



KAPITAŁ LUDZKI  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI

UNIA EUROPEJSKA  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY



# OBUDŹ W SOBIE OLBRZYMA

Innowacyjne metody wydłużenia aktywności zawodowej



Projekt jest współfinansowany przez Unię Europejską  
w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

## PROJEKT INNOWACYJNY TESTUJĄCY

Projekt realizowany jest w okresie  
od 01.09.2010 do 30.11.2012 roku  
w ramach Programu Operacyjnego Kapitał Ludzki  
Wartość projektu: 1 497 830 zł

### Eksperci zaangażowani w realizację projektu:

dr Radosław Mącik (UMCS)  
dr hab. Bohdan Rożnowski (KUL)  
dr Czesław Noworol (UJ)  
mgr Maria Rożnowska





Głównym celem projektu jest opracowanie innowacyjnej metodologii wydłużenia aktywności zawodowej osób 50+, która w sposób efektywny i skuteczny ma rozwiązać problemy związane z wydłużaniem aktywności zawodowej osób po 50. roku życia.



## DO KOGO SKIEROWANY JEST PROJEKT?

**Użytkownikami metodologii** są pracodawcy oraz przedstawiciele instytucji rynku pracy.

**Odbiorcami metodologii** są osoby pracujące w wieku 50+ w województwie lubelskim.



## PARTNER PROJEKTU

Projekt realizowany jest w partnerstwie  
z [Consortio Lavoro e Ambiente](#) –  
włoską firmą z siedzibą w Rzymie.



Współpraca ponadnarodowa służy m.in.  
przekazaniu przez włoskiego partnera jego  
doświadczeń w zakresie wydłużania  
aktywności zawodowej oraz w zakresie  
włączania do głównego nurtu polityki.



### Elementy współpracy ponadnarodowej:

- analiza włoska autorstwa Tito Livio Mongelli pt. *Strategie i metody wydłużania aktywności zawodowej osób po 50. roku życia. Analiza rozwiązań innowacyjnych we Włoszech dotyczących wydłużania aktywności zawodowej*
- wizyta studyjna ekspertów projektu we Włoszech
- seminarium robocze z udziałem Włochów w Polsce
- konferencja upowszechniająca planowana na IV kwartał 2012 roku



## I ETAP REALIZACJI PROJEKTU

### Diagnoza i analiza problemu:

- Zbigniew Jackiewicz: *Analiza rozwiązań prawnych w kontekście wydłużania aktywności zawodowej osób powyżej 50. roku życia*
- Bohdan Rożnowski: *Wieloaspektowa charakterystyka sytuacji życiowej osób 50+ w perspektywie aktywności zawodowej*
- Beata Romejko: *Raport z badań osób pracujących w wieku 50+ z terenu województwa lubelskiego*
- Beata Romejko: *Raport z badań pracodawców zatrudniających osoby w wieku 50+ z terenu województwa lubelskiego*



## I ETAP REALIZACJI PROJEKTU

- Opracowanie wstępnej wersji podręcznika oraz strategii wdrażania projektu innowacyjnego
- Ewaluacja zewnętrzna wstępnej wersji produktu finalnego (badania użytkowników, odbiorców i przedstawicieli instytucji rynku pracy oraz recenzja dr Dariusza Wadowskiego (KUL))



## II ETAP TESTOWANIE PRODUKTU FINALNEGO

Wsparciem objęliśmy 30 pracowników  
z 4 lubelskich zakładów pracy:

- Uniwersytet Marii Curie-Skłodowskiej
  - Powiatowy Urząd Pracy
- Okręgowa Stacja Chemiczno-Rolnicza
- Zespół Szkół Chemicznych i Przemysłu Spożywczego im. Franciszka Kleeberga



## TESTOWANIE PRODUKTU FINALNEGO

- Przygotowanie trenerów do pracy z osobami 50+
- Szkolenie dla kadry menedżerskiej z 4 wybranych zakładów pracy, w których są zatrudnione osoby 50+
- Wsparcie odbiorców (osób 50+)



# FORMY WSPARCIA DLA ODBIORCÓW PROJEKTU



## Formy wsparcia dla pracowników 50+

### Pakiet medyczny



Płatynowy pakiet LUX-MED umożliwia odbiorcy bezpłatne korzystanie z zabiegów, badań oraz usług lekarzy wszystkich specjalności.

