na výkon. O prostor, kde mohou být spolu, něco společně dělat a znovu objevovat, že si mají co nabídnout.

Mezigenerační pobytový tábor prarodičů s vnoučaty vznikl z jednoduché, ale silné myšlenky: vytvořit místo, kde spolu mohou senioři a děti strávit několik dní bok po boku, učit se jeden od druhého a zažít společné dobrodružství.

Kraj Vysočina se před 3 roky této myšlenky společně s Oblastním spolkem Českého červeného kříže Havlíčkův Brod ujal, finančně i metodicky ji podpořil a pomohl vytvořit program, který je dnes otevřen seniorům z celého kraje prostřednictvím sítě Senior Pointů. Přihlášky se sbírají na Senior Pointech v jednotlivých okresních městech, a tak se na jednom místě setkávají lidé, kteří by se jinak pravděpodobně nikdy nepotkali. Program se tím nestává jen rodinnou záležitostí, ale i místem širšího komunitního setkávání.

Kraj Vysočina dlouhodobě podporuje mezigenerační solidaritu, má ji zakotvenou ve své Koncepti rodinné a seniorské politiky. Hledá způsoby, jak mezigenerační soužití podporovat nejen v dokumentech, ale především v reálném životě. Tábor prarodičů s vnoučaty se proto stal jedním z konkrétních kroků, jak tuto vizi naplňovat. Od počátku bylo jasné, že nepůjde o místní akci pro úzký okruh lidí, ale o celokrajský program.

Tábor probíhá pět dní, obvykle od pondělí do pátku, v pobytovém zařízení v přírodě, které je uzpůsobené jak potřebám seniorů, tak dětí. Velkou výhodou je zázemí s venkovními prostory, společenskou místností i možností klidného odpočinku. Prostředí samo o sobě podporuje zpomalení, vnímání okolí a společně strávený čas.

Pět dní strávených společně má jednoduchý, ale promyšlený rytmus. Denní režim připomíná klasický táborový program, ale s ohledem na dvě generace. Dopoledne a odpoledne jsou vyhrazeny společným aktivitám, po obědě je prostor pro klid, večery mají spíše komunitní a odpočinkový charakter. Důležité je, že nikdo není nucen se zapojovat do všeho. Každý může zvolit tempo, které mu vyhovuje. Právě tato dobrovolnost vytváří pocit bezpečí a pohody.



Obsah programu je postavený na praktičnosti. Místo dlouhých přednášek přichází krátké vysvětlení a hned poté možnost si vše vyzkoušet. Když se například probírá téma přežití v přírodě, nikdo nesedí dlouhé hodiny v lavicích. Rozdělávají se ohně křesadlem, vaří se polévka na ohni, peče se jednoduché těsto na klacku a zkouší se, jak by šla vyrobit pitná voda v nouzových podmínkách.

Právě v těchto chvílích se nejvíce ukazuje síla mezigeneračního učení. Senioři dětem radí, jak správně krájet zeleninu nebo jak pracovat bezpečně s nožem. Děti naopak často předvádějí, jak zacházet s modernějšími pomůckami nebo jak rychle rozdělávat oheň pomocí křesadla. Role učitele a žáka se přirozeně střídají. Učení probíhá obousměrně a bez pocitu, že někdo „musí“ učit druhého.

Podobně fungují i další aktivity: tvořivé dílny, pohybové hry, základy první pomoci, setkání s hasiči nebo tematické bloky zaměřené na zdraví a bezpečí. Vše je koncipováno tak, aby se teorie vždy rychle propojila s praxí. Krátké vysvětlení střídá konkrétní činnost – zkoušení, vyrábění, pohyb.

Vedle tematických bloků mají v programu své místo i krátké výpravy do okolí a společné večery. Smyslem programu není „zabavit děti“ ani „aktivizovat seniory“. Smyslem je vytvořit prostor pro vzájemné pochopení. Uvědomění si, že každá generace je jiná, má jiné tempo, jiné zkušenosti i jiné potřeby – a že právě v tom je jejich síla.

Pro seniory znamená tábor především pocit, že jsou stále potřební. Mohou předávat své zkušenosti, být oporou i průvodci. Zároveň se sami učí novým věcem a zažívají radost z objevování. Kontakt s dětmi jim přináší energii, chuť do života a pocit sounáležitosti. Mnozí z nich běžně tráví velkou část času sami a pět dní intenzivního společného života pro ně představuje silnou a obohacující zkušenost.

Pro děti je pobyt možností poznat své prarodiče jinak než doma. Vidí je v akci, jako aktivní a tvořivé lidi. Učí se trpělivosti, respektu a empatii. Zároveň si vytvářejí hlubší vztah ke starší generaci, který může přetrvávat dlouho po skončení tábora.

Velkou hodnotou tábora je atmosféra. Nejde o výkon, soutěžení ani hodnocení. Jde o vztah. Senioři zde nejsou v roli pasivních příjemců péče, ale jako aktivní partneři. Děti zde nejsou „hlídány“, ale jsou brány jako plnohodnotní účastníci. Vzniká prostředí vzájemného respektu.

Organizačně je tábor postaven na zkušeném týmu Českého červeného kříže, který má dlouhodobou praxi s dětskými i seniorskými pobyty. K dispozici jsou instruktoři, mladí pomocníci i externí lektoři. Díky tomu je zajištěna bezpečnost, plynulý chod programu i individuální podpora účastníků.

Organizátoři si všímají, že po návratu z tábora se často mění i běžné rodinné vztahy. Děti mají větší pochopení pro své prarodiče, senioři mluví o větší jistotě a radosti ze společného času. Program tak „nepůsobí“ jen během pěti dnů, ale má dlouhodobější efekt.

Mezigenerační tábor na Vysočině ukazuje, že mezigenerační program nemusí být složitý ani formálně náročný. Základem je vytvořit příležitost, kde spolu lidé mohou být, něco společně dělat a postupně se poznávat.

Kraj Vysočina program finančně podporuje především v oblasti zajištění lektorů a organizace. Díky tomu si senioři hradí pouze pobyt a stravu, což výrazně zvyšuje dostupnost programu. Pro kraj je důležité, že nejde o lokální aktivitu jednoho města, ale o celokrajský program, který propojuje síť všech pěti Senior Pointů na Vysočině

„Tábor vnímáme jako důležitý preventivní nástroj. Podpora mezigeneračních vztahů pomáhá předcházet sociální izolaci seniorů, posiluje rodiny a přispívá k tomu, aby senioři zůstávali co nejdéle soběstační a aktivní. Investice do programu je tak investicí do kvality života obyvatel našeho kraje,“ dodal k pravidelně organizované aktivitě krajský radní pro oblast sociálních věcí Jiří Horký

3.2.10 Rodinné centrum K2

V budově jedné z pražských knihoven se pod taktovkou Rodinného centra K2 jednou za měsíc odehrávají mezigenerační dílny. U jednoho stolu sedí devadesátiletá paní a skládá papírovou hvězdu, o pár míst dál si maminka s malým dítětem zkouší úplně totéž a mezi nimi se rozbíhá rozhovor, který začal u lepidla a skončil u životních příběhů. Mezigenerační dílny nejsou kurz ani klub – jsou otevřeným prostorem, kde se lidé různých generací potkávají přirozeně, bez registrace, bez tlaku a bez očekávání. Právě v této nenápadnosti vznikají vztahy, které dávají komunitě smysl a život.

Rodinné centrum K2



ORGANIZACE Klub K2, o.p.s.

WEB klubk2.cz

E-MAIL rc@klubk2.cz

Klub K2 je rodinné centrum, které vzniklo v roce 2025 a přispívá k naplnění potřeb rodin s malými dětmi. Nabízíme rodinám příležitosti k zastavení a inspirujeme je ke společnému trávení času a vztahu k lokalitě. Mezi celou řadu aktivit patří i Mezigenerační dílny, které začaly docela nenápadně. Ne jako „projekt“, který by se tvářil důležitě hned od prvního dne, ale jako praktická odpověď na otázku, kterou si v komunitním centru kladli stále častěji: kde se tu vlastně mají lidé různých generací potkávat tak, aby to nebylo nucené, aby se nikdo nemusel cítit jako „klient“ a aby to nebyla jednorázová akce, po které zůstane jen fotka na webu? Pracovnice rodinného centra a lektorky Alena Málková a Lucie Jindráková vzpomínaly na chvíle, kdy se během tradičního masopustu dařilo navazovat na staré tradice a na konci průvodu pozdravit sousedy i obyvatele místního domova pro seniory. Jenže pak přišel covid – spolupráce, která dříve fungovala, najednou nebyla možná. „Bylo mi to líto,“ říká jedna z organizátorek, „protože to fungovalo hezky.“ A přestože šlo o drobnosti, v paměti zůstával ten okamžik, kdy se starým lidem rozzářily oči, když se kolem nich objevil dětský smích a život.

Hledání nové cesty je dovedlo k jednoduchému nápadu – pokud se dveře domova pro seniory zavřely, je potřeba najít nové místo, které je otevřené a přirozené. Prošly řadou nápadů, např. společným zpíváním, spoluprací s jinými seniorskými organizacemi nebo přemýšlely, zda by se senioři nemohli zapojit do hlídání dětí během jiných komunitních akcí pořádaných jejich centrem. Jenže právě tam narazily na něco, co se v mezigeneračních programech může zpočátku bagatelizovat: rozdíl v představách o tom, co je „správná výchova“, mohou být třecí plochou. „Drhlo to,“ zaznělo upřímně, „některé seniorky komentovaly maminky... a my jsme pořád hledaly, jak to propojit, aby si to sedlo.“ V tu chvíli se ukázalo, že cesta nepovede přes snahu vymyslet dokonalý model spolupráce, ale spíš přes vytvoření prostoru, kde se lidé potkají nenápadně a sami si nastaví, kolik kontaktu mezi sebou chtějí.

Jako klíč k úspěchu se ukázala místní knihovna. Dnes to zní jako samozřejmost, ale tehdy to byl zásadní tah. Knihovna nabídla prostor zdarma, a hlavně nabídla něco, co žádná „organizace“ nabídnout neumí: neutralitu a důvěrně známý bezpečný prostor. „Knihovnu znají celý život,“ říkají organizátorky, „kdežto do neziskovky se některým nechce, mají předsudky nebo obavy.“ V knihovně se člověk nemusí identifikovat s žádnou nálepkou. Nepřichází do „centra pro seniory“ ani do „rodinného klubu“, přichází do místa, kam se chodí přirozeně, běžně. A právě to se ukázalo jako důležité pro ty, kteří by do cíleného programu nikdy nevstoupili.

Mezigenerační dílny byly od začátku postaveny na jednoduchém pravidle, a tím je otevřenost. Není potřeba se nikde registrovat, není potřeba se k ničemu zavazovat. Kdo ví, že se dílny konají, může přijít. Informace visí na stránkách knihovny i centra a pravidelně se objevují v místních novinách. Setkání probíhají jednou za měsíc, dopoledne, a trvají zhruba dvě hodiny. Návštěvníci si sami určí, jak dlouho chtějí zůstat – lidé přicházejí a odcházejí podle energie, času a chuti. „Je to úplně otevřené,“ zaznělo několikrát v rozhovoru, jako by to bylo jedno ze zásadních pravidel.

Na stole v knihovně vždy čeká připravený program mezigenerační dílny: Jedna věc, jeden výrobek, jedna společná činnost, která je dostatečně atraktivní, aby přitáhla pozornost, a zároveň dostatečně jednoduchá, aby ji zvládl člověk v jakémkoli věku. Tvoření v rámci setkání má tedy vždy jasný rámec: vznikne něco hotového, něco, co není jen „lapač prachu“, drobnost, která potěší, dá se odnést, věnovat, pověsit nebo použít. A protože přicházejí maminky s malými dětmi i velmi staří lidé, postupně se vykrystalizovalo další pravidlo: musí existovat varianta. Někdy dvě, někdy jedna hlavní a jedna jednodušší. Tak mohou tvořit malé děti, senioři, lidé, kteří nejsou příliš trpěliví, nebo naopak ti, kteří mají rádi delší soustředění.

A kdo na dílny chodí? Nejčastěji senioři z okolí a maminky s dětmi. V některých obdobích to bylo půl na půl, dnes převažují seniorky. Čas od času se objeví návraty, a ty bývají důležité. Například maminka, která si udělá volno jen proto, aby mohla přijít, jiná, která se po čase vrací, když děti nastoupí do školky a jí se po setkáních zasteskne. „Říkala: Udělala jsem si na to volno,“ a právě tato věta ukázala hodnotu celé akce: není to povinnost, je to něco, na co se člověk těší. Občas přijdou i studenti, které přiláká konkrétní výrobek. Někdy se dílna promění dokonce v mezinárodní setkání, když



se spolu se seniory objeví stážisté z ciziny. A do toho se postupně obnovuje spolupráce se zařízením pro seniory, které občas vybere dva své klienty, často lidi na vozíku, a na setkání je doprovodí asistenti. I pro ně je to výjimečné: dostanou se jinam, do běžného veřejného prostoru, nepohybují se jen v rámci svého pobytového zařízení.

To nejdůležitější se ale neděje v rámci naplánovaného programu, tvoření tedy není tím nejdůležitějším. To podstatné se děje v rozhovorech, ve smíchu, v drobných gestech. Organizátorky od začátku věděly, že nechtějí nikoho „párovat“. Žádné „ted“ se budete bavit s tímhle člověkem“. Učily se z minulých zkušeností, že když je něco moc organizované, je to najednou strnulé. V domově pro seniory se například stávalo, že přišla skupina dětí, proti nim sedělo třicet seniorů, a i když to bylo dojemné, spontánnost chyběla. „*Najednou chcete, aby třicet lidí začalo hrát karty nebo něco vyrábět, a ono to nejde,*“ zaznělo v našem rozhovoru. V knihovně je to jiné, protože lidé přicházejí po jednom, po dvou, sednou si, rozkoukají se, zapojí se, nebo se nezapojí. „*Někdo posedává dál a jen občas se přidá,*“ popisují. A i to je v pořádku. Dokonce se ukázalo, že tenhle formát vyhovuje i introvertnějším lidem – mohou být součástí kolektivu, aniž by museli hned mluvit. A když chtějí, mohou jen tvořit a mít kolem sebe šum bezpečného kontaktu.

Z těchto „vedlejších efektů“ se časem staly největší výstupy programu. Vznikly vztahy, které by nikdo nenaplánoval. Jedna starší paní se na dílnách domluvila s maminkou malé holčičky na hlídání a rok jí pomáhala. Jinde se ukázalo, že dílny mohou být vstupní branou do celé komunity: objevila se seniorka, skvělá houslistka, a díky setkání se postupně zapojila do dalších akcí rodinného centra. Dnes přijde na svatého Martina, na vynášení Morany, na masopustní průvod, někdy přivede i kamaráda s kytarou, a dohromady vytvářejí atmosféru, kterou by žádný „projektový plán“ nenapsal. Organizátorky to popisují s radostí, protože právě tohle je jejich tichá ambice: aby se lidé potkávali i mimo dílny a aby se sít vztahů propojovala napříč akcemi. Nechtějí budovat „další program“, chtějí budovat živou komunitu.

Silným momentem byla i zkušenost s maminkou, která přivedla svou matku, jež se dlouho nechtěla moc setkávat s lidmi. Nejdřív se jen přišly „kouknout“. Seděly stranou, na kraji a působily opatrně. Pak se ukázalo, že paní je šikovná, že ji to baví, a začala chodit pra-

videlně. Později bohužel zemřela, ale její dcera občas stále přijde a někdy přivede i svou dceru. V tomhle příběhu se zdá být schovaná podstata dobré praxe: dílny umí být nejen místem setkávání, ale i jemným krokem zpět do společnosti pro někoho, kdo se z ní vytratil. „*To bylo pro mě asi nejsilnější,*“ přiznává lektorka.

V programu se zároveň objevují i drobné limity a „bolestivé“ otázky, které stojí za to pojmenovat otevřeně. Jednou z nich je napětí mezi tím, co je neformální a zdarma, a tím, že materiály něco stojí. Současně se ukazuje, že i u otevřených aktivit je potřeba pečovat o hranice: v začátcích se například stalo, že jeden účastník si opakovaně bral materiál „pro sebe“, dokonce pro více dětí, a vyvolával nepříjemné situace. Nevedlo to ke konfliktům, ale přineslo to poučení, že je dobré nahlas nastavovat hranice, poukazovat na vzájemnou ohleduplnost a občas připomenout, že materiál musí vyjít pro všechny. Naprostá většina lidí je ale podle organizátorek vstřícná, a právě to podporuje pocit bezpečí.

Další výzvou, paradoxně typickou pro práci s veřejným prostorem, byl hluk. Knihovna má v sobě tradiční představu ticha, a když přišlo více dětí, vznikl zádrhel. Situace byla o to citlivější, že i v knihovně existují různé pohledy: někdo je pevně ukotvený v představě „tady se nemluví“, někdo naopak chápe knihovnu jako moderní komunitní centrum. Organizátorky Mezigeneračních dílen tak musely hledat kompromisy, někdy přesunout děti do sousedního dětského koutku, někdy doplnit hračky, někdy jen trpělivě vyjednávat. Dnes už je to vyladěné, ale zkušenost je důležitá: i dobrá praxe potřebuje na začátku čas na usazení.

Z hlediska financování je program postavený na kombinaci drobných zdrojů. Organizátorky mluví otevřeně i o tom, že jazyk grantů někdy realitu zjednodušuje, zatímco praxe je bohatší. Tvoření je vstupní brána; skutečný přínos se odehrává v rozhovorech a v tom, co účastníci nazývají příjemně stráveným dopolednem, kdy mám důvod někam jít, potkám lidi a odnesu si něco, co mi udělá radost.

Na konci dne je největší „měřitelný“ výsledek vlastně jednoduchý a lidský. Rodinné centrum K2 vytvořilo místo, kam mohou přijít ti, kdo si chtějí něco vyrobit, i ti, kdo se chtějí jen na chvíli ohrát mezi lidmi. Místo, které nevyžaduje výkon, registraci ani společenskou odvahu hned na začátku. Místo, kde se mezigenerační propojení děje samo, protože má prostor a čas. A když se pak ti samí lidé potkají na akcích ve své čtvrti, najednou už nejsou „cizí“. Jsou to ti



z mezigeneračných setkání. „Co mě nejvíc těší,“ zaznívá z úst jedné z lektorek, „je, že se to propojilo.“ A někdy je právě tohle ta nejlepší definice dobré praxe: vytvořit podmínky, aby se věci propojily – a pak jim už jen nepřekážet.

3.3 Příklady dobré praxe mezigeneračních programů v SR

Tato kapitola navazuje na předchozí, tentokrát je však představeno deset příkladů dobré praxe mezigeneračních programů realizovaných ve Slovenské republice. Jak bylo uvedeno výše, cílem je ukázat pestrost možností, jak lze mezigenerační spolupráci uchopit, a podpořit čtenáře v hledání vlastních cest k vytváření programů, které budou odpovídat potřebám jejich komunity.

