

## ES – Poradňa pre seniorov a seniorky

### Ponúkame bezplatné poradenstvo a asistenciu

- Pomoc pri kontakte s inštitúciami vyžadujúcimi elektronickú komunikáciu, elektronické vyplňovanie formulárov, rezervácia termínov, podávanie žiadostí o informácie
- Zaučenie pri práci s webovými portálmi týchto inštitúcií
- Právne poradenstvo v rámci mimosúdnych sporov a bežných konzultácií k spotrebiteľským zmluvám a zmluvám medzi rodinnými príslušníkmi
- Asistencia pri osobných kontaktoch so zamestnancami inštitúcií (sociálna poisťovňa, zdravotná poisťovňa, Úrad práce, sociálnych vecí a rodiny, banky, samospráva a iné)
- Poradenstvo a Prevencia pred nekalými praktikami niektorých jednotlivcov a organizovaných skupín zameraných na seniorov a seniorky
- Individuálne a skupinové poradenstvo za účelom posilnenia asertívneho správania, získania komunikačných a elektronických zručností (zriadenie emailovej adresy, základné počítačové zručnosti, sky-

pe, vyhľadávanie informácií, ochrana pred nekalými reklamami, spamy, ochrana osobných údajov, komunikácia so záchranými zložkami a iné)

- Individuálne psychologické poradenstvo

Zriadením mobilnej ES-Poradne ( Poradňa pre seniorov a seniorky) máme záujem odstrániť bariéry, ktoré vznikajú v našej spoločnosti zavádzaním elektronizácie verejnej a štátnej správy. Všetky uvedené služby poskytujeme bezplatne v poradni, ale aj priamo v teréne, v obciach a mestách okresu Prešov.

Z dôvodu realizovania aktivity hlavne vo vidieckych oblastiach je vhodné, pri objednávaní termínu, komunikovať osobne alebo mailom, resp. zanechať odkaz v poštovej schránke na adrese Prešovskej rozvojovej agentúry.

### Informačné a osvetové aktivity a podujatia

- Prednášky
- Workshopy
- Semináre
- Sprievodné kampane podporujúce zapájanie seniorov a senioriek do života vo svojom okolí
- Prezentovanie vlastných aktivít

a činností

- Podporné činnosti zlepšujúce digitálnu gramotnosť seniorov a senioriek
- Zapojenie striebornej komunity do aktuálneho spoločensko-kultúrneho diania na území okresu Prešov
- Podpora rozvoja a prezentácia aktivít seniorov a senioriek žijúcich na vidieku v okrese Prešov
- Vydávanie „strieborného štvrťročníka“ Život naplno v spolupráci s Prešovským Večerníkom aj v e-podobe

Realizáciou týchto podujatí máme záujem podporiť a zlepšiť orientáciu a zručnosti potrebné k využívaniu dostupnej elektronickej komunikačnej techniky.

Realizácia aktivity: 04/2019-10/2020

### Inštitucionálna diskriminácia seniorov

(Špecializovaný vzdelávací kurz)

Kurz je vytvorený s dôrazom na potreby cieľovej skupiny, s dostatočným časovým rozsahom, utvrdzovaním si porozumenia, priamym vstupom účastníkov, časový prispôbením sa, individuálnymi konzultáciami a doplnením informácií, na základe profesionálneho a odborného prístupu.

- **Modul 1:** Teória: Legislatíva SR k téme diskriminácia (objasnenie samotného pojmu, Ústava SR, antidiskriminačný zákon, ľudské práva, Charta ĽP, Zákon o ro-dine, inštitúcie zaoberajúce sa sledovaním diskriminácie)

- **Modul 2:** Praktické cvičenie: Interaktívne tréningy - hranie rolí, reálne situácie a ich správne riešenie

- **Modul 3:** Teória a prax: Vyhľadávanie a znaky diskriminácie v inštitúciách (obsluha zariadenia v inštitúcii, výber služby, pojmoslovie/terminológia v e-formulároch, piktogramy, značky a symboly; práca s internetom, e-mailová komunikácia, obsluha mobilu a iných elektronických zariadení a pod.)

**Počet účastníkov v kurze:** 25

**Počet kurzov:** 1

**Počet lektorov:** 4

**Celkový počet hodín kurzu:** 20

**Miesto realizácie:** zasadačka RPIC, Raymanova 9, Prešov

**Termín:** 06/2019 – 10/2019



**Prešovská rozvojová agentúra**

realizuje projekt s názvom  
**Striebro spoločnosti  
a studňa múdrosti**

**Typ projektu:** dopytovo orientovaný

**Kód ITMS:** 312041Q008

**Doba trvania:** 04/2019 – 10/2020

19 mesiacov

**Miesto realizácie:** okres Prešov

**Adresa:** Raymanova 9, č.d. 213, PO

**Viac info na:** [www.esf.gov.sk](http://www.esf.gov.sk)

[www.employment.gov.sk](http://www.employment.gov.sk)

[www.ia.gov.sk](http://www.ia.gov.sk)

[www.prerag.sk](http://www.prerag.sk)

[info@prerag.sk](mailto:info@prerag.sk)



„Tento projekt sa realizuje vďaka podpore z Európskeho sociálneho fondu a Európskeho fondu regionálneho rozvoja v rámci Operačného programu Ľudské zdroje.“

## Striebro spoločnosti a studňa múdrosti