10 miesięcy:  
lipiec 2011 – kwiecień 2012



## Formy wsparcia dla pracowników 50+

### Terapia manualna



6 miesięcy:  
lipiec 2011 – grudzień 2011

Każdy odbiorca korzysta  
z 20 godzin masażu wg własnego  
harmonogramu

Stopień w jakim terapia manualna poprawiła samopoczucie i stan zdrowia:  
Średnia ocena 8,53 na 9 stopniowej skali (Badania ewaluacyjne ex-post)



## Formy wsparcia dla pracowników 50+

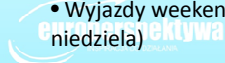
### Wyjazd integracyjny

Gry i zabawy integracyjne  
organizowane przez  
wyspecjalizowaną firmę

Wyjazd integracyjny ma na celu:

- pogłębienie relacji pomiędzy uczestnikami;
- pogłębienie świadomości współzależności i współodpowiedzialności wszystkich pracowników za realizowane cele;
- zbudowanie wzajemnego zaufania pomiędzy uczestnikami.

- 3 wycieczki po 20 osób
- 20 osób na wycieczce (w tym kadra zarządzająca, osoby 50+ oraz 50-)
- Wyjazdy weekendowe (piątek, sobota, niedziela)



## Wyjazd integracyjny

### Program wyjazdu:

Projekt PROTOTYP

Ćwiczenie PRZEPRAWA

Wycieczka samochodami terenowymi

Ćwiczenie DIAMENTOWY SZLAK:

**Stacja nr 1** Bolkowe narty

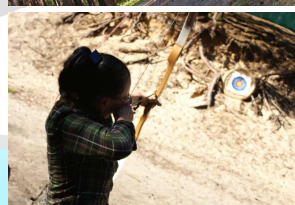
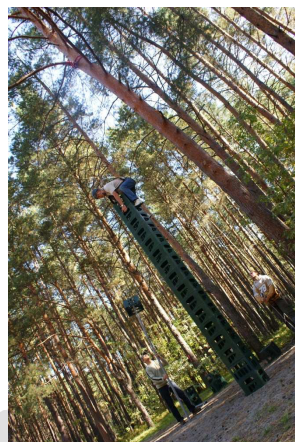
**Stacja nr 2** Cyrkiel i gąsiennica

**Stacja nr 3** Logikus

**Stacja nr 4** Latający malarz

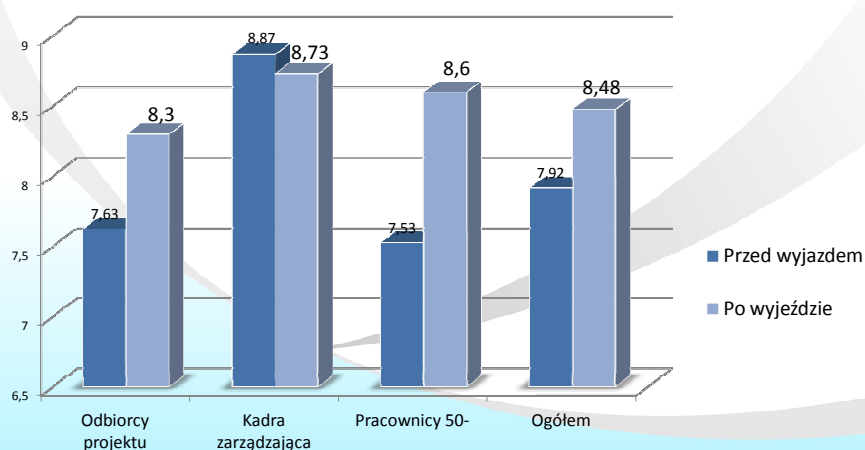
**Stacja nr 5** Strzelnica

**Stacja nr 6** Prace domowe



## Wyjazd integracyjny

Ocena stopnia potrzeby organizowania wyjazdów integracyjnych w zakładach pracy





## Formy wsparcia dla pracowników 50+

### Warsztaty psychologiczno-motywacyjne (oparte o metodę MBTI)

MBTI (Myers-Briggs Type Indicator), to kwestionariusz samooceny służący do określania typu osobowości, pomagający identyfikować mocne strony danej osoby oraz potencjalne drogi jej rozwoju.