3.3.1 Tvorivé porozumenie – rozvoj zručností dvoch generácií

Mestská knižnica Mikuláša Mišíka v Prievidzi je miestom, kde sa prirodzene stretávajú dve veľké skupiny – deti a seniori. Program Tvorivé porozumenie vznikol ako jednoduchá, ale silná odpoveď na otázku – čo sa stane, keď sa tieto dve generácie neposadia v knižnici len vedľa seba, ale aj k jednému stolu. Jedno popoludnie, jeden stôl, deti a štyri „Tvorilky“ – obyčajné tvorenie sa zmenilo na stretnutie dvoch svetov. Výsledkom neboli len pozdravy a dekorácie, ale najmä vzájomné učenie sa, rozhovor a pocit, že knižnica je bezpečný priestor pre spoločné príbehy a skutočné mezigeneračné porozumenie.

ORGANIZACE Mestská knižnica Mikuláša Mišíka v KaSS
Prievidza

WEB kasspd.sk/kniznica-m-misika-prievidza

E-MAIL kniznica@prievidza.sk

V knižnici sa denne stretávajú desiatky ľudí. Deti prichádzajú po knihy, seniori si listujú v novinách, niekto si sadne do ticha, iný sa len na chvíľu zastaví. Dlhو to však boli dva svety, ktoré sa v rov-

nakom priestore pohybovali vedľa seba, no prirodzene sa míňali. Práve z tejto skúsenosti postupne vyrástla myšlienka vytvoriť v knižnici mezigeneračný program – nie ako veľký projekt, ale ako jednoduché stretnutie, kde sa deti a seniori môžu naozaj spoznať.

Posledným impulzom bolo vzdelávanie o komunitných knižniciach (Eduma), ktoré pracovníckam knižnice potvrdilo, že knižnica nemusí byť len miestom kníh, ale aj miestom vzťahov. Rozhodli sa ísť „na istotu“ a spojiť dve skupiny, ktoré už knižnicu dobre poznali. Na jednej strane tvorivé seniorky – dobrovoľníčky, ktoré si samy s úsmevom začali hovoriť Tvorilky. Na druhej strane deti zo ZŠ S. Chalupku, konkrétne tretiaci so svojou triednou učiteľkou. Už pri prípravách bolo cítiť, že nepôjde len o jednorazovú dielňu, ale o stretnutie, na ktoré sa budú obe generácie tešiť.

Základ programu bol jednoduchý: spoločný motív, spoločná činnosť a dostatok času na rozhovor. Keďže sa blížil október – Mesiac úcty k starším – rozhodli sa vyrábať pozdravy pre starých a staré. Deti a seniorky pracovali v malých zmiešaných skupinách. Pri strihaní, lepení a zdobení sa prirodzene rozprávalo, smialo, občas aj potichu „klebetilo“.

Mezigeneračné učenie sa dialo nenápadne. Deti sa učili spomaliť, počkať, rešpektovať tempo starších. Seniorky si zas skúšali nové nápady, techniky a získavali istotu v tom, že aj v skupine detí majú svoje miesto. Nešlo o výkon ani dokonalý výsledok. Dôležitý bol proces – byť spolu, niečo vytvoriť a zažiť, že každý má čo ponúknuť.

Veľkú úlohu zohrala aj atmosféra. Knižnica vedome vytvárala láskavé, pokojné a bezpečné prostredie. Nikto nemusel nič dokazovať, nikto nebol hodnotený. Stačilo prísť, sadnúť si k stolu a zapojiť sa podľa chuti a možností. Práve vďaka tomu sa aj ľudia, ktorí prichádzali s obavami, postupne uvoľnili.

Za vznikom programu nestála jedna inštitúcia, ale stretnutie troch svetov. Knižnica priniesla priestor, myšlienku a citlivé sprevádzanie celého procesu. Tvorilky priniesli svoje ruky, skúsenosti a ľudskú blízkosť. Škola priniesla deti, ich energiu, zvedavosť a triednu učiteľku, ktorá im dodávala pocit istoty. Materiál na tvorenie síce zabezpečila knižnica z vlastných zdrojov, no to najdôležitejšie, čo každý priniesol, nebolo v škatuliach ani v rozpočte – bol to čas, ochota a chuť byť spolu.

Tvorivé porozumenie



Pre Tvorilky mal program veľmi rýchly a silný efekt. Mnohé prichádzali opatrne, no odchádzali s pocitom užitočnosti, radosti a sebavedomia. Objavili, že knižnica nie je len miestom ticha a kníh, ale aj živým priestorom, kde sa dá tvoriť, rozprávať a učiť sa navzájom.

Pre deti bolo stretnutie iné než bežný školský deň. Zažili, že „tety“ ich počúvajú, majú na ne čas a zaujíma ich ich názor. Atmosféra bola pokojnejšia, osobnejšia a viac založená na spolupráci než na výkone. Aj živšie deti sa dokázali sústrediť a zapojiť, keď mali vedľa seba trpezlivého dospelého, ktorý im bol oporou.

Program posilnil aj samotnú knižnicu. Ukázalo sa, že spojivkom medzi ľuďmi nemusia byť len knihy, ale aj spoločné tvorenie. Knižnica sa tak prirodzene začala profilovať ako komunitné a medzigeneračné centrum.

Na jednom stretnutí sa stretlo približne 25 detí, štyri seniorky – Tvorilky, tri knihovníčky a triedna učiteľka. Výsledkom bolo 25 hotoých pozdravov, ale ešte viac úsmevov, rozhovorov a pocitu, že to celé má zmysel.

Organizátori si zároveň uvedomujú aj výzvy. Najväčšou je čas a kapacita – udržať pravidelnosť a rozšíriť tím. Objavila sa aj túžba zapojiť do budúcnosti viac mužov, napríklad prostredníctvom jednoduchých dielní s drevom, kladivom či pílkou, aby program oslovil ešte širšie spektrum seniorov.

Ambíciou je realizovať program aspoň štyrikrát ročne, vždy s inou tvorivou témou a s novou skupinou detí. Postupne by sa z jednorazových stretnutí mali stať malé stabilné skupiny, ktoré sa budú do knižnice vracat' a budovať prirodzené vzťahy.

Tento príklad ukazuje, že medzigeneračný program nemusí byť zložitý. Niekedy stačí stôl, papier, nožnice, trochu času a ochota otvoriť priestor pre stretnutie. A práve v takýchto jednoduchých momentoch sa začína diať niečo dôležité – generácie sa prestávajú míňať a začínajú sa stretávať.

3.3.2 Ruka v ruke

Deti a seniori si v Oravskej knižnici sadnú k jednému stolu, otvoria knihu, rozprávajú sa a potom spolu tvoria. Program Ruka v ruke vznikol z jednoduchej potreby – aby ľudia, ktorí sa v bežnom živote len míňajú, mali príležitosť sa naozaj stretnúť. Ukazuje,

že aj nenápadné, pravidelné stretnutia dokážu postupne meniť vzťahy, postoje a každodenný život.

ORGANIZACE Oravská knižnica Antona Habovštiaka
v Dolnom Kubíne

WEB oravskakniznica.sk

E-MAIL podujatia@oravskakniznica.sk

Dvere komunitnej miestnosti v Oravskej knižnici sa pomaly otvárajú. Najskôr vchádzajú deti, trochu hlučné, trochu nesmelé. Za nimi prichádzajú seniori z domova sociálnych služieb – niektorí s oporou, iní s úsmevom, ktorý prezrádza zvedavosť. Na stoloch sú pripravené knihy, farebné papiere, nožnice, lepidlá a malé krabičky s drobnými pomôckami. O chvíľu sa miestnosť naplní šumom rozhovorov. Takto vyzerá bežné stretnutie programu Ruka v ruke.

Program nevznikol ako veľký projekt s ambíciou meniť svet. Zrodil sa z jednoduchej otázky: čo by pomohlo seniorom, ktorí trávajú väčšinu dní v zariadení sociálnych služieb, a zároveň by obohatilo deti zo škôl v meste? Odpoveď postupne našla knižnica – miesto, ktoré už prirodzene spája vzdelávanie, kultúru a komunitu.

S iniciatívou prišla bývalá pracovníčka knižnice Mária Babík Feranová. Videla, že knižnica má potenciál stať sa miestom stretnutí, nielen návštev. Spolu s kolegami začali hľadať cestu, ako vytvoriť pravidelný program, ktorý by bol jednoduchý, zrozumiteľný a dlhodobodržateľný. Oslovili Centrum sociálnych služieb Brezovec, Materskú školu Obrancov mieru a Základnú školu Martina Kukučína a Janka Matušku. Postupne sa vytvorila sieť partnerov, ktorí boli ochotní hľadať spoločný čas a spoločný zmysel.

Základ programu je prekvapivo nenáročný. Každé stretnutie má jednu hlavnú tému a rovnakú vnútornú štruktúru. Najskôr sa spolu číta krátky príbeh alebo rozprávka. Potom sa rozpráva – o tom, čo príbeh pripomenul, čo komu napadlo, na čo si spomenul. A napokon prichádza spoločná činnosť: tvorenie, jednoduché výtvarné práce, skladanie modelov alebo drobné edukačné aktivity.

Deti si sadnú k seniorom. Niekedy váhavo, inokedy úplne spontánne. Po chvíli už spolu vystrihujú, lepia, skladajú alebo programujú jednoduché modely z LEGO stavebníc. Deti ukazujú, seniori sa pýtajú.



Ruka v ruke



O chvíľu sa role otočia – seniori rozprávajú príbehy zo svojho detstva, opisujú, ako sa kedysi vyrábali ozdoby alebo ako vyzerali vianoce, keď boli malí. Deti počúvajú. Bez skúšania, bez známok, bez tlaku.

Vďaka podpore Nadácie SPP sa do programu dostali aj stavebnice LEGO Education SPIKE. Spoločné skladanie a jednoduché programovanie prinieslo nový rozmer – technológie sa stali prostriedkom na spoluprácu, nie prekážkou medzi generáciami. Seniori zisťujú, že dokážu pracovať aj s „modernými vecami“, deti sa učia vysvetľovať pomaly a trpezlivo.

Stretnutia trvajú približne hodinu až hodinu a pol a konajú sa niekoľkokrát do roka. Zúčastňuje sa na nich zvyčajne osem až desať seniorov a pätnásť až dvadsaťpäť detí. Čísla sú však menej dôležité než atmosféra, ktorá v miestnosti vzniká.

Pre mnohých seniorov je program jedným z mála pravidelných kontaktov s deťmi. Pani Anna, ktorá žije sama, hovorí, že sa na stretnutia pripravuje niekoľko dní dopredu. Vyberá si oblečenie, rozmýšľa, čo bude deťom rozprávať. Po zdravotnom zákroku sa jej vďaka tvorbeniu zlepšila jemná motorika, ale ešte dôležitejší je pre ňu pocit, že niekam patrí.

U detí si pedagógovia všimli, že sa pri práci so seniormi upokoja. Sú pozornejšie, menej súťaživé, viac spolupracujú. Rodičia jedného chlapca napísali knižnici, že doma začal viac pomáhať starým rodičom a často rozpráva, čo v programe zažil.

Postupne sa vytvorili malé stabilné dvojice – dieťa a senior, ktorí sa pri každom stretnutí automaticky vyhľadajú. Sadnú si k sebe, nadviažu na predchádzajúci rozhovor a pokračujú tam, kde minule skončili. Program tak prestáva byť „aktivita“ a stáva sa vzťahom.

Knižnica dnes program Ruka v ruke vníma ako prirodzenú súčasť svojej práce. Nie ako niečo navyše, ale ako spôsob, ako naplniť svoju komunitnú rolu. Program nemá veľký rozpočet ani zložitú administratívu. Stojí na spolupráci, ochote a presvedčení, že osobné stretnutia majú zmysel.

Najväčšími výzvami zostávajú financie na materiál a hľadanie spoločných termínov. Rovnako dôležité je seniorov jemne povzbudzovať, aby sa nebáli opustiť svoje prostredie. Pomáha dôvera v personál domova sociálnych služieb aj skúsenosť tých, ktorí už program navštevujú.

Do budúcnosti chce knižnica program rozvíjať postupne. Pridávať nové témy, skúšať hudobné alebo dramatické dielne a vytvárať príležitosti, kde by sa výsledky spoločnej práce mohli predstaviť aj širšej verejnosti.

Ruka v ruke ukazuje, že medzigeneračné prepájanie nemusí byť veľkolepé. Niekedy stačí jedna miestnosť, niekoľko stolov a ľudia, ktorí sú ochotní si k sebe sadnúť. Zvyšok sa deje sám.

3.3.3 Digitálna medzigeneračná univerzita

Staršia pani drží v ruke mobil a neisto sleduje obrazovku. Vedľa nej sedí stredoškôľák, ktorý trpezlivo vysvetľuje, kam kliknúť. O pár minút neskôr si role nenápadne vymenia – ona rozpráva svoj životný príbeh, on počúva. Digitálna medzigeneračná univerzita ukazuje, že technológie nemusia generácie rozdeľovať. Naopak sa môžu stať dôvodom, prečo si k sebe znovu nájdu cestu.

ORGANIZACE Ústav celoživotného vzdelávania, Žilinská univerzita v Žiline

WEB

ucv.uniza.sk/2024/11/digitalna-medzigeneracna-univerzita
ucv.uniza.sk/podcasty/dgmu-podcasty

E-MAIL lucia.hrebenarova@uniza.sk

Na jednom zo stretnutí Digitálnej medzigeneračnej univerzity sedí pri jednom stole skupina seniorov a mladých ľudí. Na obrazovkách notebookov a tabletov svietia otvorené aplikácie, vedľa nich ležia zápisníky s poznámkami. V miestnosti je cítiť sústredenie, ale aj ľahký smiech. Niektorí sa pýtajú, niektorí vysvetľujú, niektorí práve objavili, že zvládne niečo, čoho sa ešte nedávno obával.

Takto vyzerá projekt, ktorý reaguje na jednu z veľkých výziev súčasnosti. Spoločnosť starne a zároveň sa rýchlo digitalizuje. Kým pre mladších ľudí sú technológie prirodzenou súčasťou života, pre mnohých seniorov predstavujú svet, v ktorom sa cítia neistí. Svet, v ktorom majú pocit, že strácajú kontrolu, samostatnosť aj možnosť plnohodnotne sa zapájať do spoločenského diania. Digitálna priepasť sa s vekom prehľbuje a spolu s ňou rastie riziko sociálneho vylúčenia.



Digitálna medzigeneračná univerzita



Ústav celoživotného vzdelávania Žilinskej univerzity v Žiline sa rozhodol hľadať odpoveď inak než štandardnou výučbou digitálnej gramotnosti. V spolupráci s Fondom SK-NIC a Nadáciou Pontis vznikla Digitálna medzigeneračná univerzita – projekt, ktorý prepája digitálne vzdelávanie s medzigeneračným dialógom. Od septembra 2024 do decembra 2025 sa tu testuje model, ktorý stavia na jednoduchej myšlienke: skutočná digitálna inklúzia nevzniká vtedy, keď jedna generácia učí druhú zhora nadol, ale keď sa generácie učia spolu.

Na začiatku projektu stálo presvedčenie, že technológie samy o sebe nikoho nezmenia. Zmeniť sa môžu až vzťahy k nim – a tie sa menia najľahšie vtedy, keď sa ľudia stretnú, rozprávajú sa a zažijú spoločné úspechy aj malé zlyhania. Mladí ľudia tu nevystupujú len ako „technickí pomocníci“. Sú partnermi v učení. Seniori zasa nie sú pasívnymi prijímateľmi pomoci, ale nositeľmi skúseností, názorov a životných príbehov.

Projekt sa skladá zo série tematických vzdelávacích blokov a medzigeneračných stretnutí, ktoré prebiehajú pod vedením odborníkov a za účasti facilitátorov. Stretnutia sú interaktívne, založené na diskusii a praktických úlohách. Účastníci sa venujú kritickému mysleniu v online priestore, práci s informáciami, príležitostiam a rizikám digitálnych technológií, zodpovednému správaniu na sociálnych sieťach či aktuálnym trendom vrátane umelej inteligencie a nástrojov ako AI a Gemini.

Nejde však len o to, naučiť sa používať nové aplikácie. Dôležitou súčasťou je rozprávanie o hodnotách, etike a o tom, ako sa orientovať v svete, kde informácie pribúdajú rýchlejšie než schopnosť ich overovať. Seniori často prinášajú nadhľad a skúsenosť, mladí ľudia zasa aktuálne poznanie digitálneho prostredia. Spolu vytvárajú obraz sveta, ktorý je komplexnejší než pohľad jednej generácie.

Do projektu sú zapojení seniori – študenti Univerzity tretieho veku, dobrovoľníci vo vzdelávaní z U3V UNIZA, študenti Strednej športovej školy v Žiline a Asociácia univerzít tretieho veku na Slovensku. Práve toto prepojenie formálneho, neformálneho a celoživotného vzdelávania vytvára jedinečný priestor, kde sa stretávajú rôzne životné cesty a perspektívy.

Osobitnú vrstvu projektu tvoria medzigeneračné podcasty vysielané prostredníctvom média ÚCV UNIZA – Frekvencie U3V. V nahrávacom štúdiu sa stretávajú mladí a starší, aby spolu hovorili

o živote. Seniori rozprávajú o svojej profesijnej dráhe, rozhodnutiach, úspechoch aj pochybnostiach. Mladí hovoria o svojich snoch, športových a študijných ambíciách, ale aj o obavách z budúcnosti v rýchlo sa meniacom digitálnom svete. Podcasty sa tak stávajú digitálnym archívom skúseností a zároveň priestorom, kde sa generácie navzájom počúvajú.

Postupne sa ukazuje, že Digitálna medzigeneračná univerzita nie je len projektom o technológiách. Je projektom o sebavedomí, o pociťte, že človek ešte stále dokáže učiť sa nové veci. Je projektom o vzťahoch, ktoré vznikajú tam, kde by ich málokto čakal – pri notebooku, tablete či mikrofóne.

Na Slovensku ide o prvý a zatiaľ jediný projekt, ktorý takto systematicky prepája digitálnu gramotnosť s medzigeneračným učením. Ukazuje, že digitálne zručnosti nie sú len technickou kompetenciou, ale aj cestou k aktívnemu občianstvu, sociálnej súdržnosti a väčšej rovnosti medzi generáciami.

V čase, keď technológie menia spoločnosť rýchlejšie než naše vzťahy, prináša Digitálna medzigeneračná univerzita jednoduché posolstvo: ak sa generácie učia spolu, digitálny svet prestáva rozdeľovať a začína spájať.

3.3.4 Vidiecka žena roka – Líderka roka

V mnohých obciach stojí v pozadí žena, ktorá všetko drží pokope. Organizuje, spája, povzbudzuje, rieši a málokedy sa pýta, či si to niekto všimne. Program Vidiecka žena roka – Líderka roka už viac než dvadsať rokov hovorí nahlas to, čo sa na vidieku často iba tuší: bez týchto žien by sa miestny život jednoducho zastavil.

ORGANIZACE Slovenský vidiecky parlament na Slovensku (VIPA SK) a Vidiecky parlament mladých na Slovensku (VPMS)

WEB
vipa.sk
vpms.sk

E-MAIL maria.behanovska@gmail.com



Vidiecka žena roka – Líderka roka



V jednej obci sa chystá kultúrne podujatie, inde sa opravuje komunálna miestnosť, v ďalšej dedine niekto zakladá folklórny súbor, učí deti piecť tradičný chlieb alebo rozbieha sociálny podnik. V mnohých z týchto príbehov stojí žena, ktorú verejnosť pozná skôr podľa činov než podľa mena. Práve takýmto ženám dáva hlas program Vidiecka žena roka – Líderka roka.

Program vznikol v roku 2002 z iniciatívy Slovenského vidieckeho parlamentu v spolupráci s Vidieckym parlamentom mladých na Slovensku. Nevznikol v kanceláriách, ale „zdola“ – z potrieb samotných vidieckych žien. Z tých, ktoré dlhodobo nesú na pleciah starostlivosť o rodiny, obce, spolky aj tradície. Z tých, ktoré spájajú generácie, hľadajú riešenia a často robia viac, než sa od nich očakáva.

Korene programu však siahajú ešte hlbšie – k Pekinskej konferencii o ženách v roku 1995 a k vyhláseniu 15. októbra za Medzinárodný deň vidieckych žien. Už koncom deväťdesiatych rokov sa na Slovensku téme systematicky venovala organizácia VOKA a postupne sa zrodila myšlienka vytvoriť národné ocenenie, ktoré by vidieckym ženám poskytlo verejné uznanie.

Každý rok sa vyhlásenie výsledkov koná v inom kúte Slovenska. Raz je to Hrachovo, inokedy Zubrohlava, Spišské Tomášovce, Košúty, Revúca či Župčany. Putovný charakter nie je len logistickým riešením. Je vyhlásením, že vidiek nie je perifériou, ale sieťou živých miest, ktoré si zaslúžia pozornosť.

Program reaguje na realitu, ktorú vidiek dlhodobo zažíva – odchod mladých ľudí, obmedzené pracovné príležitosti, ohrozenie tradícií aj oslabovanie susedských vzťahov. Práve ženy sú často tými, ktoré v takýchto podmienkach držia komunitu pokope. Sú starostkami, poslankyňami, učiteľkami, podnikateľkami, remeselníčkami, vedúcimi spolkov, ale aj „neviditeľnými“ organizátorkami každodenného života.

Cieľ programu je jednoduchý: uznať, zviditeľniť a posilniť tieto ženy – líderky. Ocenenie nemá finančný charakter. Je to verejné poďakovanie. Signál, že ich práca má hodnotu. Že má zmysel pokračovať.

Do súťaže prichádzajú nominácie z celého Slovenska – od obcí, organizácií aj jednotlivcov. Objavujú sa v kategóriách ako aktivistka, politička, podnikateľka, remeselníčka či senior líderka. Každá nominácia je vlastne malým príbehom o tom, ako jedna žena dokázala zmeniť svoje okolie.

Vyvrcholením ročníka je národné stretnutie pri príležitosti Svetového dňa vidieckych žien. Konferencia „Ženy do voza aj do koča“ spája odbornú diskusiu, slávnostné vyhlásenie Líderiek a kultúrno-spoločenský program. Súčasťou bývajú remeselné stánky, prezentácie miestnych produktov, hudba aj Živá knižnica Líderiek – priestor, kde sa skúsenosti odovzdávajú cez osobné rozprávanie.

Silnou stránkou programu je jeho medzigeneračný rozmer. Seniorky, ktoré nesú pamäť obcí, sa stretávajú s mladšími ženami, ktoré hľadajú svoju cestu. Objavujú sa aj líderky do 30 rokov, čo prináša nádej, že vidiek má budúcnosť, ak dostane príležitosť.

Za viac než dvadsať rokov bolo nominovaných vyše štyristo žien a ocenených viac než dvesto líderiek. No ešte dôležitejšie než čísla sú slová samotných ocenených. Mnohé hovoria o tom, že cena im dodala odvalu, sebavedomie a nový pohľad na vlastnú prácu. Často zdôrazňujú hodnoty solidarity, služby a zodpovednosti.

Program stojí na širokej sieti partnerov – od samospráv a miestnych akčných skupín až po školy, neziskové organizácie a európske inštitúcie. Financovanie je kombináciou grantov, podpory samospráv, sponzoringu a dobrovoľníckej práce. Práve spojenie nízkych nákladov a vysokého spoločenského dopadu robí z programu model, ktorý je prenositeľný aj do iných krajín.

Vidiecka žena roka – Líderka roka nie je len súťaž. Je to zrkadlo vidieka, ktorý stojí na ľuďoch. Je to pripomienka, že skutočná sila obcí často vzniká v tichu, mimo reflektorov – v dielňach, kuchyniach kultúrnych domov, na dvoroch a v kanceláriách obecných úradov.

A kým budú tieto príbehy zaznamenávané, rozprávané a oceňované, bude mať vidiek nielen minulosť, ale aj budúcnosť.

3.3.5 Mozgovisko – mentálne medzigeneračné ihrisko

Ked' sa mladí učia od starších a starší od mladých, vzniká niečo výnimočné. Projekt Mozgovisko v Trstenej vytvoril bezpečný a otvorený priestor, kde sa generácie stretávajú bez predsudkov – pri hrách, tvorení, rozhovoroch aj technológiách. Z osobného impulzu jednej dcéry sa zrodila komunita, ktorá dnes spája desiatky ľudí a mení generačné rozdiely na príležitosť učiť sa navzájom.



Mozgovisko



ORGANIZACE Občianske združenie MÁŠA

WEB cvctrstena.sk

E-MAIL lydia.hrubcova@gmail.com

Keď pani Hrubcová jedného dňa požiadala svoju mamu, aby jej poslala fotografie, nečakala dlhé vysvetľovanie. O to viac ju zaskočilo, keď mama odpovedala, že to radšej neurobí. Nie preto, že by nechcela, ale preto, že mala pocit, že technológie už nie sú pre ňu. Ako by si v duchu povedala: toto je svet mladých, sem ja už nepatrím.

Pani Hrubcová si vtedy uvedomila, že nejde len o jednu vetu. Za týmto postojom sa skrýval pocit neistoty, strachu zo zlyhania a presvedčenie, že človek s pribúdajúcim vekom stráca právo učiť sa nové veci. Zároveň vedela, že jej mama je aktívna seniorka, ktorá chodí na rôzne aktivity, stretáva sa s rovesníkmi a má bohatý spoločenský život. A predsa jej niečo chýbalo. Kontakt s mladými ľuďmi.

Táto osobná skúsenosť sa postupne zmenila na otázku: čo by sa stalo, keby existovalo miesto, kde by sa mladí a starší mohli stretávať prirodzene? Bez hanby, bez skúšania, bez pocitu, že niekto je „pozadu“. Miesto, kde by sa generácie prestali vnímať ako oddelené svety.

Myšlienka Mozgoviska sa najskôr objavila v rozhovoroch v pracovnom tíme. Nebola to hotová predstava, skôr hľadanie. Čo by seniorov bavilo? Čo by mladí vedeli ponúknuť? Ako vytvoriť prostredie, kde sa nik nebude cítiť trápne ani zbytočne?

Veľmi rýchlo sa ukázalo, že odpovede netreba vymýšľať za ľudí. Stačí sa ich opýtať. Organizátori začali viesť rozhovory so seniormi, ktorí pomenúvali, čo by chceli robiť, čo ich zaujíma a čo by sa radi naučili. Podobné rozhovory prebiehali aj s mladými. Program sa tak rodil priamo z potrieb komunity.

Prvé stretnutia boli skôr o zoznamovaní než o aktivitách. Ľudia sedeli pri stole, predstavovali sa, rozprávali o hudbe, o tom, čo ich baví, čo im robí radosť. Niekto hovoril veľa, niekto len počúval. Nikto nikoho nenútil zapojiť sa.

Postupne sa na stoloch objavili spoločenské hry. Puzzle, pexeso, jednoduché stavebnice. Spočiatku si mladí sadali k sebe a seniori k sebe. Ale netrvalo dlho a hranice sa začali rozpúšťať. Mladí si

všimli, že niektorí seniori majú problém kláknúť si na zem alebo rýchlo otáčať kartičky. Bez veľkých slov začali pomáhať. Niekto kartičky otáčal, iný len ukazoval, kde sa nachádza rovnaký obrázok. A spolupráca vznikla prirodzene.

Veľký posun priniesli kreatívne aktivity. Spoločné kreslenie na hudbu, kde nikto neposudzoval, či je obrázok pekný alebo správny. Každý kreslil to, čo cítil. Neskôr svoje práce spojili do veľkej koláže a rozprávali sa o tom, čo ich kresby znamenajú. Pre mnohých to bolo prvýkrát po dlhšej dobe, keď mali pocit, že môžu hovoriť o sebe a niekto ich počúva.

Zlomovým momentom boli tablety. Mladí učili seniorov fotiť, upravovať fotografie, posielat' správy. Seniori sa smiali, mýlili, skúšali znova. Objavili, že kresliť sa dá aj na obrazovke. Že fotografie sa dajú poslať vnúčatám. Že svet technológií nemusí byť strašiakom.

Program sa vyvíjal spolu s ľuďmi. Keď niekto navrhol spoločné pečenie, stalo sa pečením. Keď niekto chcel hrať šach, hrali sa šachy. Pred Vianocami sa zdobili medovníky. Pred Veľkou nocou sa vyrábali dekorácie. Stretnutia nemali pevný koniec. Niekedy trvali hodinu, inokedy tri. Ľudia prichádzali, odchádzali, vracali sa.

Postupne sa začali vytvárať vzťahy. Seniorky, ktoré si samy hovorili „babky“, vítali mladých objatím. Mladí sa pýtali, ako sa majú, čo nové. Niektorí seniori začali hovoriť, že sa cítia mladší. Niektorí mladí, že sa prestali báť staroby.

Mozgovisko prinieslo viac, než organizátori pôvodne očakávali. Seniori získali nové zručnosti, ale najmä pocit, že sú stále potrební. Mladí sa naučili trpezlivosti, empatii a zodpovednosti. Viacerí pri projekte zostali ako dobrovoľníci a pomáhajú dodnes.

Projekt stojí na spolupráci klubu dôchodcov, jednoty dôchodcov, základnej školy Pavla Országha Hviezdoslava, centra voľného času a mesta Trstená. Financovanie zabezpečila Nadácia SPP, vlastné zdroje z 2 % daní a sponzorské dary miestnych podnikateľov. Vďaka tejto podpore mohlo Mozgovisko pokračovať aj po oficiálnom skončení projektu.

Do projektu sa zapojilo 57 účastníkov a uskutočnilo sa 20 interaktívnych stretnutí. Šesť mladých ľudí zostalo aktívnymi dobrovoľníkmi. No dôležitejšie než čísla sú príbehy.



Najväčšou výzvou bol začiatok školského roka, keď mali mladí menej času. Organizátori našli riešenie v spolupráci so školou a presune niektorých aktivít priamo do vyučovania, napríklad do hodín telesnej výchovy, kde deti cvičili spolu so seniormi. Táto skúsenosť potvrdila, že flexibilita je kľúčová.

Mozgovisko pokračuje aj ďalej. Plánujú sa ďalšie tvorivé dielne, spoločné pečenie, návštevy knižnice a nové nápady, ktoré prinesú samotní účastníci.

Mozgovisko ukazuje, že ak vytvoríme bezpečný priestor a dáme ľuďom čas, generácie si k sebe cestu nájdu samy.

3.3.6 Trojgeneračná škola prírody v Prievaloch

Keď sa príroda stane triedou a tri generácie spolužiakmi. V Prievaloch vznikol jedinečný projekt, ktorý spája deti, rodičov a seniorov pri objavovaní sveta okolo nás – od vtákov a húb až po mokrade a liečivé rastliny. Trojgeneračná škola prírody ukazuje, že učiť sa dá kdekoľvek, najmä keď sa spája odbornosť, zážitok a medziľudská blízkosť. Príbeh občianskeho združenia a malej obce.

ORGANIZACE OZ eDeN v meste

WEB facebook.com/edenmeste

E-MAIL edenmeste@gmail.com

Na okraji obce Prievaly sa v letné dopoludnie schádzajú ľudia rôzneho veku. Niektorí prichádzajú s batôžkom na chrbte, iní s paličkou v ruke, ďalší za ruku vedú malé deti. Spája ich zvedavosť. Chcú sa dozvedieť, čo rastie v okolí, aké vtáky tu žijú, čo sa skrýva v mokradiach a ako možno krajine pomáhať. Takto sa začal príbeh Trojgeneračnej školy prírody – projektu, ktorý v Prievaloch premenil prírodu na učebnicu, obec na triedu a tri generácie na spolužiakov.

Za projektom stojí občianske združenie eDeN v meste, ktoré sa dlhodobo venuje environmentálnej osvete a komunitnej práci. Jeho členovia – ekológovia, ochranári a nadšenci pre prírodu – si uvedomovali, že odborné poznatky majú najväčší zmysel vtedy, keď sa dostanú priamo medzi ľudí. Nie formou prednášok v sálach, ale cez zážitok v teréne. Keď sa v obci Prievaly začali objavovať otázky,

ako viac zapojiť obyvateľov do ochrany prírody a zároveň vytvoriť priestor na stretávanie generácií, myšlienka Trojgeneračnej školy prírody zapadla prirodzene.

Projekt vznikol ako odpoveď na dve potreby. Tou prvou bol slabší vzťah ľudí k okolitej krajine. Hoci žijú v blízkosti lúk, mokradí a lesov, často ich vnímajú len okrajovo. Druhou potrebou bolo prepájanie generácií. V obci chýbali pravidelné aktivity, kde by sa stretávali deti, rodičia a starí rodičia v jednom priestore a pri jednej činnosti.

Združenie oslovilo obec Prievaly, miestnu školu aj zariadenie pre seniorov Láskavé dlane. Nasledovali rozhovory, hľadanie prienikov a spoločná predstava, že by bolo dobré skúsiť niečo nové. Starostka Jana Petrášová, pedagógovia aj pracovníci so seniormi sa zhodli, že podobný typ aktivít v obci chýba. A tak sa z nápadu stal spoločný projekt celej komunity.

Stretnutia sa začali konať približne raz mesačne. Každé z nich trvalo niekoľko hodín a spájalo výklad odborníka, praktické ukážky a diskusiu. Miesta sa striedali – raz sa išlo do terénu, inokedy do školy alebo do zariadenia pre seniorov.

Jedno z prvých podujatí patrilo vtákom. Ornitológ Radovan Jambor viedol skupinu krajinou okolo obce, ukazoval, kde sa skrývajú jednotlivé druhy a vysvetľoval, prečo sú dôležité pre ekosystém. Deti sa pretekali v tom, kto uvidí vtáka skôr. Seniori spomínali, aké druhy vídávali kedysi a kde bývali hniezda.

Na ďalšom stretnutí sa účastníci vybrali na náučný chodník Mokrade v Prievaloch. Ekológ Tomáš Olšovský rozprával o rašeliniskách, o tom, ako zadržávajú vodu v krajine a prečo je dôležité ich chrániť. Dospelí sa pýtali na praktické možnosti ochrany, deti skúšali hľadať stopy živočíchov v blate.

Silným momentom bol bylinkový workshop v zariadení Láskavé dlane. Botanička Katarína Klimová spolu so seniormi a mladšími účastníkmi vyrábala bylinkové krémy a čaje. Seniori spontánne pridávali vlastné recepty a spomienky. Rozprávali, kde sa kedysi bylinky zbierali, ako sa sušili a na čo sa používali. Zrazu neboli len poslucháčmi, ale učiteľmi.

Veľký úspech mala aj interaktívna prednáška o hmyze v miestnej škole. Entomológ Adrián Purkart priniesol živé ukážky bezsta-



vovcov. Deti sa nebáli dotýkať, pýtať sa a objavovať svet, ktorý si predtým sotva všímali. Nasledovalo stretnutie venované kompostovaniu, kde sa účastníci dozvedeli, ako správne spracovať biologický odpad a prečo je kompost dôležitý pre pôdu. Sériu uzavrela prednáška Vladimíra Kunca o hubách, počas ktorej sa diskutovalo o bezpečnom zbere a rozlišovaní druhov.

Na každom stretnutí bolo vidieť, ako funguje medzigeneračné učenie. Deti prinášali zvedavosť a spontánnosť. Dospelí prepájali nové poznatky s každodenným životom. Seniori zdieľali skúsenosti a pamäť krajiny. Všetci sa učili od seba navzájom.

Projekt postupne posilnil vzťahy v obci. Seniori získali pocit spolupatričnosti a radosť zo stretnutí. Deti zažili učenie, ktoré malo zmysel a presah. Rodičia ocenili možnosť tráviť čas spolu s deťmi v prírode. Komunita pocítila nový impulz spoločenského života.

Do projektu sa zapojilo viac než 120 účastníkov, uskutočnilo sa šesť vzdelávacích aktivít a vznikol aj trvalý výstup – informačný leták o kompostovaní. Dôležitú úlohu zohrala podpora Nadácie SPP, ktorá umožnila zabezpečiť lektorov a materiály.

Najväčšími výzvami boli koordinácia troch generácií a počasie. Ukázalo sa však, že flexibilita, otvorená komunikácia a spolupráca partnerov dokážu prekonať väčšinu prekážok.

Trojgeneračná škola prírody bude pokračovať aj v ďalších rokoch. Organizátori plánujú nové terénne exkurzie a chcú vytvoriť model, ktorý by sa dal preniesť aj do iných obcí. Ich cieľ je jednoduchý: budovať komunitu, ktorá sa učí spolu – v prírode a jeden od druhého.

3.3.7 Generačná kuchyňa – chuť domova spája generácie

Projekt v Borskom Mikuláši je názornou ukážkou toho, ako môžu ciele komunitné aktivity preklenúť priepasť medzi vekovými skupinami. V čase narastajúcej sociálnej izolácie ponúka tento model cestu k obnove prirodzenej solidarity a úcty v rámci našej lokálnej komunity. Sme dôkazom, že spoločná príprava tradičných jedál môže byť veľmi silným a efektívnym mostom medzi najstaršou a mladou generáciou.

ORGANIZACE Domov dôchodcov Borský Mikuláš

WEB borskymikulas.sk/domov-dochodcov.html

E-MAIL riaditel.ddbm@gmail.com

Keď sa v kuchyni začne šíriť vôňa čerstvo upečených plátov na pupáky, v miestnosti akoby sa spomalil čas. Seniori sa usmievajú, deti netrpezlivo čakajú, kedy budú môcť chytiť nôž a pomôcť s krájaním, a medzi tým sa rozbiehajú rozhovory o tom, ako sa tieto jedlá pripravovali kedysi. Práve v takýchto chvíľach si pracovníci zariadenia v Borskom Mikuláši uvedomili, že ich klienti v sebe nosia obrovské bohatstvo – recepty, spomienky, hodnoty a životné príbehy – no len zriedka majú príležitosť ich zmysluplne odovzdávať ďalej.

Zároveň si všímali, že dnešné deti prichádzajú so staršou generáciou do kontaktu čoraz menej. Mnohé z nich nemajú starých rodičov nablízku alebo s nimi trávia len málo času. Myšlienka spoločného varenia sa preto zrodila prirodzene, v rozhovoroch sociálnej pracovníčky so školou. Varenie a pečenie patrí medzi najobľúbenejšie aktivity seniorov a zároveň je to činnosť, ktorá spája všetky generácie. Príprava jedla sa tak stala mostom, cez ktorý sa mohli otvoriť spomienky, rozhovory a vzájomné porozumenie.

Najskôr bolo potrebné vytvoriť zázemie. Zakúpila sa nová chladnička, aby mal každý účastník dostatok priestoru na suroviny a aby sa varenie mohlo realizovať pohodlne a bezpečne. Počas letných prázdnin prebehla prípravná fáza bez detí. Seniori skúšali recepty, varili „nanečisto“, ochutnávali a spoločne sa rozhodovali, ktoré jedlá by chceli deťom predstaviť. V medzigeneračnom rozhovore napokon zvíťazili pupáky a lokše – jedlá, ktoré v sebe nesú chuť domova.

Keď sa k seniorom pridali deti vo veku osem až desať rokov, kuchyňa ožila novou energiou. Stretnutia sa konali približne každé dva týždne a trvali dve až tri hodiny. Seniori si v zariadení vopred pripravili pláty na pupáky, deti ich potom pod ich dohľadom krájali. Spoločne ich zalievali sladkým teplým mliekom a sypali makom. Počas práce sa rozprávalo – o tom, ako sa varilo kedysi, čo sa pieklo na sviatky, kto koho učil variť. Deti zasa rozprávali o tom, čo varia ich mamy, čo majú rady a čo domaedia najčastejšie. Často zaznievala pizza, no s rastúcim záujmom ochutnávali aj tradičné jedlá.



Generačná kuchyňa



Popri varení sa začal rodiť ďalší nápad – zbierať recepty. Deti nosili z domu staré kuchárske knihy, seniory ukazovali svoje zožltnuté zošity a rozprávali príbehy o jedlách, ktoré varili celý život. Zo spomienok, rozhovorov a stretnutí vznikol spoločný receptár s názvom Generačná kuchyňa. Zamestnanci ho pripravovali spolu so seniorami a doplnili ho fotografiami zo stretnutí.

Keď bol receptár vytlačený, deti boli opäť pozvané do zariadenia. Spolu si knihu listovali, spomínali na veselé chvíle v kuchyni a tešili sa z toho, že ich spoločná práca má hmatateľný výsledok. Receptár sa stal nielen spomienkou, ale aj darom – rozdával sa iným zariadeniam v kraji ako ukážka toho, že spolupráca generácií funguje.

Projekt stál na silnej miestnej spolupráci. Základná škola zabezpečila účasť detí a pedagogický dozor, obec Borský Mikuláš pomáhala s propagáciou, občianske združenie pri zariadení zabezpečovalo potraviny, miestni podnikatelia darovali nápoje a Nadácia SPP poskytla kľúčové finančné prostriedky na vybavenie a realizáciu projektu.

Do projektu sa zapojilo šesťdesiat ľudí – štyridsať detí, dvadsať seniorov a desať zamestnancov. Pre seniorov znamenal projekt predovšetkým pocit užitočnosti. Mohli niečo odovzdať, cítili sa potrební a získali nové priateľstvá. Jedna z účastníčok, nová klientka, ktorá mala spočiatku adaptačné ťažkosti, sa cez varenie receptov svojej mamy dokázala lepšie adaptovať na nové prostredie. Hovorila, že vďaka vôňam a práci v kuchyni sa „cítla opäť ako doma“.

Pre deti bol projekt školou rešpektu a trpezlivosti. Spoznali chute, ktoré doma už bežne nezažívajú, a vytvorili si vzťahy so seniorami. Silným dôkazom je príbeh dievčatka, ktoré po skončení projektu začalo seniorov navštevovať aj vo voľnom čase. Spolu čítali knihy a vytvorili si krásne priateľstvo.

Najväčšou výzvou bolo zosúladenie termínov so školským vyučovaním. Niekedy deti nemohli prísť, a tak sa pieklo opakovalo. U seniorov sa objavila počiatočná neistota, či to zvládnu. Potrebovali podporu a povzbudenie. Keď sa však projekt rozbehol, rástla aj ich sebadôvera.

V Borskom Mikuláši dnes vnímajú medzigeneračné aktivity ako dlhodobý proces. Okrem varenia pravidelne realizujú Marec – mesiac knihy, vianočné pečenie, tvorivé dielne či Deň mobility, keď deťom sprevádzajú seniorov na zmrzlinu. Spolupracujú aj s mater-

skou školou a pripravujú nový projekt Hudobné mosty v spolupráci so základnou umeleckou školou, kde by sa generácie stretávali pri speve a hudbe.

Generačná kuchyňa ukázala, že niekedy stačí obyčajný stôl, hrniec a chuť byť spolu. A z varenia sa môže stať niečo oveľa väčšie než len príprava jedla – môže sa stať miestom, kde sa rodí vzťah.

3.3.8 Prepojenie generácií v Harmónii

V našom zariadení v Zborove nad Bystricou sme sa presvedčili, že medzigeneračné prepojenie nie je len o vopred pripravených predstaveniach. Je to predovšetkým o radosť z spoločnej prítomnosti, o zdieľaní okamihov a o tom, ako dokáže energia mladšej generácie rozžiariť oči našich starých.

ORGANIZACE Zariadenie pre seniorov Harmónia v spolupráci s Kysuckým kultúrnym strediskom v Čadci

WEB zpszbzorov.sk

E-MAIL socialne@zpszbzorov.sk

Keď sa obzrieme späť, uvedomíme si, že tento projekt nevznikol zo dňa na deň. Dlhodobu spoluprácu sme realizovali s našou základnou školou, materskou školou a tiež so školami zo širšieho okolia – napríklad z Novej Bystrice, ktoré k nám chodievali s vystúpeniami. V zariadení sa tak občas objavila mladá energia, no my sme cítili, že by sme ju chceli priniesť pravidelnejšie a najmä zmyslupnejšie, aby mala dopad aj na našich klientov, aj na deti.

Spočiatku sme zvažovali viac možností. Mali sme dva nápady a medzi nimi aj myšlienku vybudovať Snoezelen, teda zmyslovú miestnosť. Po rozhovoroch a po dohode s pánom starostom aj pani vedúcou sme sa napokon rozhodli pre medzigeneračný projekt. Nešlo len o to „mať aktivitu“, ale vytvoriť priestor, ktorý by našim klientom priniesol radosť, vytrhol ich z každodennej rutiny a dal im dôvod tešiť sa na ďalší deň. Veľkú oporu sme mali v Kysuckom kultúrnom stredisku, ktoré nám pomohlo s odborným lektorským vedením. A celý nápad tak dostal jasnú podobu a dobrú dramaturgiu.

Od začiatku sme vedeli, že nechceme robiť jednorazové stretnutie. Chceli sme skutočné prepojenie generácií – také, ktoré seniorom



Prepojenie generácií v Harmónii



pomôže prekonať izoláciu, prinesie im nové podnety a mladším ukáže, že staroba nie je vzdialený svet, ale živý človek so svojim príbehom. Popri tom sme mali aj ďalšie, no rovnako dôležité ciele: podporiť aktívne trávenie času, rozvíjať jemnú motoriku pri tvorivých dielňach a posilniť psychickú pohodu nielen seniorov, ale aj zamestnancov – lebo keď sa v zariadení rozsvieti radosť, cíti to každý.

Prvou aktivitou bola bylinková záhrada. Pri vyvýšených záhonoch okolo zariadenia sme sa najprv stretli so seniormi a následne sme pozvali piatakov zo základnej školy. Deti prišli s heligónkou, zahráli našim klientom a v tej chvíli sa zrazu zmenila atmosféra. Už to nebola len „práca pri záhonoch“. Bola to udalosť. Spoločne sme sadili bylinky a bolo cítiť, že seniori pri deťoch pracujú inak – s väčším nasadením, s chuťou, s úsmevom, aký sa nedá vynútiť.

Neskôr k nám prišla včelárka, ktorú nám sprostredkovalo kultúrne stredisko. Rozprávala o včelách, o mede, o vosku a o tom, čo všetko včely pre človeka znamenajú. Potom sme si vyrobili sviečky z včelieho vosku. Aj tu boli pri nás deti zo školy a pomáhali seniorom, keď bolo treba niečo pritlačiť, pridržať alebo jemne dorobiť. Z drobnej tvorby sa stal spoločný zážitok, ktorý spájal.

Veľmi prínosné boli návštevy študentov zo Strednej zdravotníckej školy svätého Františka z Assisi. Priniesli k nám zdravotnú osvetu – rozprávali o krvnom tlaku, o zdraví, o tom, čo si treba všimáť, a zároveň našim starkým ukázali jednoduché cviky. Potom si ich spolu naozaj zacvičili. Nebolo to „cvičenie pre cvičenie“, ale spoločná chvíľa, kde si seniori uvedomili, že sa ešte stále môžu hýbať, že ich telo môže pracovať, keď mu dáme primeraný impulz.

Pri tvorivých dielňach s decoupage sme zdobili drevené tabuľky servítkovou technikou. Opäť s nami boli deti zo základnej školy. Niektorí vystrihovali, iní natierali, niektorí len povzbudzovali. Pre seniorov to bolo zároveň cvičenie jemnej motoriky, ale aj príležitosť byť v skupine, komunikovať, tešiť sa z výsledku. A potom prišla jedna z najmilších častí programu – pečenie a zdobenie medovníkov. Hostili sme pani medovníkárku a opäť aj žiakov zo školy. Deti priniesli heligónku, mali pripravené pesničky a zrazu sa celý dom naplnil tým typom energie, ktorý sa dá nazvať „rodinný“. Medovníčky sa piekli, zdobili, ochutnávali a popritom sa spievalo.

V rámci prednášok o pohybe a osteoporóze sme využili aj dlhé drevené palice. Seniori si s nimi zacvičili a neskôr sa ukázalo, že nejde o jednorazovú pomôcku – pod vedením našej fyzioterapeutky s nimi cvičia dodnes. Súčasťou programu bolo aj duchovné stretnutie: pán farár prišiel, urobil prednášku a slávil svätú omšu, ktorá mnohým klientom priniesla pokoj a pocit blízkosti.

Počas celého projektu sme si stále silnejšie uvedomovali, aký veľký význam má prítomnosť detí. Z fotiek aj z bežného pozorovania bolo jasné, že naši starkí sa na deti nesmierne tešili. Niektorí ožili už len tým, že ich sledovali. Pri deťoch sa zapájali aktívnejšie, viac ich to bavilo a akoby sa v nich prebudila chuť „byť pri tom“. Tešili sme sa aj my zamestnanci. Opatrovateľky a zdravotné sestry pomáhali klientov vysadiť, asistovali im, keď prišla „kopa malých detí“, a zároveň si samy užívali tú zmenu – lebo zariadenie zrazu nepôsobilo ako uzavretý svet, ale ako miesto, kde sa žije.

Celé by to však nešlo bez partnerstiev. Kysucké kultúrne stredisko v Čadci bolo pre nás kľúčovým partnerom – najmä pani Majka Sadleková, ktorá pozná remeselníkov, umelcov a má väzby na školy. Práve vďaka nej sa podarilo dohodnúť dôležité stretnutia, vrátane spolupráce so zdravotníckou školou. My sme potom všetko nastavovali tak, aby to bolo zosúladené so zdravotným stavom našich klientov.

Financovanie sme získali cez Nadáciu Henkel, ktorá nám v rámci výzvy poskytla 550 eur. Umožnilo nám to realizovať všetky aktivity tak, ako sme plánovali. Veľmi dôležitá bola aj spolupráca so ZŠ s MŠ Zborov nad Bystricou. Pán riaditeľ Križan nám opakovane vychádzal v ústrety aj pri časových posunoch, ktoré spôsobila choroba niektorých starkých. A vďaka kontaktom z kultúrneho strediska k nám zavítali aj remeselníčky a lektorky – pani medovníkárka, pani včelárka a ďalší, ktorí sa so seniormi delili o svoje zručnosti. Školy z Novej Bystrice u nás síce v minulosti vystupovali, no do tohto konkrétneho projektu neboli zapojené – dôležité však je, že máme vytvorenú sieť vzťahov, na ktorú sa dá v budúcnosti nadväzovať.

Výsledky boli viditeľné. Zrealizovali sme sedem rôznych aktivít a aktívne sa zapojilo približne dvadsať seniorov. Z mladšej generácie prišlo spolu okolo šesťdesiat detí a študentov. Kým čísla sú dôležité, ešte viac hovorili reakcie ľudí. Seniori mali veľkú radosť nielen z pomoci pri manuálnych činnostiach, ktoré sú pre nich kvôli zdravotným obmedzeniam ťažšie, ale najmä z energie, ktorú mladí



priniesli. Aj tí, ktorí sa nezapájali priamo, boli šťastní, že deti môžu pozorovať. Študenti zdravotníckej školy priniesli aj konkrétny zdravotný benefit – merali tlak aj glukózu a seniori získali nové informácie o starostlivosti o zdravie.

Deti sa pri starších učili rešpektu, trpezlivosti a empatii. Učili sa vnímať potreby druhých, počúvať a prispôbiť sa tempu človeka, ktorý má iné možnosti než ony. Zároveň sa prirodzene učili neverbálnej komunikácii – vedieť podať ruku, usmiať sa, počkať, povzbudiť.

Pozitívny dopad mal projekt aj na zariadenie a na verejnosť. Atmosféra sa zmenila a bolo to cítiť. A keď sme zdieľali výstupy na sociálnych sieťach, prišli pekné ohlasy aj nové záujmy o naše služby.

Ako kľúč k úspechu vnímame bezprostrednosť a zapojenie všetkých zmyslov – vôňa bylín, dotyk vosku, chuť medovníkov, pohyb pri cvičení. Inovatívne bolo aj to, že sa do aktivít zapojili deti zamestnancov, čo pomohlo zbúrať inštitucionálne hranice a prinieslo do zariadenia ešte osobnejšiu, domácku atmosféru. Videli sme, že seniori majú pri deťoch väčšie nasadenie a oveľa väčšiu radosť z tvorby, než keď pracujú sami.

Samozrejme, neobišlo sa to bez prekážok. Občas sme mali sklzy, najmä keď boli starkí chorí a nebolo isté, či sa aktivita uskutoční. Tu nám veľmi pomohol pán riaditeľ, ktorý vedel vyučovanie posunúť a deti nám aj fyzicky priviezt'. Pani učiteľky si hodiny nahradili inými – táto ochota bola pre nás nesmierne dôležitá. Raz sa stalo aj to, že nám e-shop včas neoznámil, že objednaný materiál na servítkovú techniku nemá skladom. Museli sme to riešiť na poslednú chvíľu. Kolegynka šla deň pred aktivitou nakúpiť do Žiliny. Obchod mal byť otvorený do 17:00, no nakoniec tam majitelia zostali aj po záverečnej, vybavili nás a my sme mohli pokračovať. Vtedy sme si povedali, že nabudúce si všetko radšej zabezpečíme s väčším predstihom – aby sme sa vyhli stresu v hodine dvanástej.

Aj keď nemáme garantované ďalšie financovanie, v aktivitách pokračujeme z vlastných zdrojov. Bylinky z vyvýšených záhonov naďalej pestujeme, sušíme a naše kuchárky z nich varia starkým čaj. Drevené palice pravidelne využívame pri rehabilitácii. A čo je možno najdôležitejšie, spolupráca so školami pretrváva. Deti nás navštívili počas Vianoc aj v novom roku s vinšmi. Ukázalo sa, že vzťahy, ktoré sa vytvoria, sú silnejšie než trvanie samotného projektu.

3.3.9 Bezpečný internet pre všetkých

Keď sa škola prestane končiť pri dverách triedy, môže sa stať miestom, kde sa učí celý život – a celé generácie. V Budatíne si vyskúšali, čo sa stane, keď sa žiaci nestanú len poslucháčmi, ale učiteľmi, a seniori nie príjemcami pomoci, ale partnermi v rozhovore. Malý service learningový projekt ukázal, že kritické myslenie, empatia a mediálna gramotnosť rastú najlepšie vtedy, keď sa žijú v praxi.

ORGANIZACE Základná škola Budatín

WEB zsbudatin.edupage.org

E-MAIL Bronislava.koperova@gmail.com

Od januára do marca 2024 sa na jednej základnej škole v Budatíne odohrával nenápadný, no dôležitý experiment. Nešlo o ďalší preventívny blok, ktorý si žiaci „odsedeli“ a potom naň zabudli. Tentoraz sme chceli zistiť, čo sa stane, keď sa poznatky o kritickom myslení, médiách a prevencii prenesu z triedy do skutočného života – medzi ľuďmi, ktorí ich môžu potrebovať rovnako ako deti. A tak vznikol malý service learningový projekt: služba komunite prostredníctvom vzdelávania, v ktorom sa žiaci stali lektormi a seniori partnerom v rozhovore.

S nápadom prišla Mgr. Bronislava Bolibruchová, sociálna pedagógka na škole. Dlhšie vnímala, že kritické myslenie sa nedá budovať iba poučkami. Žiaci ho musia zažiť v praxi – v situácii, keď sa musia rozhodovať, klásť otázky, vysvetľovať, argumentovať a zároveň niesť zodpovednosť za to, čo hovoria. Chcela si overiť, či vedú nadobudnuté poznatky nielen zopakovať, ale aj zmysluplne použiť. A zároveň tu bola ešte jedna motivácia: spojiť dve skupiny, ktoré spoločnosť často vníma stereotypne. Mladých, o ktorých sa hovorí, že sú „len doma, zavretí pri hrách“, a seniorov, ktorých zas mnohí považujú za ľudí, čo „digitálne technológie nemajú radi a nepotrebujú ich“. Projekt mal ambíciu tieto predsudky jemne, ale konkrétne narušiť.

Celé to malo jasný rytmus. Najskôr prebehla príprava – sedem tematických stretnutí so mnou v škole. Žiaci sa pripravovali, trénovali, učili sa formulovať myšlienky, premýšľať nad tým, ako vysvetľovať zrozumiteľne a zároveň citlivo. Postupne sa v nich budovala



nielen vedomostná stránka – teda to, čo vedia – ale aj ich vnútorné nastavenie. Program bol od začiatku koncipovaný tak, aby rozvíjal tri vrstvy postoja: vedomosti, prežívanie a ochotu konať. Inými slovami, aby žiaci chápali podstatu kritického myslenia, cítili pozitívne prežívanie pri predstave pomoci druhému človeku a zároveň boli pripravení túto pomoc reálne ponúknuť.

Keď prišiel čas spoločného stretnutia v Dennom centre pre seniorov, do miestnosti vstúpilo jedenásť žiakov a oproti nim sedelo osem seniorov. Nebolo to veľké podujatie. Skôr sústredená, intenzívna chvíľa, ktorá mala svoje napätie aj očakávanie. Organizátorsky to pritom nebolo zložité – nepotrebovali sme financovanie, grant ani nákup materiálov. Najdôležitejšie bolo získať súhlas riaditeľky školy, umožniť žiakom účasť a motivovať seniorov, aby prišli. Všetko ostatné stálo na ochote a na tom, či sa ľudia odvážia vystúpiť zo svojho bežného komfortu.

Žiaci sa tu nestali „návštevou“ ani „programom pre starkých“. Mali aktívnu rolu – priniesli tému, viedli rozhovor, vysvetľovali, pýtali sa, reagovali. Seniori neboli pasívnymi prijímateľmi, ale partnermi, ktorí mali vlastné skúsenosti, otázky a tiež chuť skúšať aj veci, ktoré by sme možno nečakali. Práve to bolo jedno z prekvapení: nepredpokladala som, že seniori budú mať záujem aj o moderné témy a „aktuálne veci“. Ukázalo sa však, že keď je prostredie bezpečné a vedené s rešpektom, zvedavosť sa prebúdzá v každom veku.

Hoci samotná spoločná aktivita trvala približne dve hodiny, intenzita bola veľká. V praxi sa ukázalo, že takto sa budujú medzigeneračné mosty – nie veľkými gestami, ale tým, že sa ľudia na chvíľu stretnú ako rovnocenní. A že mediálna gramotnosť sa dá budovať „na oboch brehoch“: žiaci si overujú, že vedia premýšľať kriticky a formulovať zrozumiteľné argumenty, seniori zas získavajú istotu v digitálnom prostredí a pocit, že majú právo sa pýtať a učiť.

Dopad na žiakov sme merali dotazníkom pred aktivitami a po nich. Posun sa ukázal vo všetkých oblastiach ich postojov – pozitívnym smerom. A hoci moja analýza bola zameraná kvantitatívne a podrobnejšie je spracovaná aj v diplomovej práci, dôležitým potvrdením bola aj spätná väzba zo školy aj z denného centra. Obe strany vnímali stretnutie ako zmysluplné a prínosné.

Program sa ukázal ako jedinečný v dvoch veciach. Po prvé v použití metódy service learning, ktorú môžem odporučiť práve preto, že

prepája vzdelávanie s reálnym dosahom. Po druhé v tom, že žiaci si vyskúšali lektorské zručnosti – a to je priestor, ktorý škola bežne neposkytuje. Zároveň bolo dôležité, že účasť bola dobrovoľná. Nikoho sme nevyberali ani „nežrebovali“. Žiaci sa prihlásili sami, čo sa ukázalo ako kľúčové: keď človek ide do projektu z vlastnej vôle, rastie jeho zodpovednosť aj vnútorná motivácia.

Samozrejme, projekt priniesol aj neistoty. Koordinovať termíny medzi žiakmi a klientmi centra, riešiť obavy, či niekto neochorie, či všetko vyjde, pracovať s nastavením ľudí pri iniciovaní stretnutí – to všetko boli reálne prekážky. Zároveň som si uvedomila, že v takýchto projektoch sa vždy objavujú nečakané okolnosti. Dôležité je nebáť sa ich. Ako som si sama potvrdila: problémov bude veľa, ale ak človek pracuje na projekte, ktorému verí, svoje nadšenie postupne preniesie aj na ostatných.

A práve preto sme sa pri tomto jednom stretnutí nezastavili. Momentálne sme v kontakte s denným centrom na Solinkách a na škole tvorím databázu dobrovoľníkov, s ktorými plánujem pokračovať v ďalších stretnutiach. Aby sa z jednorazovej skúsenosti stala cesta – a aby service learning prestal byť len metódou na papieri, ale stal sa prirodzenou súčasťou toho, ako sa mladí učia byť užitoční svetu okolo seba.

3.3.10 Chlieb domova

Vôňa chleba dokáže vrátiť spomienky, spomaliť čas a spojiť ľudí pri jednom stole. Projekt Chlieb domova na ZŠ Pugačevova v Humennom ukázal, že medzigeneračné stretávanie nemusí byť formálne ani zložité. Stačí kvások, otvorené srdcia a chuť byť spolu. V priebehu jedného októbrového týždňa sa škola premenila na miesto, kde sa deti a starí rodičia učili navzájom – o chlebe, o živote aj o tom, čo znamená domov.

ORGANIZACE ZŠ Pugačevova, Humenné

WEB zspugacevhe.sk

E-MAIL sj.zspugacevhe@gmail.com

Na ZŠ Pugačevova v Humennom sa začiatkom októbra 2025 začala v škole šíriť vôňa, ktorá sa nedá ľahko prehliadnuť. Vôňa kvásku,

múky a cesta, vôňa pece a chrumkavej kôrky. Nebola to však len vôňa chleba – bola to vôňa domova, spomienok a stretnutia generácií. Projekt s výstižným názvom **Chlieb domova** sa uskutočnil v období **6.–10. 10. 2025** a jeho zmyslom bolo vytvoriť priestor, kde sa žiaci môžu so starými rodičmi učiť spolu: rukami, srdcom aj rozhovorom.

Myšlienka programu vyrástla z jednoduchej potreby. Škola chcela posilniť medzigeneračné vzťahy a ponúknuť žiakom možnosť prežiť staršiu generáciu nie ako „návštevu na sviatky“, ale ako živých nositeľov skúseností, práce a príbehov. Hneď od začiatku bolo zrejmé, že chlieb je na to ideálny symbol. Je každodenný a zároveň slávnostný. Spája rodinu pri stole a nesie v sebe pamäť – od zrnka po bochník.

Počas týždňa sa v škole striedali aktivity, ktoré spájali učenie s praxou a zážitok s tradíciou. Žiaci sa neoznamovali len s tým, ako sa chlieb pečie dnes, ale porovnávali aj tradičné a moderné postupy, suroviny a technológie. Zrazu nešlo o abstraktné „učivo“, ale o konkrétnu cestu, ktorú si človek vie predstaviť – a aj ochutnať. Matematika dostala novú podobu, keď sa počítala spotreba obilia a múky na úrovni celej školy. Čitateľská gramotnosť sa zase rozvíjala cez poviedky o domove a rodine – a následné rozhovory, v ktorých si žiaci uvedomovali, že slová ako práca, jedlo či objatie nie sú len pojmy, ale niečo, čo tvorí bezpečie.

Veľmi silnou súčasťou projektu boli aj tvorivé dielne. Starší a mladší žiaci – deviataci so štvrtákmi – spolupracovali ako jedna dielňa. Vyrábali folklórne postavy v krojoch a tvorili darčeky: vypaľované a vyzdobené varešky. Pre deviatakov to bola skúsenosť byť „mentorom“ a pre štvrtákov zas pocit, že niekto starší ich vedie a povzbudzuje. Voľný čas sa tak premieňal na zmysluplnú tvorbu, ktorá mala výsledok aj príbeh.

Projekt nezostal len v triedach. Škola dokázala vtiahnuť aj širšiu komunitu – rodičov, starých rodičov, učiteľov, priateľov školy aj zástupcov mesta. V slávnostnej atmosfére bola odhalená socha **Recitátorka s knihou**, a následne žiaci v školskej knižnici predstavovali svoje záujmy a to, čo ich baví vo voľnom čase. Pre mnohých starých rodičov to bolo výnimočné: vidieť školu „zvnútra“, vidieť svoje vnúčatá v prostredí, kde trávia dni, a zrazu rozumieť ich svetu o trochu viac.

A potom prišla hlavná aktivita, podľa ktorej celý projekt nesie meno – **Chlieb domova**. V škole sa založil kvások a v triede sa oň

týždne starali. Deti videli, že kvások nie je „instantná vec“, ale proces, ktorý potrebuje trpezlivosť. Následne sa v školskej kuchynke pripravilo cesto, rozdelili sa úlohy a do príbehu vstúpili aj odborníci – vrátane návštevy z **Košiar o. z. – Remeselné centrum Topoľa**. Spoločne sa piekol chlieb v hlinenej peci, ochutnávalo sa domáce pečivo a popri tom sa rozprávalo. Starí rodičia spomínali, ako sa kedysi chodilo do školy len vtedy, keď nebolo treba pracovať na gazdovstve. S humorom porovnávali „biednu“ školu svojich čias s dnešnou – a napriek všetkému hovorili o detstve s láskou. Jeden deduško sa smial, že mu projekt „prekazil deň“, lebo chcel ísť na záhradu – po dlhom čase vyšlo slnko. Napokon však priznal, že deň bol krásny, perfektný... a ešte stihol aj tú záhradku.

Počas projektu sa diali aj malé objavy, ktoré si ľudia pamätajú dlhšie než samotný chlieb. Dospelých napodiv napríklad prekvapilo, keď zistili, že z jedného zrnka nevyrastie jeden jediný klások, ale môže ich vyrásť viac. Tak aj starí rodičia videli, že aj vnúčatá ich dokážu niečo naučiť – že učenie je obojsmerné.

Silný symbolický moment prišiel aj v aktivite **Otcova náruč**. Využil sa obraz, ktorý deti poznali z hodín náboženstva – Rembrandtovo znázornenie otca, ktorý objíma syna. Keď sa o tom hovorilo, jeden deduško sa dojatý podobne chytil svojho vnuka – rukami okolo pliec. Nebolo to „naučené gesto“, ale skutočné prepojenie: láska, bezpečie, niekedy aj odpustenie, ak je treba. A rovnako prirodzene sa posilňovala aj myšlienka spoločného stolovania – že stôl v rodine nie je len miesto na jedlo, ale miesto na stretnutie.

Projekt sa opieral o partnerstvá. Kľúčová bola samotná škola a obec, podporu poskytla **Nadácia SPP**, zapojilo sa občianske združenie **Košiar o. z. – Remeselné centrum Topoľa**, starí rodičia žiakov a aj ďalší miestni seniori. Na konci týždňa sa do projektu aktívne zapojilo približne **20 detí** a na záverečných aktivitách bolo spolu okolo **50 účastníkov**.

Prínosy boli citeľné na viacerých stranách. Pre seniorov znamenali spoločné aktivity radosť, pocit užitočnosti a možnosť byť súčasťou školského života – čítať rozprávky, pomáhať pri projektoch, piecť a rozprávať. Pre deti bol projekt zdrojom silných zážitkov, ktoré nie sú „len zábavou“, ale majú aj hodnotový rozmer. Pre komunitu bol Chlieb domova potvrdením, že tradície sa nedržia pri živote tým, že o nich hovoríme, ale tým, že ich spolu robíme.

Samozrejme, ukázali sa aj výzvy – najmä počasie, ktoré vie narušiť plánovanie, a tiež organizačná záťaž - veľa z aktivít sa realizovalo mimo vyučovania. Z tejto skúsenosti vyplynulo poučenie: pripraviť sa dopredu, počítať s tým, že nie všetko pôjde hladko, a mať rezervu v čase aj v energiách.

Chlieb domova však nebol jednorazovým výstrelom. Vychádzal z viacerých predošlých aktivít, ktoré sa škole osvedčili, a škola chce v podobných projektoch pokračovať. Pretože sa ukázalo, že keď sa starí rodičia na chvíľu „odtrhnú od záhradiek“ a prídu do školy, vznikajú chvíle, ktoré sa nedajú nahradiť ani učebnicou, ani videom. A keď si na záver každý odnesie symbolický kúsok chleba, neodnáša si len jedlo. Odnáša si pocit, že domov môže mať vôňu – a že sa dá zažiť spolu.

4

Když se generace setkávají: metodické shrnutí



Mezigenerační programy se v posledních letech stávají stále viditelnější součástí vzdělávacích, komunitních i pracovních prostředí. Reagují na společenské výzvy spojené se stárnutím populace, proměnou rodinných struktur i rostoucí mírou sociální izolace některých věkových skupin. V praxi bývají oceňovány především jako příležitost k setkávání mladších a starších lidí, k navazování vztahů a k posilování pocitu sounáležitosti. Právě tato setkání však bývají někdy mylně považována za automaticky „mezigenerační“ z hlediska učení.

Z pedagogického pohledu je důležité rozlišovat mezi pouhým společným trávením času a situacemi, v nichž skutečně dochází k mezigeneračnímu učení. Samotná přítomnost více generací v jednom prostoru ještě nezaručuje, že si účastníci budou navzájem předávat zkušenosti, rozvíjet nové dovednosti nebo proměňovat své postoje. Mezigenerační učení vzniká tehdy, když jsou interakce mezi generacemi záměrně podporovány, mají opakovaný charakter a jsou doprovázeny reflexí toho, co se v průběhu programu odehrává a co si jednotliví účastníci odnášejí.

Zkušenosti z praxe – a příklady dobré praxe uvedené v kapitole 3 – ukazují ještě jednu důležitou věc: mezigenerační učení se často nerodí v „hlavním programu“, ale v drobných, snadno přehlédnutelných okamžicích. V táboře prarodičů a vnoučat to může být chvíle u ohně, kdy se role obrátí a dítě ukazuje prarodiči, jak pracuje křesadlo, zatímco prarodič učí dítě bezpečně krájet zeleninu do polévky. V komunitním klubu to může být moment, kdy senior poprvé sám odešle fotografii z tabletu – a mladý člověk zůstává jen trpělivým průvodcem, nikoli „zachránce“. Ve škole to může být situace, kdy žáci přestanou být pouhými posluchači prevence a stanou se lektory pro seniory – a teprve tehdy se ukáže, zda umějí kriticky uvažovat, formulovat argument a nést odpovědnost za to, co říkají. Metodika tedy nestojí jen na volbě atraktivního tématu, ale na práci s těmito mikrosituacemi: jak je vytvořit, podpořit, zachytit a zhodnotit.

Tato kapitola proto usiluje o hlubší porozumění tomu, za jakých podmínek se mezigenerační programy stávají skutečně učebními prostředky a kdy naopak zůstávají pouze rámcem pro setkávání. Opírá se o odborné poznatky i zkušenosti z praxe a nabízí strukturovaný pohled na klíčové aspekty, které ovlivňují kvalitu mezigeneračního učení. Zvláštní pozornost je věnována tomu, jak sladit cíle

programu, jak vytvářet prostor pro smysluplné vztahové struktury, jak pracovat s reflexí a evaluací a jak podporovat schopnost účastníků učit se navzájem.

Struktura kapitoly je rozdělena do čtyř vzájemně propojených částí. Podkapitola 4.1 se zaměřuje na situace mezigeneračního učení a na principy, podkapitola 4.2 se soustřeďuje na rozlišení mezi mezigeneračním setkáním a mezigeneračním učením a představuje základní podmínky, které podporují vznik kvalitních učebních situací mezi generacemi. Podkapitola 4.3 se věnuje rizikům a výzvám, s nimiž se realizátoři mezigeneračních programů v praxi nejčastěji setkávají, a nabízí doporučení, jak těmto rizikům předcházet nebo s nimi pracovat. Podkapitola 4.4 následně shrnuje klíčové principy dobré praxe a ukazuje, jak lze jednotlivé poznatky propojit do promyšleného a udržitelného návrhu mezigeneračního programu.

Cílem kapitoly není nabídnout univerzální „návod“, ale podpořit čtenáře v reflexi vlastní praxe a poskytnout mu oporu při rozhodování o podobě mezigeneračních aktivit. Ukazuje, že kvalitní mezigenerační program nevzniká náhodou, ale je výsledkem vědomé práce s cíli, vztahy, procesy učení i riziky, která jsou s mezigenerační spoluprací neoddělitelně spojena.

4.1 Od principů k situacím: kde se v praxi rodí učení

Pro realizátory bývá užitečné převést obecné pojmy do konkrétních situací. Zatímco „mezigenerační učení“ může znít abstraktně, v praxi jej často poznáme podle tří jednoduchých signálů: účastníci mění své chování (zkusí něco nového), dokážou pojmenovat, co si odnesli (vznikne „aha“), a vztah má tendenci pokračovat (vzniká návaznost a chuť se znovu potkat).

V táboře prarodičů a vnoučat se učení neodehraje tím, že jsou generace společně „na programu“. Opravdový posun nastává ve chvíli, kdy se role učitele a žáka přirozeně střídají a někdo to zachytí a pojmenuje. Když senior vysvětluje práci s nožem a dítě ukazuje moderní pomůcku, vzniká reciprocita. Když se večer u ohně společně vrátí k tomu, co se komu povedlo a co bylo těžké, vzniká reflexe. A když je podobných okamžiků víc dní za sebou, vzniká opakování – tedy podmínka, bez které se zkušenost často rozplyne.

V komunitním prostoru typu „Mozgovisko“ je zlom často drobný: senior už nesleduje, jak to „ten mladý udělá za něj“, ale sám klikne, zkusí, udělá chybu, opraví ji – a mladý člověk se učí být trpělivým průvodcem. Tady se učí obě strany: jeden v digitální dovednosti, druhý v dovednosti učit a být oporou bez poučování.

Ve školním service learningovém projektu se učení ukáže překvapivě rychle. Žák, který v lavici příkyvoval u preventivního programu, je najednou v roli lektora pro seniory: musí vysvětlit, vybrat příklady, reagovat na otázky a unést nejistotu. Teprve v této situaci se kritické myšlení „zviditelní“ jako dovednost, nikoli jako deklarace. A zároveň senior přestává být „cílovou skupinou“, stává se partnerem rozhovoru a spoluautorem významu.

Tyto mikrocény mají společné jedno: někdo vytvořil rámec, ve kterém se mohou stát. Právě tomu se věnuje zbytek kapitoly: jak rámec nastavovat, tak, aby program nepřipomínal jen hezké setkání, ale skutečné učební prostředí.

4.2 Když se generace setkávají – a kdy se skutečně učí

Mezigenerační programy jsou v praxi často oceňovány především jako příležitost k setkávání mladších a starších lidí, k navazování vztahů a k posilování pocitu sounáležitosti. Z pedagogického hlediska je však nezbytné rozlišovat, kdy jde pouze o mezigenerační setkání či jednotlivé mezigenerační aktivity a kdy se tyto situace skutečně proměňují v mezigenerační učení. Samotná přítomnost více generací v jednom prostoru ani realizace společné činnosti ještě nezaručují, že dochází k učení, předávání zkušeností či proměně postojů.

V souladu s terminologickým vymezením této příručky je proto třeba důsledně rozlišovat mezi mezigeneračním setkáním (společná přítomnost generací), mezigenerační aktivitou (konkrétní společnou činností), mezigeneračním programem (plánovaným a facilitovaným rámcem těchto aktivit) a mezigeneračním učením jako procesem a výsledkem, který vzniká pouze tehdy, jsou-li splněny podmínky reciprocity, spolupráce a reflexe. Právě tato distinkce umožňuje kriticky posuzovat kvalitu programů a porozumět tomu, proč některá mezigenerační setkání zůstávají na úrovni

příjemné zkušenosti, zatímco jiná se stávají skutečně učebním prostředím.

Zkušenosti z praxe ukazují, že mezigenerační učení se neodehrává automaticky, ale je výsledkem vědomé práce s cíli, vztahovými strukturami, rolí facilitace a způsobem reflexe. V kuchyňských programech, které staví na společném vaření a sdílení receptů, se například často ukazuje, že samotné „pečení“ ještě není učení. Učení vzniká teprve tehdy, když se v procesu objeví prostor pro předání (proč se to dělá takto), pro vyzkoušení (teď to zkus ty), pro zpětnou vazbu (co pomohlo) a pro společné pojmenování významu (co nám to říká o domově, rodině, tradici). Podobně v digitálních mezigeneračních programech není klíčové, že se „pracuje s tabletem“, ale že se práce s technologií propojí s hodnotami bezpečí, kritického myšlení a autonomie.

Za klíčové lze považovat čtyři podmínky (Rabušicová et al., 2016):

- existuje shoda na cílech,
- „potkávají se“ struktury (tj. program využívá vztahový potenciál),
- procesy mezigeneračního učení jsou smysluplně evaluovány
- podporování samotné dovednosti učit druhé.

Shoda na cílech

Podpora mezigeneračního učení je efektivní tehdy, když jsou v souladu cíle účastníků, edukátora/facilitátora a organizátora či podpůrné autority. Prakticky to znamená, že program nabízí obsah, který účastníci považují za smysluplný, facilitátor jej umí zprostředkovat a organizátor jej podporuje jako žádoucí. Pokud shoda na cílech chybí, objevují se bariéry: účastník se učit nechce nebo v tom nevidí smysl, případně se rozvíjejí obsahy, které jdou proti záměrům organizátora.

V příkladech dobré praxe se shoda na cílech často vytváří jednoduše tím, že program používá „společný jazyk“. V Generační kuchyni je tím jazykem jídlo, vůně a společný stůl: děti vědí, že nepřišly „pomáhat seniorům“, ale že spolu tvoří receptář; senioři vědí, že nejsou „kulisa tradice“, ale nositelé dovedností a příběhů. V táboře prarodičů s vnoučaty je shoda na cíli podporována tím, že program nesoutěží o výkon, ale o společnou zkušenost – a to je cíl srozumitelný pro obě generace.

Metodické doporučení Shoda na cílech

- Na začátku programu jasně komunikovat účel a přínosy pro obě generace.
- Zjišťovat očekávání účastníků (krátký vstupní dotazník, kruh „co si přeji“).
- Formulovat cíle srozumitelně a realisticky (2–3 hlavní cíle).
- Průběžně cíle připomínat („Proč to dnes děláme?“) a ověřovat jejich smysluplnost.

Metodické doporučení „Potkávání se“ struktur

- Volit velikost skupiny tak, aby vznikl prostor pro osobní kontakt (ideálně dvojice/triády, malé skupiny).
- Pracovat se stabilitou (stejně dvojice nebo malá skupina alespoň po část programu).
- Vytvářet úkoly, které vyžadují spolupráci (společný produkt, společné rozhodování).
- Zajistit bezpečné a časově dostatečné „mezery“ pro neformální kontakt (přestávka, společný čaj).

Metodické doporučení

Metodicky se osvědčuje, když se účel programu na začátku vysloví v jedné až dvou větách a průběžně se k němu facilitátor vrací v drobných otázkách typu „Proč to dnes děláme?“ nebo „Co byste si přáli, aby si ten druhý odnesl?“. Takové průběžné „ukotvování“ cílů bývá účinnější než dlouhé úvodní proslovy.

„Potkávání se“ struktur

Druhou podmínkou je schopnost rozpoznat a využít vztahové struktury, které mají potenciál pro mezigenerační učení: generační rozdílnost a současně možnost osobní blízkosti. Program musí těmto strukturám vytvořit prostor, aby se mohly rozvinout (např. vhodné párování, stabilní skupiny, opakované setkávání). Pokud tato podmínka není splněna, program se formalizuje: účastníci sice „jsou na stejné akci“, ale reálně se nepotkávají ve smyslu učení.

Tento rozdíl je dobře vidět v komunitních programech, kde se na začátku často stává, že mladší i starší sedí odděleně a program běží paralelně. Zlom přichází ve chvíli, kdy facilitace vědomě vytvoří malé vztahové jednotky – dvojice nebo triády – které mají společný úkol a dostatek času. V Mozgovisku se stabilní dvojice „dítě–senior“ začaly přirozeně vyhledávat a pokračovat v rozhovorech tam, kde minule skončily; tím se z jednorázového setkání začal stávat vztahový proces. V táboře prarodičů a vnoučat dělá totéž rytmus dní, společné vaření, večery a přirozené „mezery“ pro neformální kontakt, které nejsou v programu vata, ale metodický nástroj.

Metodické doporučení

Metodicky se vyplácí pracovat s velikostí skupiny tak, aby vznikl prostor pro osobní kontakt, a zároveň vytvářet úkoly, které vyžadují spolupráci (společný produkt, společné rozhodování, společné řešení). Vztahový potenciál se totiž neaktivuje tím, že lidé sedí vedle sebe, ale tím, že na něčem záleží oběma.

Smysluplná evaluace procesů mezigeneračního učení

Třetí podmínkou je evaluace, která dokáže zachytit nejen to, zda se program „uskutečnil“, ale i to, jak probíhalo učení a co si účastníci skutečně odnášejí. Evaluace by měla zohlednit, že mezigenerační

učení vzniká částečně v plánovaných aktivitách, ale velmi často i v neformálních interakcích, které program „jen umožní“.

Praxe ukazuje, že evaluace nemusí být složitá, aby byla smysluplná. V service learningovém projektu ve škole se dopad měřil dotazníky před a po, což umožnilo zachytit posun v postojích žáků. V pobytových programech či komunitních setkáních může být stejně účinná krátká reflexe po každém setkání, která se ptá na to, co bylo překvapivé, co se kdo naučil a co chce zkusit příště. Důležité je hodnotit nejen individuální přínosy, ale i vztahové změny a komunitní dopady, protože právě v těchto rovinách mezigenerační programy často nesou největší hodnotu.

Podpora dovednosti „učit druhé“

Čtvrtá podmínka spočívá v tom, že program nepodporuje jen obsah, ale také schopnost účastníků být „učiteli“ pro druhé – vysvětlovat, předvádět, dávat zpětnou vazbu, povzbuzovat, být trpělivý a respektující. Tam, kde se tato kompetence rozvíjí, může se mezigenerační učení stát dlouhodobým principem fungování skupiny či instituce.

V Budatíně se ukázalo, jak silné je, když žáci dostanou možnost být lektory: školní prostředí jim běžně dává málo prostoru pro tuto roli, a přitom právě ona testuje i rozvíjí jejich kritické myšlení. V kuchyňských programech se dovednost učit druhé často rodí v drobných gestech – „ukaz, zkus, pochval, dolad“ – a výrazně se posiluje, když facilitátor ošetří, že učit neznamená poučovat. V digitálních programech je klíčové, aby mladší účastníci nepřebírali zařízení do ruky místo seniora; učit zde znamená udržet vlastní impuls „udělat to rychle za něj“ a vydržet u procesu.

Podpora mezigeneračního učení v programu tedy nestojí pouze na výběru zajímavého tématu, ale především na promyšleném propojení cílů, vztahových struktur, reflexe a rozvoje učebních kompetencí účastníků. Pokud jsou tyto podmínky naplněny, programy mohou vedle instrumentálního učení (základních obsahů) cíleně rozvíjet i rozšířené obsahy v oblasti hodnot, postojů a vzájemného porozumění (Rabušicová et al., 2016, s. 186–187) a naplňovat tak svůj potenciál jako prostředí mezigenerační solidarity (Luppi, 2023).

Metodické doporučení

Smysluplná evaluace procesů mezigeneračního učení

- Kombinovat krátkou reflexi po každém setkání + závěrečné shrnutí na konci programu.
- Hodnotit zvláště: (a) individuální přínosy, (b) vztahové změny, (c) komunitní dopady (viz kapitola 2.2).
- Využívat jednoduché nástroje: „3 věty na konci“ (co jsem se naučil/a, co mě překvapilo, co bych chtěl/a příště), pozorovací arch facilitátora, krátké škály apod.

Metodické doporučení

Podpora dovednosti „učit druhé“

- Zařazovat role (mentor/učící, „partner pro učení“, „průvodce úkolem“) a role střídát.
- Učit účastníky jednoduché principy předávání: „ukaz–zkus–pochval–dolad“.
- Zahrnovat krátké zastavení: „Jak se ti učilo druhého? Co ti pomohlo?“
- Ošetřovat mocenskou nerovnováhu (učit druhé ≠ poučovat).

4.3 Když se generace učí spolu – rizika a výzvy v praxi

Mezigenerační programy představují významný nástroj podpory dialogu a spolupráce. Jejich realizace však není bez rizik. Specifika práce s různými generacemi, rozdílné životní zkušenosti, hodnoty i komunikační styly mohou v průběhu programu vytvářet situace, které oslabují jeho přínos nebo narušují vztahy mezi účastníky. Pokud nejsou tato rizika včas rozpoznána a metodicky ošetřena, mohou vést k frustraci, posilování stereotypů nebo k předčasnému ukončení programu.

Zkušenosti z programů popsaných v kapitole 3 ukazují, že rizika se často neobjevují jako „velký konflikt“, ale spíše jako pozvolné slábnutí energie: lidé přicházejí méně, komunikace se zplošťuje, role se zafixují, učení se vytrácí. Právě proto je užitečné pojmenovat nejčastější rizika a zároveň je chápat jako běžnou součást práce s různorodými skupinami, nikoli jako selhání konceptu.

Nejasně vymezený cíl programu

Rizikem může být realizace aktivit bez jasně formulovaného záměru nebo s příliš obecně vymezenými cíli. V takovém případě se mezigenerační učení stává spíše nahodilým vedlejším efektem. V praxi to často vypadá jako „hezké setkání“, po němž však účastníci nedokáží říci, co se změnilo, co se naučili a proč se vlastně setkali.

Metodické doporučení

Metodicky pomáhá, když program pracuje s cílem v minimálním, ale pravidelném režimu: krátké ukotvení na začátku („Dnes budeme... aby...“) a krátké pojmenování na konci („Co si z toho odnášíš?“). Právě tento jednoduchý rámec často rozhoduje o tom, zda se zkušenost uloží jako pouhá událost, nebo jako učební moment.

Nerovnováha rolí mezi generacemi

Dalším častým rizikem je nerovnoměrné rozdělení rolí. Jedna generace je stavěna do role aktivního „dárce“ (moudrý senior, pečující babička), druhá do role pasivního příjemce (dítě, které se učí). Nebo naopak: mladí se stanou „technickými záchranáři“ a senior je

v roli bezmoci. Takové nastavení může posilovat stereotypy a oslabovat rovnocennost.

Metodické doporučení

Praxe ukazuje, že nejlépe fungují programy, kde se role přirozeně střídají: v táboře se jednou učí děti od seniorů (tradice, bezpečnost, klid), jindy senioři od dětí (technologie, nové postupy, odvaha zkoušet). V kuchyňských programech je výrazným vyrovnávacím prvkem společné stolování a sdílení receptů; v digitálních programech je důležité, aby senior měl prostor pro vlastní autonomii, a mladý člověk byl partnerem, nikoli „operátorem“.

Nepřiměřené nároky na účastníky

Rizikem může být nedostatečné zohlednění fyzických, kognitivních či psychosociálních možností účastníků. Pokud jsou aktivity příliš náročné, dlouhé nebo jednostranné, objevuje se únava a pocit selhání. Tento problém se může projevit zejména u seniorů, ale i u dětí s nižší schopností soustředění.

Metodické doporučení

Příklady dobré praxe ukazují, že funkčním řešením není „snížit laťku“, ale nabídnout více vstupů: možnost pozorovat, být v podpůrné roli, zapojovat se v kratších vlnách. V pobytovém táboře se jako ochranný faktor ukázal rytmus dne a dobrovolnost, v komunitním klubu zase otevřenost setkání (přicházím, odcházím, vracím se), což snižuje tlak na výkon.

Podcenění role facilitace

Podcenění facilitace patří mezi nejčastější rizika. Pokud jsou setkání ponechána bez vědomého vedení, může docházet k dominanci jedné generace, k nedorozuměním nebo k tomu, že se skupina rozdělí na paralelní ostrůvky. Facilitace zde neznamená kontrolu, ale citlivou práci s procesem: s dynamikou skupiny, zapojením všech a vytvářením bezpečného prostoru pro dialog.

Metodické doporučení

V praxi často stačí málo: vytvořit malé skupiny, dát společný úkol, připomenout pravidlo respektu a na konci zachytit, co se stalo. Bez této „jemné struktury“ se i dobře míněná aktivita může proměnit ve formální setkání, které nepřináší hlubší dopad.

Metodické doporučení Nejasně vymezený cíl programu

- Již ve fázi plánování jasně definovat hlavní cíl programu.
- Rozlišit, zda je mezigenerační učení cílem samotným, nebo pouze přidanou hodnotou.
- Přizpůsobit cíli volbu aktivit, délku programu i způsob evaluace.
- Srozumitelně komunikovat cíl programu všem účastníkům i zapojeným odborníkům.

Metodické doporučení Nerovnováha rolí mezi generacemi

- Vytvářet aktivity, v nichž mohou obě generace nabídnout své znalosti, zkušenosti či dovednosti.
- Podporovat vzájemnost a spolupráci, nikoli jednostrannou pomoc nebo předávání.
- Pracovat s rolemi vědomě a v průběhu programu reflektovat rovnost, respekt a hodnotu každé generace.
- Umožnit účastníkům zažívat různé role – učícího se i toho, kdo druhé obohacuje.

Jednorázovost bez návaznosti

Programy realizované jako jednorázové aktivity bez reflexe a bez možnosti pokračování mají omezený dlouhodobý dopad. Účastníci mohou odcházet spokojení, ale bez zpracování zkušenosti se přínos vytrácí.

Metodické doporučení

Praxe ukazuje, že návaznost nemusí znamenat velký projekt. Někdy stačí společný výstup, který zůstane: receptář, společná koláž, fotografie, krátký podcast, malá výstava, nebo domluvený další termín.

Ignorování stereotypů a předsudků

Stereotypy mohou výrazně ovlivňovat chování účastníků: „senioři to nezvládnou“, „děti nevydrží“, „technologie jsou pro mladé“. Pokud nejsou tyto postoje reflektovány, mohou se upevňovat.

Metodické doporučení

Příklady z praxe ukazují, že velmi silným momentem je „překvapení“, které stereotyp naruší: senior chce zkoušet moderní věci, děti se dokážou zklidnit a spolupracovat, nebo se ukáže, že učení je oboustranné. Metodicky je užitečné tyto momenty zachytit a dát jim jazyk, například jednoduchou reflexní otázkou: „Co jsem si myslel o druhé generaci předtím – a co vidím dnes?“.

Kapitola upozornila na nejčastější rizika mezigeneračních programů a ukázala, že jejich zvládnutí není otázkou náhodných zásahů, ale vědomé metodické práce. Facilitace, reflexe a evaluace zde vystupují jako vzájemně provázané procesy, které umožňují vytvářet bezpečné prostředí, zachytit učební zkušenosti účastníků a dlouhodobě rozvíjet kvalitu mezigeneračních programů.

Rizika mezigeneračních programů nejsou selháním jejich konceptu, ale přirozeným důsledkem práce s různorodými skupinami a vztahy mezi generacemi. Klíčové není těmto rizikům se vyhýbat, ale umět je rozpoznat a metodicky s nimi pracovat. Vědomé plánování, citlivá facilitace a průběžná reflexe umožňují proměnit potenciální problémy v příležitosti k učení a hlubšímu porozumění mezi generacemi.

Mezigenerační programy jsou přínosným nástrojem podpory dialogu a spolupráce, jejich realizace však není bez rizik. Rozdílné životní zkušenosti, hodnoty a komunikační styly mohou vyvolávat situace, které oslabují dopad programu nebo narušují vztahy mezi účastníky. Pokud nejsou rizika včas rozpoznána a metodicky ošetřena, mohou vést k frustraci, posilování stereotypů nebo předčasnému ukončení programu.

4.4 Když se generace učí spolu – klíčové principy dobré praxe

Mezigeneračních programů v praxi přibývá a jednotlivé projekty se liší svým účelem, cílovými skupinami i prostředím, v němž probíhají (např. Corrigan et al., 2012; Mannion, 2012; Skropeta, 2014). Přesto lze identifikovat několik společných rysů, které výrazně zvyšují pravděpodobnost, že program bude pro účastníky přínosný a že skutečně podpoří mezigenerační učení. Následující část shrnuje klíčové prvky, které je vhodné zohlednit při plánování, realizaci i vyhodnocování mezigeneračních programů, a doplňuje je o praktické poznatky vycházející z příkladů dobré praxe.

Kvalitní vedení a připravený tým

Základním předpokladem dobrého programu jsou kompetentní a motivované osoby, které jej vedou. Klíčem k úspěšným výsledkům jsou dovednosti lidí, kteří program realizují – zejména schopnost pracovat se skupinovou dynamikou a podporovat učení obou generací. Proto je zdůrazňována potřeba průběžného profesního vzdělávání realizátorů (Springate et al., 2008).

Praxe ukazuje, že kvalitní tým neznamená „hodně lidí“, ale jasnou metodickou odpovědnost: někdo hlídá bezpečí, někdo proces a někdo vztahy. V pobytových programech to bývá zajištěno zkušeným týmem a rytmem dne. V komunitních programech se ukazuje jako klíčové, aby facilitátor nebyl jen organizátorem času, ale „kurátorem interakcí“ – aby si všímal, kdo je v jaké roli, kdo je tichý, kdo dominuje a kde se rodí učení.

Metodické doporučení Nepřiměřené nároky na účastníky

- Přizpůsobit tempo, délku i formu aktivit schopnostem účastníků.
- Nabízet různé možnosti zapojení (pozorování, podpůrné role, kratší vstupy do aktivit).
- Pravidelně sledovat reakce účastníků a být připraven program flexibilně upravit.
- Vytvářet prostředí, ve kterém je v pořádku požádat o pauzu nebo odmítnout určitou aktivitu.

Metodické doporučení Jednorázovost bez návaznosti

- I u jednorázových aktivit zařazovat prostor pro společnou reflexi a sdílení zkušeností.
- Poskytovat účastníkům informace o dalších možnostech zapojení či navazujících aktivitách.
- Zvažovat možnost dlouhodobější spolupráce nebo opakování programu.
- Podporovat udržování kontaktu mezi účastníky i po skončení programu.

Inkluzivní výběr účastníků a práce se „společným základem“

Dobrá program cíleně vytváří inkluzivní prostředí a vybírá účastníky z různých skupin (Martin et al., 2010). Pro zahájení spolupráce je zásadní nalezení společných zájmů nebo cílů, které snižují nejistotu a umožní přirozený start komunikace.

Příklady dobré praxe ukazují, že „společný základ“ bývá často velmi jednoduchý: jídlo, oheň, příroda, hry, drobné tvoření, příběhy, bylinky nebo společná výprava fungují jako bezpečné téma, které propojí lidi dřív, než se začnou řešit rozdíly. Metodicky je výhodné volit právě takové motivy, které nejsou „jen pro děti“ ani „jen pro seniory“, ale dávají oběma generacím pocit kompetence.

Analýza potřeb a přístup zaměřený na aktiva

Plánování programu s ohledem na potřeby účastníků předpokládá analýzu potřeb ve fázi přípravy. Úspěšné programy by navíc měly být založeny na přístupu zaměřeném na aktiva – rozpoznání potenciálu každého účastníka, nikoli na zdůrazňování limitů (MacCallum et al., 2006).

V praxi se tento princip často ukáže ve chvíli, kdy se senior přestane vnímat jako „ten, komu je třeba pomoci“ a začne být vnímán jako zdroj: zkušeností, paměti, klidu, dovednosti. Stejně tak dítě není jen „ten, kdo se učí“, ale může být nositelem energie, odvahy zkoušet a někdy i moderních kompetencí. Metodicky pomáhá začít otázkou „co může každý nabídnout“ ještě předtím, než se plánují aktivity – tím se program přirozeně nastaví do reciprocity.

Smysluplné aktivity, flexibilita a spolupráce

Aktivity by měly být plánovány strategicky, ale zároveň flexibilně. Dobrá praxe zdůrazňuje koncepci učení, která účastníkům umožňuje podílet se na plánování a spoluvytvářet podobu programu (Springate et al., 2008). Spoluúčast podporuje motivaci a posiluje vztahový rozměr programu.

Z praxe vyplývá, že velmi silným prvkem je „společný výstup“, který má hodnotu pro obě generace: receptář, společná výstava, artefakt, nahrávka, zahrádka, koláč, nebo třeba společně upečený chléb, kte-

rý si každý odnese. Takový výstup není jen hezký doplněk – je to strukturální opora programu. Pomáhá udržet pozornost, vytváří důvod spolupracovat a přirozeně vybízí k reflexi („co jsme vytvořili a co to pro nás znamená“).

Logistika a prostředí: dostupnost, pohodlí, bezpečí

Kvalita programu se opírá i o praktické podmínky: dopravu, vhodné místo konání, bezbariérovost, tempo, pauzy (Martin et al., 2006). Je nezbytné brát v úvahu proměnlivou fyzickou schopnost starších dospělých i potřeby dětí.

Praxe ukazuje, že právě „drobnosti“ rozhodují, zda se lidé vrátí: možnost sednout si, prostor na klid po obědě, možnost být chvíli pozorovatelem, dobrá akustika, dostupné toalety, jednoduché občerstvení. V pobytových programech se osvědčuje rytmus dne, který kombinuje aktivitu a klid; v komunitních programech zase otevřenost a neformální atmosféra, která snižuje tlak na výkon. Pauza zde není prázdný čas, ale příležitost, kdy se rodí vztah a časťo i učení.

Inkluzivní kultura a vyvážené vedení procesu

Aby byly procesy učení a komunikace účinné, musí program podporovat inkluzivitu, tedy prostředí, v němž jsou různé perspektivy oceňovány, a kde účastníci mohou spolurozhodovat (Luz, & Baldwin, 2019; Montayre et al., 2023). Zároveň je důležité vyvážené strukturované vedení, které drží bezpečný rámec, ale nezabraňuje přirozené interakci (Martin et al., 2010; Springate et al., 2008).

Z příkladů dobré praxe vyplývá, že nejlépe funguje kombinace jemné struktury a otevřenosti. Program musí vědět, kam směřuje, ale nesmí udusit spontánní dialog. Realizátoři často popisují, že rozhodující není „kolik aktivit se stihlo“, ale zda se podařilo vytvořit prostředí, kde nikdo není jen hostem a každý je součástí společného dění.

Metodické doporučení Ignorování stereotypů a předsudků

- Pracovat se stereotypy otevřeně a citlivě, například prostřednictvím řízené diskuse nebo reflexivních aktivit.
- Podporovat sdílení osobních zkušeností namísto zobecňujících soudů.
- Vést účastníky k respektu, empatii a vzájemnému porozumění.
- Vytvářet bezpečný prostor, kde lze o citlivých tématech hovořit bez obav z odsouzení.

Podpora efektivní komunikace a práce s rozdílnými styly

Program musí počítat s rozdílnými komunikačními styly a očekáváními. Proto je vhodné uplatňovat strategie pro překonávání komunikačních bariér (Gao, 2023; Marzo, 2024; Mosor et al., 2019). Efektivní komunikace je klíčová pro navázání úspěšných vztahů a je třeba zohledňovat emocionální i kognitivní potřeby účastníků (Oproescu, 2015). Významné je zprostředkování diskuse a poskytování jasných pokynů, které respektují generační rozdíly (Schiller et al., 2024).

Praxe ukazuje, že u mezigeneračních programů funguje „méně mluvení, více zkoušení“. Krátké vysvětlení a rychlý přechod do činnosti snižuje nejistotu a vytváří prostor, kde se lidé učí přirozeně. Podobně se osvědčuje pravidelné, krátké zastavení: „Co vám dnes pomohlo? Co bylo těžké? Kdo vám pomohl a jak?“ Takové otázky nenápadně učí účastníky mluvit o učení, a tím jej posilují.

Práce se stereotypy, motivací a rozdílnými preferencemi učení

Stereotypy o jiných generacích mohou snižovat ochotu zapojit se (Aemmi & Moonaghi, 2017). Dále je třeba počítat s tím, že generace mohou preferovat odlišný styl učení: starší lidé často organizovanější, mladší neformálnější (Oh & Reeve, 2014). Tyto rozdíly je vhodné zohlednit při usnadňování programu (Springate et al., 2008).

V praxi se osvědčuje pracovat se stereotypy nepřímo, přes zkušenost. Když dítě zažije, že senior není „pomalý a slabý“, ale je trpělivý a dovedný; když senior zažije, že mladý člověk není „nezodpovědný“, ale umí být oporou; když se objeví moment překvapení, je dobré jej nezamést pod koberec, ale jemně ho pojmenovat. Tady se rodí změna postojů, která je pro mezigenerační programy často klíčová.

Proto je doporučováno věnovat pozornost přípravným setkáním, která snižují nejistotu a posilují připravenost (Dellmann & Jenkins, 1991; Kaplan, 2004). Praxe však ukazuje, že příprava nemusí být jen „instruktáž“. Může mít podobu krátkého bezpečného seznámení, společné dohody pravidel, nebo jednoduchého úkolu, který hned na začátku vytvoří první zkušenost reciprocitu.

Průběžné hodnocení a udržitelnost

Dlouhodobý dopad programů souvisí s udržitelností, která závisí na stabilním financování a zejména na průběžném hodnocení. Evaluace by měla zohledňovat pohled účastníků i dalších aktérů. Průběžná reflexe přináší podněty pro zlepšení a podporuje kvalitu budoucích projektů (Springate et al., 2008).

Zkušenosti z příkladů dobré praxe ukazují, že udržitelnost často nevzniká jen z rozpočtu, ale z významu: lidé se vrací tam, kde se cítí viděni a užiteční. Program, který dokáže zachytit příběhy (ať už formou společného výstupu, receptáře, sdílení zkušeností, nebo pravidelné návaznosti), má vyšší šanci přerůst v komunitní tradici. A právě tehdy se mezigenerační učení stává dlouhodobým principem – nikoli jednorázovou událostí.

Závěrem lze shrnout, že kvalitní mezigenerační program vyžaduje mnohostranný přístup, který kombinuje inkluzivitu a sdílenou odpovědnost (Luz, & Baldwin, 2019; Montayre et al., 2023), přípůsobené usnadňování komunikace (Gao, 2023; Oproescu, 2015; Schiller et al., 2024) a promyšlený návrh programu včetně přípravy účastníků (Dellmann & Jenkins, 1991; Kaplan, 2004). Pokud jsou tyto prvky sladěny, mohou mezigenerační programy vytvořit podpůrné prostředí, které povzbuzuje smysluplné zapojení a maximalizuje přínosy mezigenerační spolupráce.

Závěr

Příručka ukázala, že mezigenerační učení je specifickým učebním procesem, který nevzniká automaticky pouhou přítomností více generací v jednom prostoru ani samotnou realizací společné aktivity. Mezigenerační setkání, mezigenerační aktivity i mezigenerační programy vytvářejí důležité příležitosti pro kontakt a spolupráci, samy o sobě však ještě nezaručují, že se generační rozdílnost skutečně promění ve zdroj učení. Mezigenerační učení vzniká tehdy, když jsou interakce mezi generacemi uspořádány tak, aby podporovaly dialog, reciprocitu, sdílení perspektiv a společnou reflexi zkušeností.

Teoretická část příručka zasadila mezigenerační učení do kontextu společenských proměn, které na jedné straně oslabují přirozené mezigenerační prostory, na straně druhé však zvyšují potřebu cílené podpory mezigeneračních setkávání. Demografické stárnutí, proměny rodinných struktur i dynamika společnosti vědění vytvářejí podmínky, v nichž se mezigenerační programy stávají nejen inovativním, ale stále častěji i nezbytným nástrojem podpory sociální soudržnosti, celoživotního učení a rozvoje komunit. Zároveň však tento kontext připomíná, že mezigenerační učení je vždy situované a jeho podoba je ovlivněna prostředím, rolemi účastníků i institucionálním rámcem.

Přehled typologií mezigeneračních programů ukázal, že praxe je velmi rozmanitá a že volba typu programu představuje strategické rozhodnutí. Různé formáty programů se liší svými cíli, časovým rozsahem, intenzitou interakcí i nároky na metodické vedení a generují rozdílné typy přínosů – od navázání kontaktu a rozvoje konkrétních dovedností až po dlouhodobé změny postojů a posilování komunitních vazeb. Typologie zde neslouží jako hodnotící nástroj, ale jako opora pro realistické sladění cílů, možností organizace a očekávaných dopadů.

Výzkumná zjištění shrnutá v příručka potvrzují, že mezigenerační programy mohou přinášet přínosy na individuální, vztahové i komunitní úrovni. Mohou podporovat dovednosti, psychickou pohodu a sebepojetí účastníků, přispívat ke změně postojů mezi generacemi, odbourávání stereotypů a posilování vzájemného respektu a v širší perspektivě rozvíjet sociální kapitál, inkluzi a soudržnost komunit.

Tyto přínosy však nevznikají automaticky – jsou podmíněny kvalitou designu programu, recipročně nastavenými rolemi, srozumitelnými cíli a průběžnou reflexí procesů učení a vztahových změn.

Zvláštní pozornost byla v příručka věnována roli facilitace. Ukazuje se, že právě facilitace jako vědomé metodické vedení procesu setkávání generací vytváří podmínky pro to, aby se společné aktivity mohly proměnit v mezigenerační učení. Facilitace zde neznamena řízení obsahu ani kontrolu účastníků, ale podporu bezpečného prostoru, vyvažování rolí a generačních perspektiv a systematické otevírání prostoru pro dialog a společnou reflexi zkušeností. V tomto smyslu představuje facilitace klíčový prvek, který propojuje teoretická východiska s praktickou realizací mezigeneračních programů.

Příklady dobré praxe z České a Slovenské republiky ukázaly, že kvalitní mezigenerační programy mohou vznikat v různých sektorech a mít rozmanité podoby – od vzdělávacích a kulturních aktivit přes komunitní projekty až po sociálně orientované iniciativy. Společným jmenovatelem těchto příkladů je důraz na skutečné propojování generací: na situace, v nichž účastníci nejen „jsou spolu“, ale společně něco vytvářejí, sdílejí a reflektují. Zároveň tyto příklady připomínají, že udržitelnost programů stojí na realistickém plánování, partnerstvích, stabilním zázemí a ochotě průběžně se učit z vlastní praxe.

Závěrem lze shrnout, že kvalitní mezigenerační program nevzniká náhodou. Je výsledkem vědomé práce s cíli, vztahovými strukturami, procesem učení i riziky, která jsou s mezigenerační spoluprací neoddelitelně spojena. Pokud je mezigenerační setkávání doprovázeno citlivou facilitací a systematickou reflexí, může se stát skutečným učebním prostředím – a současně jedním z pilířů inkluzivnější, propojenější a odolnější společnosti založené na spolupráci a vzájemném porozumění mezi generacemi.

Summary

The handbook has shown that intergenerational learning is a specific learning process that does not arise automatically from the mere presence of multiple generations in one space or from the implementation of a shared activity alone. Intergenerational meetings, activities, and programmes create important opportunities for contact and cooperation, but they do not in themselves guarantee that generational differences will actually become a source of learning. Intergenerational learning occurs when interactions between generations are organised in such a way as to promote dialogue, reciprocity, the sharing of perspectives, and joint reflection on experience.

The theoretical part of the handbook places intergenerational learning in the context of social changes which, on the one hand, weaken natural intergenerational spaces, but on the other hand increase the need for targeted support for intergenerational encounters. Demographic ageing, changes in family structures, and the dynamics of the knowledge society create conditions in which intergenerational programmes become not only innovative but also increasingly necessary tools for supporting social cohesion, lifelong learning, and community development. At the same time, however, this context reminds us that intergenerational learning is always situational and that its form is influenced by the environment, the roles of participants, and the institutional framework.

The overview of typologies of intergenerational programmes has shown that practice is highly diverse and that the choice of programme type is a strategic decision. Different programme formats vary in their objectives, duration, intensity of interaction, and requirements for methodological guidance, and they generate different kinds of benefits — from establishing contact and developing specific skills to bringing about long-term changes in attitudes and strengthening community ties. The typology presented here does not serve as an evaluation tool, but rather as a support for the realistic alignment of goals, organisational capacities, and expected impacts.

The research findings summarised in the handbook confirm that intergenerational programmes can bring benefits at the individual, relational, and community levels. They can support participants' skills, mental well-being, and self-concept; contribute to changing attitudes

between generations, breaking down stereotypes, and strengthening mutual respect; and, in a broader perspective, foster social capital, inclusion, and community cohesion. However, these benefits do not arise automatically; they depend on the quality of programme design, reciprocally defined roles, clear objectives, and ongoing reflection on learning processes and changes in relationships.

The handbook pays particular attention to the role of facilitation. It appears that facilitation, understood as the conscious methodological guidance of the process of intergenerational encounters, creates the conditions in which shared activities can be transformed into intergenerational learning. Facilitation here does not mean controlling the content or the participants, but rather supporting a safe space, balancing roles and generational perspectives, and systematically opening up space for dialogue and joint reflection on experience. In this sense, facilitation is a key element linking theoretical principles with the practical implementation of intergenerational programmes.

Examples of good practice from the Czech Republic and Slovakia have shown that high-quality intergenerational programmes can be created across different sectors and may take many different forms, from educational and cultural activities to community projects and socially oriented initiatives. The common denominator of these examples is an emphasis on genuine intergenerational connection: situations in which participants not only “are together” but also create, share, and reflect together. At the same time, these examples remind us that the sustainability of programmes depends on realistic planning, partnerships, stable support structures, and a willingness to learn continuously from one's own practice.

In conclusion, a high-quality intergenerational programme does not emerge by accident. It is the result of conscious work with goals, relationship structures, learning processes, and risks that are inseparably linked to intergenerational cooperation. When intergenerational encounters are accompanied by sensitive facilitation and systematic reflection, they can become a genuine learning environment — and at the same time one of the pillars of a more inclusive, connected, and resilient society based on cooperation and mutual understanding between generations.

Použité zdroje

- Abrams, J., & Giles, H. (1999). Intergenerational contact as intergroup communication. *Child & Youth Services, 20*(1–2), 203–217. https://doi.org/10.1300/J024v20n01_15
- Adamec, P., & Kamanová, L. (2021). *Aktuální populační vývoj v České republice*. Český statistický úřad.
- Aemmi, S. Z., & Moonaghi, H. K. (2017). Intergenerational learning program: A bridge between generations. *International Journal of Pediatrics, 5*(12), 6713–6721. <https://doi.org/10.22038/ijp.2017.28072.2430>
- Aktuální populační vývoj v kostce. (2021). Český statistický úřad. <https://www.czso.cz/csu/czso/aktualni-populacni-vyvoj-v-kostce>
- Andreoletti, C., & Howard, J. L. (2016). Bridging the generation gap: Intergenerational service-learning benefits young and old. *Gerontology & Geriatrics Education, 39*(1), 46–60.
- Antonucci, T. C., Jackson, J. S., & Biggs, S. (2007). Intergenerational relations: Theory, research and policy. *Journal of Social Issues, 63*(4), 679–693.
- Bengtson, V. L. (2001). Beyond the nuclear family: The increasing importance of multigenerational bonds. *Journal of Marriage and Family, 63*(1), 1–16.
- Bengtson, V. L., & Lowenstein, A. (2003). *Global aging and challenges to families*. Aldine de Gruyter.
- Boström, A. K., & Schmidt-Hertha, B. (2017). Intergenerational learning in adult education. In B. Schmidt-Hertha, S. Jelenc Krašovec, & M. Formosa (Eds.), *Learning across generations in Europe* (pp. 45–60). Sense Publishers.
- Brown, R., & Ohsako, T. (2003). A study of inter-generational programmes for schools promoting international education. *Journal of Research in International Education, 2*(2), 151–165. <https://doi.org/10.1177/14752409030022002>
- Canedo-García, A., García-Sánchez, J. N., & Pacheco-Sanz, D. I. (2017). A systematic review of the effectiveness of intergenerational programs. *Frontiers in Psychology, 8*, 1882. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01882>
- Cheung, J. C.-T., Lou, V. W.-Q., Hu, D.-Y., Pan, N. F. C., Woo, E. M. W., & Cheng, M. S. F. (2023). Eliminating Ageism in Higher Education: An Intergenerational Participatory Co-design Project. *Educational Gerontology, 49*(11), 966–978 <https://doi.org/10.1080/03601277.2023.2187107>
- Corrigan, T., McNamara, G., & O'Hara, J. (2013). Intergenerational learning: A valuable learning experience for higher education students. *Eurasian Journal of Educational Research, 52*, 117–136.
- Dellmann-Jenkins, M., Lambert, D., & Fruit, D. (1991). Fostering preschoolers' prosocial behaviors toward the elderly. *Educational Gerontology, 17*(1), 21–32. <https://doi.org/10.1080/0360127820170103>
- Eurostat. (2024). *Population structure and ageing*. https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Population_structure_and_ageing
- Findsen, B., & Formosa, M. (2012). *Lifelong learning in later life*. Sense Publishers.
- Gao, M. H. (2023). From the Traditionalists to Gen Z: Conceptualizing intergenerational communication and media preferences in the USA. *Online Media and Global Communication, 2*(3), 422–445. <https://doi.org/10.1515/omgc-2023-0011>
- Gualano, M. R., Voglino, G., Bert, F., Thomas, R., Camussi, E., & Siliquini, R. (2018). The impact of intergenerational programs on children and older adults. *International Psychogeriatrics, 30*(4), 451–468. <https://doi.org/10.1017/S104161021700182X>
- Hagestad, G., & Herlofson, K. (2006). Micro and macro perspectives on intergenerational relations and transfers in Europe. https://www.un.org/esa/population/meetings/Proceedings_EGM_Mex_2005/hagestad.pdf

- Hand, M., et al., (2023). Intergenerational learning to addressing ageism in higher education: Scoping review findings, *Innovation in Aging*, 7(1), 328–329, <https://doi.org/10.1093/geron/igad104.1094>
- Harper, S., Smith, P. K., & Hagestad, G. O. (2010). Editorial and introduction. *Journal of Intergenerational Relationships*, 8(3), 207–218.
- Hasmanová Marhánková, J. (2013). *Aktivita jako projekt: Diskurz aktivního stárnutí a jeho odezvy v životech českých seniorů a seniorůk*. Sociologické nakladatelství.
- Hatton-Yeo, A. (2008). *The Eagle toolkit for intergenerational activities*. University of Erlangen-Nuremberg.
- Heuer, S., Douglas, N., Burney, T., & Willer, R. (2020). Service-learning with older adults in care communities. *Gerontology & Geriatrics Education*, 41(2), 186–199. <https://doi.org/10.1080/02701960.2019.1596087>
- Jarrot, S. E. (2019). *The intergenerational evaluation toolkit*. <https://www.gu.org/resources/intergenerational-evaluation-toolkit/>
- Jarrott, S. E. (2008). Shared site intergenerational programs. *Journal of Intergenerational Relationships*, 6(3), 384–388.
- Kaplan, M. (2004). Toward an intergenerational way of life. *Journal of Family and Consumer Sciences*, 96(2), 5–9.
- Kaplan, M., Sánchez, M., & Hoffman, J. (2017). *Intergenerational pathways to a sustainable society*. Springer.
- Kenner, C., Ruby, M., Jessel, J., Gregory, E., & Arju, T. (2008). Intergenerational learning events around the computer. *Language and Education*, 22(4), 298–319. <https://doi.org/10.2167/le774.0>
- Knight, T., Skouteris, H., Townsend, M., & Hooley, M. (2014). The act of giving. *Journal of Intergenerational Relationships*, 12(3), 257–278. <https://doi.org/10.1080/15350770.2014.929913>
- Kuehne, V. (1998). Building intergenerational communities through research and evaluation. *Generation*, 22(4), 82–87.
- Leedahl, S. N., Brasher, M. S., LoBuono, D. L., Wood, B. M., & Estus, E. L. (2020). Reducing ageism. *Sustainability*, 12(17), 6870. <https://doi.org/10.3390/su12176870>
- Loewen, J. (1996). *Intergenerational learning: What if schools were places, where adults and children learning together*. New York: Columbia university.
- Luppi, E. (2023). Exploring contemporary challenges of intergenerational education in lifelong learning societies: An introduction. *Ricerche Di Pedagogia E Didattica. Journal of Theories and Research in Education*, 18(2), 1–15. <https://doi.org/10.6092/issn.1970-2221/17740>
- Luz, C., & Baldwin, R. (2019). Pursuing age-friendly university (AFU) principles at a major university: Lessons in grassroots organizing. *Gerontology & Geriatrics Education*, 40(3), 290–306. <https://doi.org/10.1080/02701960.2019.1583224>
- MacCallum, J., Palmer, D., Wright, P., Cummings-Peters, M., Brooks, M., Tero, C., & Smith, L. (2006). *Community building through intergenerational exchange programs*. National Youth Affairs Research Scheme.
- MacCallum, J. et al. (2010). Australian perspectives: Community building through intergenerational exchange programs. *Journal of Intergenerational Relationships*, 8(2), 113–127.
- Mannion, G. (2012). Intergenerational education: The significance of reciprocity and place. *Journal of Intergenerational Relationships*, 10(4), 386–399. <https://doi.org/10.1080/15350770.2012.726601>
- Martin, K., Springate, I., & Atkinson, M. (2010). *Intergenerational practice: Outcomes and effectiveness*. LGA research report, National Foundation for Educational Research. The Mere.
- Marzo, R. R. (2024). Bridging the gap: Understanding and fostering intergenerational communication in the digital age. In A. Klimczuk (Ed.), *Intergenerational relations: Contemporary theories, studies and policies*. IntechOpen. <https://www.intechopen.com/chapters/1155846>
- Montayre, J., Maneze, D., Salamonson, Y., Tan, J. D., Possamai-Inesedy, A., & Heyn, P. C. (2023). The making of age-friendly universities. *The Gerontologist*, 63(8), 1311–1319. <https://doi.org/10.1093/geront/gnac084>
- Morita, K., & Kobayashi, M. (2013). Interactive programs with preschool children bring smiles and conversation to older adults. *BMC Geriatrics*, 13, 111. <https://doi.org/10.1186/1471-2318-13-111>

- Mosor, E., Waldherr, K., Kjekken, I., Omara, M., Ritschl, V., Pinter-Theiss, V., Smolen, J., Hübel, U., & Stamm, T. (2019). An intergenerational program based on psycho-motor activity promotes well-being and interaction between preschool children and older adults: Results of a process and outcome evaluation study in Austria. *BMC Public Health*, 19(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-019-6572-0>
- Murayama, et al. (2015). The effect of intergenerational programs on the mental health of elderly adults. *Aging Ment. Health*, 19(4), 306–314. <https://doi.org/10.1080/13607863.2014.933309>, 3
- Newman, S. (1993). *Creating effective intergenerational programs*. Pittsburgh: Pittsburgh University.
- Newman, S., & Hatton-Yeo, A. (2008). *Intergenerational Learning and the Contributions of Older People*. *Ageing Horizons*, 8, 31–39.
- Newman, S. (2006). Research and intergenerational studies. *Journal of Intergenerational Relationships*, 4(2), 111–114.
- Oh, E., Reeves, T.C. (2014). Generational Differences and the Integration of Technology in Learning, Instruction, and Performance. In: Spector, J., Merrill, M., Elen, J., Bishop, M. (eds) *Handbook of Research on Educational Communications and Technology*. Springer, New York, NY. https://doi.org/10.1007/978-1-4614-3185-5_66
- Oproescu, A. (2015). Error Generating Factors in Evaluation Process, *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 180, 421–425. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.02.139>
- Petrová Kafková, M. (2019). *Neviditelní senioři a jejich každodennost*. Centrum pro studium demokracie a kultury.
- Petřková, A. (2004). *Gerontagogika: Úvod do teorie a praxe edukace seniorů*. Univerzita Palackého.
- Pinazo H., S. (2023). *Los proyectos intergeneracionales. aspectos clave y fundamentos para su diseño*. Valencia: FOCAD.
- Pinto, T. A. (2011). Why intergenerational learning is not an academic discipline yet. *Journal of Intergenerational Relationships*, 9(1), 117–119.
- Pstross, M., Corrigan, T., Knopf, R. C., Sung, H., Talmage, C. A., Conroy, C., & Fowley, C. (2017). The benefits of intergenerational learning in higher education: Lessons learned from two age friendly university programs. *Innovative Higher Education*, 42(2), 157–171. <https://doi.org/10.1007/s10755-016-9371-x>
- Rabušicová, M., Brücknerová, K., Kamanová, L., Novotný, P., Pevná, K., & Vařejková, Z. (2016). *Mezigenerační učení: Teorie, výzkum, praxe*. Masarykova univerzita.
- Rabušicová, M., & Rabušic, L. (2008). *Učení v proměnách života*. Masarykova univerzita.
- Rabušicová, M., Kamanová, L., & Pevná, K. (2011). *O mezigeneračním učení*. Masarykova univerzita.
- Rabušicová, M., Klusáčková, M., & Kamanová, L. (2009). Mezigenerační učení v rámci programů a kurzů neformálního vzdělávání. *Studia Paedagogica*, 14(2), 131–153.
- Rabušicová, M., Kamanová, L., & Pevná, K. (2014). Mezigenerační učení v prostředí komunit. *Studia Paedagogica*, 19(1), 103–124.
- Rute, R., & Fragoso, A. (2013). Older men learning in the community: The case of the amateur fishing club of Faro. In I. Žemaitaityte & S. Mikulioniene (Eds.), *Proceedings of 4th international conference on learning opportunities for older adults: Forms, providers and policies* (77–88). Vilnius: European Society for Research on the Education of Adults.
- Sánchez, M. (2006). Challenges to Intergenerational Studies: Perspective from Western Europe. *Journal of Intergenerational Relationships*, 4(2), 107–110. https://doi.org/10.1300/J194v04n02_09
- Sánchez, M., & Kaplan, M. (2014). Intergenerational learning in higher education: Making the case for multigenerational classrooms. *Educational Gerontology*, 40(7), 473–485. <https://doi.org/10.1080/03601277.2013.844039>
- Santini, S., Tombolesi, V., Baschiera, B., & Lamura, G. (2018). Intergenerational programs involving adolescents, institutionalized elderly, and older volunteers: Results from a pilot research-action in Italy. *Biomed Research International*, 2018, 1–14. <https://doi.org/10.1155/2018/4360305>

- Schiller, E. (2023). Desk research on intergenerational practice. <https://www.erasmusplus60.uvsq.fr/enhancing-lifelong-learning-through-intergenerational-learning>
- Schiller, E., Dorner, H., Gulyás, B., Kovács, Z., Kamanová, L., Pevná, K., ... Jelaska, F. (2024). Promoting intergenerational learning in higher education: participants' perspectives on co-management and project-based learning. *International Journal of Lifelong Education*, 44(1), 105–123. <https://doi.org/10.1080/02601370.2024.2422295>
- Schmidt-Hertha, B. (Ed.). (2014). *Learning across generations in Europe. Contemporary issues in older adult education*. Rotterdam: Sense Publishers.
- Schuller, T. (2010). Learning through life: The implications for learning in later life of the NIACE Inquiry. *International Journal of Education and Ageing*, 1(1), 41–51.
- Skropeta, C. M., Colvin, A., & Sladen, S. (2014). An evaluative study of the benefits of participating in intergenerational playgroups in aged care for older people. *BMC Geriatrics*, 14(1), 1–11. <https://doi.org/10.1186/1471-2318-14-109>
- Springrate, I., Atkinson, M., & Martin, K. (2008). *Intergenerational practice: A review of the literature*. LGA research report F/SR262. NFER.
- Stanton, G., & Tench, P. (2003). Intergenerational storyline bringing the generations together in north Tyneside. *Journal of Intergenerational Relationships*, 1(1), 71–80.
- Tambaum, T. (2022). Intergenerational Learning in Action. In: Evans, K., Lee, W.O., Markowitsch, J., Zukas, M. (eds) *Third International Handbook of Lifelong Learning*. Springer International Handbooks of Education. Springer, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-030-67930-9_35-1
- Trujillo-Torres, J. M., Aznar-Diaz, I., Caceres-Reche, M. P., Mentado-Labao, T., & Barrera-Corominas, A. (2023). Intergenerational learning and its impact on the improvement of educational processes. *Education Scienced*, 13 (10), 1019. <https://doi.org/10.3390/educsci13101019>
- Tuohy, D., Cassidy, I., Graham, M., McCarthy, J., Shanahan, J., Murphy, J., & Tuohy, T. (2023). Facilitating intergenerational learning between older people and student nurses. *Nurse Education in Practice*, 72, 103746. <https://doi.org/10.1016/j.nepr.2023.103746>
- Veselý, A. (2004). Společnost vědění jako teoretický koncept. *Sociologický časopis*, 40(4), 433–446.
- Whear, R., Campbell, F., Rogers, M., Sutton, A., Robinson-Carter, E., Sharpe, R., & Thompson-Coon, J. (2023). What is the effect of intergenerational activities on the wellbeing and mental health of older people? *Campbell Systematic Reviews*, 19(4), e1355. <https://doi.org/10.1002/cl2.1355>
- Wilkinson, R. G., & Marmot, M. G. (2003). *Social Determinants of Health: The Solid Facts*. Copenhagen: World Health Organisation.
- Žemaitaitytė, I., Pivorienė, J., Bardauskienė, R., & Katkonienė, A. (2023). Intergenerational learning as a dialog in overcoming loneliness of older adults. *Ricerche di Pedagogia e Didattica*, 18(2), 37–49. <https://doi.org/10.6092/issn.1970-2221/15941>

Medzigeneračná STEAM univerzita

Projekt **Medzigeneračná STEAM univerzita (MGSU)** je medzinárodný projekt programu Erasmus+, realizovaný v partnerstve **Ústavu celoživotného vzdelávania Žilinskej univerzity v Žiline (ÚCV UNIZA)** a **Mendelovej univerzity v Brne (MENDELU)**. Jeho hlavným cieľom je vytvorenie, overenie a implementácia udržateľného modelu medzigeneračného vzdelávania v oblasti STEAM (veda, technológia, inžinierstvo, umenie a matematika), ktorý prepája seniorov a deti v spoločných vzdelávacích aktivitách. Projekt reaguje na aktuálne spoločenské výzvy spojené so starnutím populácie, digitálnou transformáciou a potrebou posilňovania sociálnej súdržnosti a aktívneho občianstva.

Kľúčovými výstupmi projektu sú zbierka príkladov dobrej praxe ako inšpirácia pre medzigeneračné vzdelávanie, metodická príručka pre lektorov, kurikulum a vzdelávací toolkit, ktoré poskytujú komplexnú metodickú a didaktickú podporu pre návrh, realizáciu a evaluáciu medzigeneračných STEAM modulov. Vytvorené materiály sú pilotne overované v praxi v prostredí oboch partnerských inštitúcií a následne integrované do systémov celoživotného vzdelávania, najmä do programov univerzít tretieho veku. Projekt tak prispieva k systematickému rozvoju kvality vzdelávania dospelých, k posilňovaniu medzigeneračného dialógu a k udržateľnej inovácii vzdelávacích prístupov v európskom kontexte.





ŽILINSKÁ UNIVERZITA
V ŽILINE

UNIZA

uniza.sk

Žilinská univerzita v Žiline (UNIZA) je významná verejná vysoká škola so silnou tradíciou, odborným zázemím a moderným prístupom k vzdelávaniu, výskumu a inováciám. Počas viac ako 70-ročnej existencie sa univerzita vyprofilovala ako dôležité centrum vzdelávania a vedy s takmer **7 800 študentmi** v desiatkach akreditovaných študijných programov na všetkých stupňoch štúdia. UNIZA ponúka široké spektrum študijných odborov v oblastiach dopravy, technológií, manažmentu, bezpečnosti a spoločenských vied a je známa aj svojou zahraničnou spolupracou, výskumnými aktivitami a medzinárodnými projektmi programu Erasmus+.

UCV

ucv.uniza.sk

Ústav celoživotného vzdelávania (ÚCV) Žilinskej univerzity v Žiline je špecializované univerzitné pracovisko zamerané na rozvoj celoživotného vzdelávania, ďalšieho odborného vzdelávania a otvoreného vzdelávania pre rôzne cieľové skupiny. ÚCV zabezpečuje jazykové vzdelávanie (vrátane medzinárodných certifikátov Cambridge, Goethe a UNiCert), Univerzitu tretieho veku, odborné a profesijné programy, vzdelávanie pedagogických zamestnancov, ako aj kurzy zamerané na rozvoj kľúčových a prenositeľných kompetencií pre trh práce. Súčasťou jeho činnosti je aj tvorba vzdelávacích materiálov, metodická podpora lektorov, organizácia odborných podujatí, workshopov a konferencií, ako aj aktívna účasť na národných a medzinárodných projektoch (najmä Erasmus+) v oblasti inovácií vo vzdelávaní, jazykového vzdelávania, STEAM a mezigeneračného učenia. ÚCV tak systematicky prepája univerzitu s praxou, komunitou a medzinárodným vzdelávacím prostredím.



Mendelova univerzita v Brně

mendelu.cz

Mendelova univerzita v Brně, založená v roce 1919, je veřejnou vysokou školou zaměřenou na vzdělávání odborníků v oblastech zemědělství, lesnictví, ekonomie, zahradnictví, regionálního rozvoje, pedagogiky a dalších oborů spojených s udržitelným rozvojem a kvalitou života. Univerzita současně představuje významné výzkumné centrum; její vědecké týmy se věnují mimo jiné ochraně životního prostředí, klimatické změně, bezpečným potravinám, cirkulární ekonomice či chování spotřebitelů. MENDELU vzdělává přibližně 9 000 studentů a tvoří ji pět fakult – Agronomická, Lesnická a dřevařská, Provozně ekonomická, Zahradnická a Fakulta regionálního rozvoje a mezinárodních studií – a jeden vysokoškolský ústav, Institut celoživotního vzdělávání. Většina pracovišť sídlí v Brně; Zahradnická fakulta je umístěna v Lednici, což posiluje propojení univerzity s krajinou a zahradnickou tradicí jižní Moravy.

Institut celoživotního vzdělávání

icv.mendelu.cz

Institut celoživotního vzdělávání již od roku 2006 pomáhá růst znalostem studentů a posluchačů různého věku a propojuje akademické vzdělávání s potřebami praxe i zájmy širší veřejnosti. Institut nabízí bakalářské studium v oblastech učitelství a neučitelské pedagogiky. Se studijními programy je úzce spojena také vědecko-výzkumná práce, jejíž výsledky se promítají do výuky, poradenských služeb i vzdělávacích aktivit pro veřejnost.

Pro studenty, zaměstnance univerzity i širokou veřejnost ICV organizuje řadu odborných, jazykových a zájmových kurzů. Součástí institutu je Poradenské a profesní centrum, které pomáhá studentům z celé univerzity zvládat

obtíže spojené se studiem, rozvíjet jejich osobní potenciál a úspěšně nastartovat pracovní kariéru.

Významnou oblastí činnosti ICV je také vzdělávání seniorů. Pro zájemce, kteří chtějí smysluplně trávit svůj čas, rozvíjet své zájmy a navazovat nové sociální kontakty, institut organizuje vzdělávání formou Univerzity třetího věku (icv.mendelu.cz/seniorske-vzdelavani/u3v). Ta není pojímána pouze jako cyklus přednášek, ale jako živý vzdělávací prostor podporující aktivní stárnutí, celoživotní učení a společenské zapojení seniorů. Mimo vzdělávacích aktivit v Brně má Univerzita třetího věku řadu poboček po celé Moravě. Ročně se na ní vzdělává více než 1600 seniorů.

Na Mezigenerační univerzitě (icv.mendelu.cz/seniorske-vzdelavani/mezigeneracni-univerzita), kterou institut založil jako první na Moravě, mají prarodiče a jejich vnoučata možnost společně odhalovat tajemství rostlinné i živočišné říše. Programy jsou založeny na zážitkovém učení v autentickém prostředí univerzitních pracovišť, zahrad, lesů a terénních stanovišť. Vedle celoročních programů organizuje pravidelně také Prázdninovou mezigenerační univerzitu.

Mezigenerační učení v praxi: principy, metody a inspirace pro tvorbu programů

Kolektiv autorů:

Mgr. et Mgr. Lenka Kamanová, Ph.D.; Mgr. Bc. Kateřina Pevná;

Ing. Lucia Hrebeňárová, Ph.D.; Mgr. Albert Kulla, Ph.D.; PhDr. Petra Laktišová, Ph.D.; PhDr. Lubica Mindeková; Mgr. Jana Trabalíková, Ph.D.

Grafická úprava a sazba: Mgr. Lukáš Pevný

Vydala: Mendelova univerzita v Brně, Zemědělská 1, 613 00 Brno

Vydání: první, 2026

Počet stran: 71

ISBN 978-80-7701-083-2 (online ; pdf)

<https://doi.org/10.11118/978-80-7701-083-2>

Fotografie použité v publikaci mají ilustrační charakter a byly poskytnuty organizacemi realizujícími mezigenerační programy.

● Mendelova
● univerzita
● v Brně
●



ŽILINSKÁ UNIVERZITA
V ŽILINE