- 3 grupy odbiorców po 10 osób ,  
2 spotkania warsztatowe po 8 godzin dla każdej grupy



## Formy wsparcia dla pracowników 50+

### COACHING INDYWIDUALNY (7 godzin coachingu dla każdego odbiorcy)

Celem coachingu jest przede wszystkim zmiana postawy osoby 50+ wobec własnej postawy zawodowej, a także motywowanie jej do rozwoju we wszystkich możliwych obszarach (rodzinnym, indywidualnym, zawodowym).



## Formy wsparcia dla pracowników 50+

### zajęcia rekreacyjno-sportowe do wyboru:

\*aqua aerobic, \*basen+sauna+jacuzzi, \*aerobic/siłownia, \*joga

Systematyczne podejmowanie aktywności fizycznej w jakiegokolwiek postaci nie tylko w dużym stopniu wpływa na poprawę samopoczucia, lecz także zmniejsza ryzyko wystąpienia chorób cywilizacyjnych (zawału, udaru, nadciśnienia, otyłości, cukrzycy). Proponowane w projekcie formy zajęć rekreacyjno-sportowych wybrane zostały specjalnie z myślą o osobach w wieku 50+. Ich różnorodność umożliwia dopasowanie danej aktywności do preferencji i możliwości fizycznych konkretnej osoby.

7 miesięcy: wrzesień 2011 – marzec 2012



europerspektywa  
INSPYRACJA DO DZIAŁANIA

## Formy wsparcia dla pracowników 50+

### SZKOLENIA

Indywidualnie dobrane do potrzeb odbiorców

- Kadry i płace (30 godzin)
- Obsługa komputera od podstaw (20 godzin)
- Umiejętności interpersonalne w pracy zawodowej (20 godzin)
- Język angielski od podstaw (35 godzin)
- Eksploatacja urządzeń, instalacji i sieci elektroenergetycznych o napięciu do 1 kV (15 godzin)



europerspektywa  
INSPYRACJA DO DZIAŁANIA

## Formy wsparcia dla pracowników 50+

### Szkolenie z zakresu nowoczesnych technologii informacyjnych (ICT)

Szkolenie z zakresu ICT przygotowane specjalnie dla osób 50+ obejmowało praktyczne wykorzystanie internetu (wyszukiwanie informacji, zakupy przez internet, e-banking, fora internetowe, rozrywka) i inne praktyczne zastosowania komputera

Zajęcia prowadzone przez 2 trenerów – w tym jeden w wieku 50+

- 3 grupy szkoleniowe zorganizowane wg stopnia zaawansowania obsługi komputera
- 30 godzin szkolenia dla każdej grupy



## Formy wsparcia dla pracowników 50+

### Metamorfoza kompletna

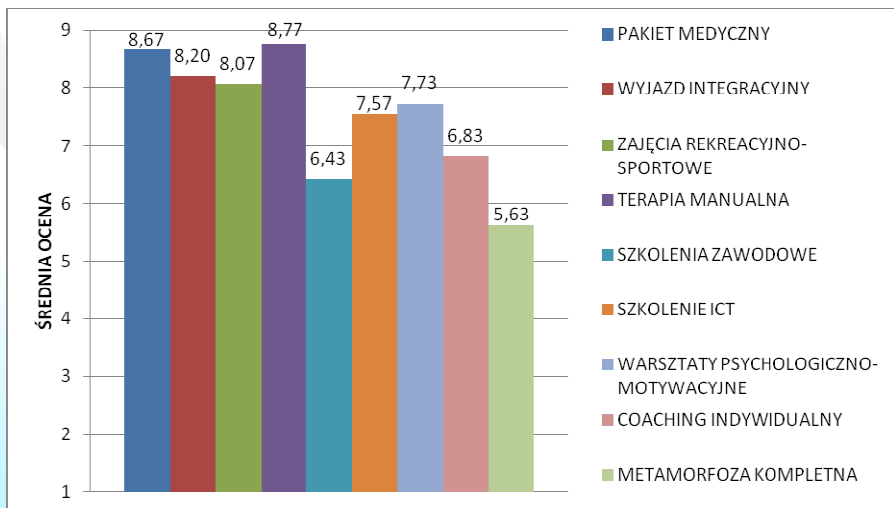
Metamorfoza obejmowała między innymi poradę wizażysty i usługę fryzjera. Celem jest poprawa samopoczucia i podniesienie poziomu własnej wartości odbiorców.

4 miesiące:  
lipiec – październik 2011

Dla każdego odbiorcy 8 godzin metamorfozy.



Ocena przydatności poszczególnych form wsparcia do zwiększenia aktywności zawodowej wg odbiorców projektu



# FORMY WSPARCIA DLA PRACODAWCÓW ZATRUDNIAJĄCYCH PRACOWNIKÓW 50+

## Formy wsparcia dla pracodawców zatrudniających pracowników 50+

Szkolenia dla kadry menedżerskiej nt. zarządzania wiekiem w przedsiębiorstwie

Kampanie marketingowe i społeczne zmieniające przekonania i postawy pracodawców nt. pracy osób w wieku 50+

Wewnątrzorganizacyjne kampanie informacyjne nt. pracy osób w wieku 50+

Promowanie w zakładzie pracy elastycznych form zatrudnienia

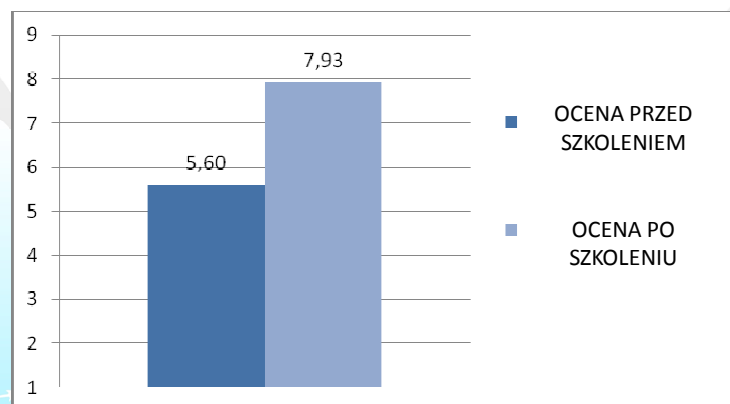
Promocja organizacji pracy na zasadzie mentoringu

Udział w wyjeździe integracyjnym z pracownikami 50+ i 50-



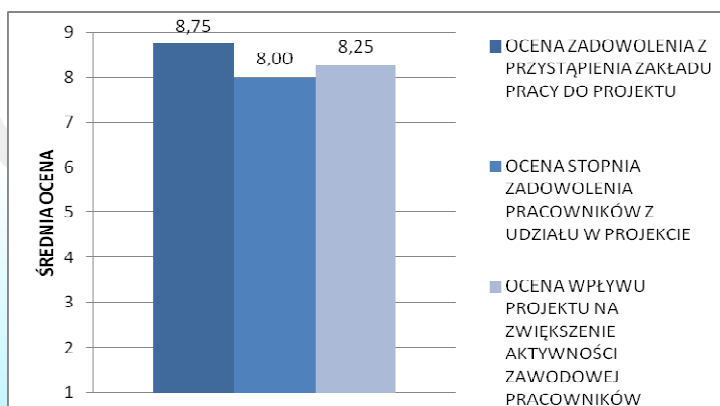
## Formy wsparcia dla pracodawców zatrudniających pracowników 50+

Ocena poziomu wiedzy uczestników szkolenia z zarządzania wiekiem na temat starzenia się społeczeństw - przed i po szkoleniu kadry menedżerskiej



## DOŚWIADCZENIA Z FAZY TESTOWANIA

Spotkanie monitoringowe z pracodawcami – listopad 2011 roku  
(połowa etapu testowania). Odpowiedzi pracodawców.



## DZIAŁANIA PLANOWANE W NAJBLIŻSZYM CZASIE:

- Analiza rzeczywistych efektów testowanego podręcznika i metodologii (maj 2012)
- Opracowanie podręcznika i metodologii na podstawie wyników analizy (czerwiec 2012)
- Walidacja produktu finalnego (III kwartał 2012)
- Upowszechnienie i włączenie do głównego nurtu polityki (cały czas trwania projektu, głównie IV kwartał 2012)
- Ewaluacja zewnętrzna (II-IV kwartał 2012)

## Udział w targach-konferencji „Innowacje w praktyce” zorganizowanej przez Krajową Instytucję Wspomagającą – Centrum Projektów Europejskich



europerspektywa  
INSTYTUCJA DO DZIAŁANIA

## STRONA INTERNETOWA PROJEKTU [www.olbrzym.info](http://www.olbrzym.info)

### Innowacyjne metody wydłużenia aktywności zawodowej

O PROJEKCIE PARTNER EKSPERCI RAPORT I ANALIZY KONTAKT

Projekt "Obudź w sobie olbrzyma - innowacyjne metody wydłużenia aktywności zawodowej" realizowany jest w okresie od 01.09.2010 roku do 30.11.2012 roku w ramach Programu Operacyjnego Kapitał Ludzki, Priorytet VI "Rynek pracy otwarty dla wszystkich", Działanie 6.2 "Wsparcie oraz promocja przedsiębiorczości i samozatrudnienia" na podstawie umowy numer POKL.06.04.00-06-002/10-00 podpisanej dnia 27.07.2010 roku z Wojewódzkim Urzędem Pracy w Lublinie.

W wyniku realizacji projektu zostanie opracowana metoda, która w sposób efektywny i skuteczny rozwiąże problemy związane z wydłużaniem aktywności zawodowej osób po 50. roku życia w województwie lubelskim. Głównym celem projektu jest stworzenie innowacyjnej metodologii wydłużania aktywności zawodowej osób po 50. roku życia, która zostanie przetestowana na pracownikach z wytypowanych zakładów pracy.

Projekt jest współfinansowany przez Unię Europejską w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego.

**KAPITAŁ LUDZKI**  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI

UNIA EUROPEJSKA  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY

Biurowisko projektu:  
ul. Wolska 11A  
20-411 Lublin  
tel. 81 444 50 98

Ostatnie aktualności:

Seminarium robocze  
w Lublinie  
[zobacz więcej...](#)

Zakończenie wizyty studyjnej  
we Włoszech  
[zobacz więcej...](#)

Przetłumaczenie analizy  
włoskiej  
[zobacz więcej...](#)

[Zobacz wszystkie aktualności](#)

Przydatne linki:

Wojewódzki Urząd Pracy  
w Lublinie:  
[www.wup.lublin.pl](http://www.wup.lublin.pl)

Europerspektywa:  
[www.europerspektywa.pl](http://www.europerspektywa.pl)

Europejski Fundusz Społeczny  
[www.efs.gov.pl](http://www.efs.gov.pl)

DZIĘKUJĘ ZA UWAGĘ  
BEATA ROMEJKO

**EUROPERSPEKTYWA**

ul. Wolska 11A

20-411 Lublin

tel./fax 81 444 58 16

tel./fax 81 444 50 16

[www.europerspektywa.pl](http://www.europerspektywa.pl)



**KAPITAŁ LUDZKI**  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI

UNIA EUROPEJSKA  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY



**OBUDŹ W SOBIE  
OLBRZYMA**

Innowacyjne metody wydłużenia aktywności zawodowej



Projekt jest współfinansowany przez Unię Europejską  
w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego