

Nordplus 2021-2023



—
Nordplus
NPAD-2021/10187



On this page, you will find the final results of the Nordplus project NPAD-2021/10187:

DIGITAL SUPPORT: Guidelines for training the trainers to support seniors towards making daily life more easy in the digital world.

For more information:

Finland:

Viivi Korpela, viivi.e.korpela@jyu.fi

Lithuania:

Jurgita Rotomskiene, jurgita.rotomskiene@gmail.com

Norway:

Kristin Ruud, kristin.ruud@seniornett.no

Sweden:

Ebba Ossiannilsson, ebba.ossiannilsson@gmail.com

This document is under the Creative Commons CC BY-SA 4.0.

<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>

Sverige SADE Internetstiftelsen

NPAD-2021/10187: DIGITAL SUPPORT: Guidelines for training the trainers to support seniors towards making daily life easier in digital world

Nordplus vuxenprojekt: NPAD-2021/10187: DIGITALT SUPPORT: Riktlinjer för att utbilda tränare för att stödja seniorer för att göra det dagliga livet enklare i den digitala världen

Digitalt stöd: Riktlinjer för utbildning av utbildare för att stödja seniorer i den digitala världen

Arrangör av god praxis: Internetstiftelsen

Nyckelord:

#digital inkludering #digitalessons #digitalalektioner #internet #Internetfoundation #internertstiftelsen #internetusers #selfregulatedcourses #trainthetrainers #senior #peerlearning

Arrangerat av Internetstiftelsen (Internetstiftelsen) syftar initiativet till att förbättra den digitala integrationen och läskunnigheten hos medborgare, särskilt seniorer. Initiativet understryker vikten av ett öppet och fritt internet för yttrandefrihet, demokrati och innovation. Dess övergripande mål är att alla ska vara säkra på internet, men också att våga utforska och finna glädje i att lära.

Projektet erbjuder ett brett utbud av resurser och lektioner för att förbättra digital kompetens för olika målgrupper, inklusive individer, kunskapssökande, medborgare, lärare och samhället. Initiativet täcker viktiga ämnen som digital läskunnighet, nätetikett, integritet på nätet, etik och moral i det digitala rummet och lagar som styr internet. Dessa resurser är avsedda att användas i utbildningsmiljöer, skräddarsydda för grund-, mellan- och gymnasienivåer.

En viktig aspekt av initiativet är införlivandet av värdebaserade lektioner för att ingjuta säker onlinepraxis och etik, i linje med skolans värderingar och den bredare digitala miljön. Läroplanen tar upp nyckelområden som källkritik, programmering, digitaliseringens påverkan på individer och samhälle samt tekniska aspekter som säkerhet och historia.

De resurser som tillhandahålls är omfattande och bygger på DigComp2.2 Digital Competence Framework for Citizens. De inkluderar nedladdningsbara lärarhandledningar för att underlätta effektiv undervisning och förståelse av ämnen för digital kompetens. Initiativet understryker vikten av att integrera dessa lärdomar i medborgarnas dagliga aktiviteter i ett digitalt samhälle.

Effekten av detta initiativ är utbredd och gynnar alla elever som vill förbättra sin digitala kompetens. Resultaten är anpassade till [DigComp2.2](#) -ramverket, som syftar till att överbrygga den digitala kompetensgapet och ge medborgarna möjlighet att navigera i den digitala världen effektivt.

För mer information och för att komma åt resurserna från detta initiativ kan du besöka deras webbplats: [Internet Foundation - Digital Support](#). Dessutom finns mer information om

DigComp2.2 Digital Competence Framework for Citizens tillgänglig i forskningslänken
<https://publications.jrc.ec.europa.eu/repository/handle/JRC128415>

Mandala Self Assessment Tool

Arrangör av god praxis:

ERASMUS+-projektet Technical Innovation in Blended Learning (TIBL) och projektet Digital Immigrants Survival Kit (DISK). Arrangerat av VTT Toolbox

Nyckelord:

#dicomp2.1 #digital kompetens #digitalinclusion #erasmus #mandala #monitoring #peerlearning #sefdirected #selfevaluation learning #selfie #technicalinnovationinblendedlearning #tibl #Virtualteacherpalbox #VTT.eu #selfregulatedlearning

Självutvärderingsverktyget Mandala är en värdefull resurs som utvecklats och används i olika ERASMUS+-projekt, såsom projektet Technical Innovation in Blended Learning (TIBL) och projektet Digital Immigrants Survival Kit (DISK). Det här verktyget hjälper eleverna att mäta sina kompetenser inom digital läskunnighet, genom att använda inre motivation och självutvärdering.

The screenshot displays the Mandala Self Assessment Tool website. At the top, there is a diagram of the Mandala tool, which is a circular radar chart with five concentric rings and five colored indicators (green, yellow, red) on the left. The diagram is labeled 'MANDALA' and includes text: 'Mandala communication system', 'Self-evaluation system', 'Knowledge', 'Learning materials', and 'The programme and the project activities'. Below the diagram is a download icon. The bottom part of the screenshot shows the website's navigation menu with items like 'VTT BOX', 'The Consortium', 'Teachers Toolbox (D2 D3)', 'The Products', 'Blog', and 'Sidebar'. The main content area contains instructions on how to use the tool, a list of links, and a 'Help' section. A 'paint.net' logo is visible at the bottom left of the screenshot.

Mandala fungerar som en omfattande självutvärderingsmekanism som gör det möjligt för elever att bedöma sina digitala kompetensnivåer baserat på DigComp2.1 och [DigComp2.2](#) ramverk. Bedömningen kategoriserar kompetenser i gröna (tillräckliga), gula (kan bekräftas) och röda (behöver förbättras) indikatorer, som fungerar som ett trafikljussystem.

Användarna har implementerats sedan 2017 i flera målgrupper och länder och har funnit detta visuella verktyg oerhört fördelaktigt. Det ger omedelbar feedback, vilket ger eleverna möjlighet att förstå sin digitala kompetens och områden för förbättringar. Denna omedelbara feedback visar sig vara en betydande motivator för eleverna och uppmuntrar dem att aktivt förbättra sina digitala färdigheter.

Effekten av självvärderingsverktyget Mandala är tydlig i dess framgångsrika användning i olika målgrupper och länder. Det ger en tydlig bild av elevernas kompetensnivåer och områden för förbättring, vilket förbättrar deras digitala läskunnighet och självstyrda inlärningsresa. För mer information och för att komma åt Mandalas självvärderingsverktyg och relaterade resurser, kan du besöka deras webbplats: [VTT Toolbox - Mandala Self-Assessment Tool](#).

Digitalt stöd (Digital hjälpen) och Utbildning/utbildning till digital coach (Utbildning till Digital Coach)

Arrangör av god praxis:

Post- och telestyrelsen Beskrivning av god praxis:

Nyckelord:

#digitalcoach #digital inkludering #peerlearning #postochtelstyrelsen #pts #seniors

The Digital Support:

Guidelines for Training Trainers to Support Seniors in the Digital World," arrangeras av Post- och telestyrelsen. Initiativet syftar till att öka den digitala integrationen, särskilt bland seniorer, och erbjuder vägledning och praktiska tips genom en plattform som heter Digital Stöd (Digital Hjälpen) Som svar på det ökade behovet av digital kompetens på grund av isolering fokuserar satsningen på att förbättra individens vardag genom att möjliggöra socialisering, shopping, betalning av räkningar med mera genom digitala medel.

Den digitala supportplattformen omfattar tre primära stödmekanismer:

- tips om digitala tjänster
- kurser och inspiration, och
- guider för digitala tjänster.

Dessa resurser är utformade för att förbättra digital kompetens och utforska möjligheter genom onlineverktyg och plattformar. Dessutom erbjuder initiativet utbildning och träning för att bli en "Digital Coach", som syftar till att utrusta individer att hjälpa andra på deras digitala resa.

Kursen för blivande digitala coacher, utvecklad i samarbete mellan PTS och Digitalidag, består av fyra steg:

- Motivering
- Tillgång
- Kompetenser, färdigheter och attityder, och
- Användning

Varje steg åtföljs av detaljerade instruktioner och självbedömningar. Materialet är användarvänligt, presenterat i olika format, inklusive text, videor och teckenspråk, för att tillgodose olika inlärningsstilar.

Genomfört baserat på dagliga livsuppgifter, är initiativet mycket tillgängligt och tillgodoser olika behov och åldersgrupper. Effekterna och resultaten av denna goda praxis betonar dess enkelhet, attraktivitet och självförklarande karaktär, vilket gör den till en värdefull resurs för medborgare, oavsett deras digitala kunskaper.

För mer information och för att komma åt resurserna från detta initiativ kan du besöka deras hemsida: [Digital Support by PTS](#).

Dessutom finns mer information om Digital Competence Framework for Citizens tillgänglig i forskningslänken <https://publications.jrc.ec.europa.eu/repository/handle/JRC128415>

God praxis – Ett nationellt nätverk för digitalt stöd för seniorer

Projektnamn:

Nordplus Adult project: NPAD-2021/10187: DIGITAL SUPPORT: Guidelines for training the trainers to support seniors towards making daily life easier in digital world.

Nordplus vuxenprojekt: NPAD-2021/10187: DIGITALT STÖD: Riktlinjer för att utbilda tränare för att stödja seniorer för att göra det dagliga livet enklare i den digitala världen.

Arrangör av god praxis:

Seniornett är en norsk NGO finansierad 1997, med 9 179 medlemmar (2023) och 230 lokalavdelningar över hela landet. Seniornett är en idealisk, opolitisk och ideell organisation som arbetar för att stärka den digitala kompetensen för seniorer och skapa utrymme för digital utbildning för seniorer.

Beskrivning av god praxis:

Tanken med Seniornett är att tillhandahålla kurser, workshops och peer-to-peer-handledning i lokala avdelningar över hela landet. Seniornetts uppgift är att ge stöd åt handledarna och de lokala styrelserna så att de kan organisera arbetet lokalt. Vi bygger lokal kapacitet.

Lokalavdelningarna väljer själva sin verksamhet. Några exempel: 1. Datacafé – varje vecka eller varannan vecka.

2. Peer to peer-handledning på bibliotek, på servicecenter i kommunen eller ett aktivitetscenter för äldre. Drop in är vanligt.

3. Kurser med ett specifikt ämne som: lära sig Facebook, hur man använder e-post etc.

4. Föreläsningar i aula. Ämnen kan vara: Vad är 5G och hur fungerar det. Streaming av TV och musik.

När lokalavdelningarna anordnar en kurs är det vanligt att förse deltagarna med skriftligt material. Seniornett gör sådant material gratis för lokalavdelningarna.

Genomförande av god praxis:

För att organisera den goda praxisen med att lära sig digitala färdigheter i en NGO skapar vi ett nätverk av engagerade seniorer. Vi kan i princip dela in dem i två grupper, de som ger stöd och de som får stöd.

Seniorer som ger stöd är vanligtvis pensionärer men vill ha ett aktivt seniorliv med mening.

Seniornetts roll som NGO är att bygga kapacitet i de lokala avdelningarna. Arrangera workshops för att utbilda utbildarna och stödja dem med nytt material. För att hänga med i utvecklingen inom digital kompetens behöver man fortsätta lära sig, det gäller både för utbildarna och för de äldre som behöver stöd.

Effekten av god praxis:

Att organisera alla lokalavdelningar till en NGO ger också makten till seniorerna, eftersom de sitter både i den lokala styrelsen och i den nationella styrelsen. Det är som att köra själv eller att bli driven, att ta en aktiv roll i tidig senioritet eller att vara en passiv senior. Vanligast är att seniorer sent i livet blir mer beroende av hjälp och assistans.

NGO – lokalavdelningsmodellen är också ett effektivt sätt att föra ut kunskap till seniorer i hela landet. Utbildning av utbildarna kommer att behålla kunskapen i det lokala samhället, snarare än att de anställda i Seniornett reser till och från olika städer i Norge.

Ytterligare information:
www.seniornett.no

God praxis – Hjälptelefon för seniorer

Projektnamn:

Nordplus Adult project: NPAD-2021/10187: DIGITAL SUPPORT: Guidelines for training the trainers to support seniors towards making daily life easier in digital world. Guidelines for training the trainers to support senior's digital skills/digital competence

Nordplus Vuxenprojekt: NPAD-2021/10187: DIGITALT STÖD: Riktlinjer för att utbilda tränare för att stödja seniorer för att göra det dagliga livet enklare i den digitala världen.

Riktlinjer för att utbilda utbildare för att stödja seniorers digitala färdigheter/digitala kompetens.

Arrangör av god praxis:

Seniornett är en norsk NGO finansierad 1997, med 9 179 medlemmar (2023) och 230 lokalavdelningar över hela landet. Seniornett är en idealisk, opolitisk och ideell organisation som arbetar för att stärka den digitala kompetensen för seniorer och skapa utrymme för digital utbildning för seniorer.

Beskrivning av god praxis:

Seniornetts helpdesk är öppen varje dag 9-15.30. Det är organiserat med frivilliga, främst seniorer. Men ibland ställer sig yngre personer som frivilliga, mellan jobben, för att få praktisk erfarenhet och så vidare. Och Seniornetts anställda deltar också i helpdesk.

Alla volontärer måste gå ett utbildningsprogram för att lära sig använda våra program, råd om hur man kan hjälpa och etik. De måste också skriva under ett sekretessavtal.

Det finns ett kösystem i telefonprogrammet, så när alla volontärer är upptagna går samtalet till en av de anställda.

Seniornett använder Teamviewer som ett verktyg för att hjälpa seniorer med sin PC, och snabbsupport för att hjälpa till med en smartphone eller surfplatta. Detta gör att volontärerna kan ta över kontrollen över datorn, PC och Android smarta telefoner och surfplattor, och spegla Apples produkter.

All personal som är ansluten till helpdesk kommunicerar i Teams chatt.

2021 fick Seniornett 5 426 samtal, cirka 30 samtal om dagen. År 2022 öppnade samhället igen, och antalet samtal sjönk till 4 373.

Det vanligaste problemet är PC-relaterade problem som uppdatering, virus, gammal dator, med e-postproblem som en mycket bra nummer två. E-postrelaterade problem varierar från hur man lägger till e-post på min smartphone till skräppostproblem och bedrägerier.

Säkerhetsfrågor är också något som medlemmarna brottas med.

Genomförande av god praxis:

För att implementera god praxis finns det några frågor som måste åtgärdas:

1. Seniornetts hjälptelefon är öppen måndag till fredag, från 9 till 15.30, även under sommaren.
2. Volontärer behöver inte vara experter, men du vet aldrig vilken typ av problem du ska lösa, så du måste vara en bra generalist.
3. Problem med digitala verktyg är ofta kända från andra. Google är en bra vän.

4. Volontärer kan vara flyktiga. De ger av sin fritid och är inte alltid pålitliga. Motivation och återkoppling av deras värdefulla arbete är viktigt för att hålla dem motiverade.

5. Det måste finnas ett system för att logga samtalen.

ic, hjälplinjen tog emot 5 426 samtal. 2022, när Seniornetts lokala filialer var igång igen, fick hjälplinjen 4373 samtal.

Låg digital kompetens är högre bland äldre. Cirka 600 000 norrmän är i riskzonen eller är redan digitala utestängda. Digitala kompetenser betraktas som grundläggande färdigheter som behövs för varje norsk vuxen.

God praxis – Principer för peer-to-peer-handledning

Projektnamn:

Nordplus Adult project: NPAD-2021/10187: DIGITAL SUPPORT: Guidelines for training the trainers to support seniors towards making daily life easier in digital world.

Nordplus vuxenprojekt: NPAD-2021/10187: DIGITALT STÖD: Riktlinjer för utbildning av utbildare för att stödja seniorer för att göra det dagliga livet enklare i den digitala världen.

Arrangör av god praxis:

Seniornett är en norsk NGO finansierad 1997, med 9 179 medlemmar (2023) och 230 lokala filialer över hela landet. Seniornett är idealiska, icke-politiska och ideella organisation som arbetar för att stärka den digitala kompetensen för seniorer och att skapa utrymme för digital utbildning för seniorer.

Beskrivning av god praxis:

Peer-to-peer-handledning av seniorer som lär sig digitala färdigheter är en individuell vägledning från en person med liknande ålder och situation. Det kallas också sida vid sida lärande. Seniornett har utvecklat en uppsättning vägledning när du organiserar en peer-to-peer-handledningssession.

1. Vi är guider, inte rådgivare. Vårt mål är att vägleda en senior att hitta informationen han/hon behöver sig själva.
2. När vi vägleder får vi aldrig trycka på "jag accepterar-knappen" och ska undvika att röra skärmar och knappsatser.
3. I en peer-to-peer-handledningssession kan vi ta emot känslig information. Innan vi börja som en vägledning, vi har undertecknat en sekretessförklaring. Och vi kommer att respektera deklARATION efter att vi avslutat vårt uppdrag som vägledare.
4. När vi vägleder är vi skyldiga att ge neutral information och hålla vår åsikt till oss själva.
5. Vi har inga personliga eller ekonomiska bindningar till produkter eller tjänster från företag. Om du är tveksam är du skyldig att informera senioren om frågan.
6. Vi ska vägleda på ett sätt som gör att den andre känner sig trygg och med en känsla av att klara sig med situationen.

Genomförande av god praxis:

Seniorer som kommer att få peer-to-peer-handledning saknar sannolikt självförtroende för vad de kan klara sig på det digitala området. De kommer snabbt att be guiden att göra det "för dem", snarare än gör det själva med hjälp av handledaren. Handledaren kan tycka att problemet är svårt och kommer att göra det för senioren. Men detta kommer att hålla senioren med lägre digital kompetens än vad som behövs.

Effekten av god praxis:

Peer-to-peer-handledning bedrivs huvudsakligen av volontärer. Lätt att förstå och användariktlinjer är avgörande för att volontärerna ska följa dem. Riktlinjerna är faktiskt nedskrivna vad

som har varit praxis bland lärare. Att utveckla god praxis för peer-to-peer-handledning för seniorer, vi ser till att seniorer kan dra nytta av det. Det är en stor fördel för senioren och samhället när en senior har grundläggande digital kompetens.

God praxis – involvera unga handledare i utbildningen av seniorer

Arrangör av god praxis:



Medardas Čobotas Third Age University (MČTAU) (<https://www.mctau.lt/>)



"Langas i ateiti" (<https://www.langasiateiti.lt/en/about-us/>)

Beskrivning av god praxis:

Medardas Čobotas Third Age University tillsammans med föreningen "Langas i ateiti" genomförde projektet "Informationsteknologier förbinder generationer". Målet med projektet var att involvera den yngre generationen i utbildningen av seniorer att använda digital teknik.

Detta projekt syftade till att berätta om IT-innovationer på ett enkelt, okomplicerat, praktiskt sätt. De utvalda unga föreläsarna kunde förbättra sin undervisning och rådgivning, och under sessionerna delade äldre personer med sig av sin samlade livserfarenhet och kunskap. Senior mentorer deltog också i dessa utbildningar, som fick ytterligare kunskap om de senaste tekniska landvinningarna från sina unga kollegor.

Genomförande av god praxis:

Varje gång vi börjar förbereda oss för utbildningen bestäms de mest relevanta ämnena för den potentiella seniorgruppen. Ett frågeformulär håller på att utarbetas som hjälper till att ta reda på graden av digital kompetens hos framtida lyssnare och de ämnen som intresserar dem mest. Då bjuds unga föreläsare från flera stora IT-företag in. De som tackar ja till att vara föreläsare deltar i onlineutbildning (ca 2 timmar) där andragogikens principer och lektionernas metodik (lektionsplaner och lärresurser) presenteras.

Efter en sådan utbildning för unga föreläsare börjar arbetet med seniorer. Det brukar vara cirka fem lyssnare per session, plus seniora mentorer. Senior mentorer hjälper eleverna att bemästra det undervisade materialet. Varje lyssnares förståelsehastighet är olika, så assistenter hjälper till att hålla rätt takt i föreläsningen. Allt material om det givna ämnet läggs ut på hemsidan, som kan användas för upprepning, och alla lyssnare informeras om detta.

Effekter och resultat av god praxis:

Det finns flera anledningar till varför det är fördelaktigt att låta unga IT-lärare lära ut digital teknik till seniorer:

1. Förtrogenhet med teknik: Yngre lärare har ofta en större förtrogenhet med digital teknik än äldre lärare. De är mer bekanta med de senaste digitala tekniktrenderna och mjukvaran.
2. Överbrygga generationsklyftan: Att låta unga IT-lärare undervisa seniorer kan bidra till att överbrygga generationsklyftan mellan äldre och yngre generationer.
3. Digitalt stöd från unga lärare, när även äldre handledare deltar i utbildningen, kan anses vara en god praxis av följande skäl:

Deltagande elever tar till sig det lärda materialet mycket bättre eftersom de har konstant hjälp under undervisningen

Seniorer - mentorer, genom att delta i sådana utbildningar, uppdaterar sina befintliga kunskaper om digital teknik och bekantar sig med innovationer.

Det finns mänskliga kontakter mellan lyssnare och mentorer, vilket är till stor hjälp för att fortsätta lära sig efter de unga föreläsarnas föreläsningar.

God praxis – utbildningsvideor

Arrangör av god praxis:



Medardas Čobotas Third Age University (MČTAU) (<https://www.mctau.lt/>)



"Langas i ateiti" (<https://www.langasiateiti.lt/en/about-us/>)

Beskrivning av god praxis:

Huvudtanken med utbildning i digital kompetens är att organisera onlinekampanjer på en vecka eller flera dagar, då litauiska senjorer bjuds in för att förbättra sina färdigheter i digital kompetens och lära sig mer om fördelarna och möjligheterna med teknik. Sådana kampanjer är mycket lämpliga för den äldre publiken, eftersom för dem är tiden för marknadsföringen inte så viktig och de har tillräckligt med tid att komma till folkbiblioteken, där de ges alla möjligheter att delta i visningar av sådana sändningar och får hjälp att fråga frågor.

Syftet med kampanjen är att uppmuntra äldre att på ett intressant och attraktivt sätt bekanta sig med innovationerna inom teknikvärlden. Volontärer används för att organisera veckan. Allmänheten informeras om motivationskampanjen med hjälp av de mest olika sätten att sprida.

Genomförande av god praxis:

Kraven på offentligt anordnade seminarier är betydligt högre än de som anordnas för en liten publik. De viktigaste sakerna att tänka på när du organiserar sådana webbseminarier

1. Analys av webinarieanvändares behov
2. Tid och varaktighet för det organiserade webinariet

Webinariets längd bör inte vara för lång och sändningstiden bör vara lämplig för lyssnarna

3. Informera och bjuda in seminariedeltagare

För att locka så många deltagare som möjligt till ditt webbseminarium rekommenderar vi att du noggrant väljer dina kommunikationsverktyg och skickar inbjudningar. .

4. Val av föreläsare
5. Förberedelse av föreläsarens bildmaterial.
6. Webinar moderator förberedelse.

Effekter och resultat av god praxis:

- Fördelarna med denna undervisningsmetod är flera:
- Ett mycket stort antal lyssnare kan tränas samtidigt
- Frågor kan ställas på distans under evenemanget

- Om det inte går att ansluta under evenemanget läggs den inspelade videon på Internet och kan ses.
- korta tematiska videor kan vara mer lättsmälta för äldre människor som kan ha för svårt att tillbringa långa perioder framför skärmar eller behålla mycket information på en gång. Att dela upp material i kortare videor kan hjälpa seniorer att lära sig i sin egen takt.
- tematiska videor kan göra inlärningsupplevelsen mer engagerande och interaktiv. Videor kan innehålla video och ljud, vilket kan hjälpa seniorer att bättre förstå komplexa koncept och behålla information.
- Slutligen kan ämnesvideor nås när som helst, vilket gör att seniorer kan studera enligt sitt eget schema och i bekvämligheten av sina egna hem.

Det är dock viktigt att notera att inte alla seniorer kanske reagerar lika på utbildning i digital teknik som presenteras i korta, aktuella videor. Vissa seniorer kanske föredrar personlig undervisning eller en-till-en undervisning, medan andra kanske föredrar skriftligt material eller interaktiva onlinekurser. Som med alla former av träning är det viktigt att erbjuda seniorer en mängd olika inlärningsmöjligheter och skraddarsy utbildningen efter deras individuella behov och preferenser.



Medardas Čobotas Third Age University (MČTAU) (<https://www.mctau.lt/>)



"Langas i ateiti" (<https://www.langasiateiti.lt/en/about-us/>)

Beskrivning av god praxis:

När man genomför utbildning i digital läskunnighet är det alltid mycket viktigt att förstå om materialet har lagts upp tydligt och om kunskapen om digital teknik har bemästrats väl.

Kahoot är ett sådant digitalt kunskapstestspel som kan vara ett mycket effektivt sätt att testa seniorers digitala kunskaper efter tidigare utbildningar:

1. Spelet är engagerande och roligt: Det kan göra inlärningsupplevelsen mer intressant och rolig för seniorer.
2. Aktivt lärande: Spelet kräver aktivt deltagande och engagemang. När eleverna är aktivt involverade i spelet är det mer sannolikt att de kommer ihåg vad de har lärt sig.
3. Omedelbar feedback: Spelet ger omedelbar feedback till eleverna genom att låta dem veta om de svarat på en fråga korrekt eller felaktigt.
4. Kul och låg stress: Att göra testprocessen rolig och engagerande kan göra eleverna mer villiga att delta och känna sig mer avslappade.

Implementering av god praxis:

När man utvecklar tester eller spel som Kahoot för att testa resultaten av digital kompetensträning är det viktigt att ha seniorernas mål och förmågor i åtanke. För att organisera effektiva digitala läskunnighetstester för seniorer bör lärare överväga följande rekommendationer:

1. Att bestämma målet för spelutveckling: Det är nödvändigt att bestämma målet för vilket testspelet ska utvecklas.
2. Val av ämne och frågor: Frågorna bör inte vara för svåra för seniorer att förstå men inte för lätta att testa sina faktiska kunskaper.
3. Tydlighet: Seniorers förmåga bör beaktas när man utvecklar ett test eller spel. Frågor och instruktioner ska vara skrivna på ett tydligt och begripligt sätt så att seniorer enkelt kan förstå vad som behöver göras.
4. Teknikstöd: Seniorer bör lätt förstå hur spelet fungerar och enkelt använda dess gränssnitt.

5. Tidshantering: Spelet bör organiseras på ett sådant sätt att seniorer har tillräckligt med tid för att slutföra varje uppgift.

6. Säker återkoppling: diskussion om resultat och korrekta svar är nödvändig.

7. Kontinuerlig förbättring: Efter spelet granskas resultaten och feedbacken för att tydliggöra vad som fungerade bra och vad som kunde förbättras.

Fördelar och resultat av god praxis:

Kahoot är ett interaktivt testspel som kan vara användbart för att testa seniorers kunskaper om digitala färdigheter av flera skäl:

1. Hjälper till att säkerställa deltagande: Seniorer kan ha svårt att hålla fokus och fokusera under en kontroll. Kahoot-spelet är interaktivt och engagerande och hjälper seniorer att hålla sig aktiva och fokuserade för att svara på frågorna.

2. Ger feedback: I Kahoot kan deltagarna se sina svar och få feedback på vilka misstag de gjorde eller vilken kunskap de fick rätt. Detta hjälper dem att förstå ämnet bättre och rätta till sina misstag i framtiden.

3. Ger ytterligare möjligheter: Kahoot-spelet har möjligheter att använda bilder, animationer och frågeformatering för att göra testprocessen så intressant och effektiv som möjligt. Detta kan hjälpa dem att bättre förstå och memorera ämnet.

God praxis – Föreläsningsserie för University of Third Age

Utbildningsarrangör:

Sommaruniversitetet i Jyväskylä

Beskrivning av god praxis:

University of the Third Age anordnar föreläsningar som täcker ett brett spektrum av teman, inklusive aktuella frågor, historia, kultur och samhälle. Föreläsningarna hålls av experter inom sina områden för att ge publiken en spännande, stimulerande och lärorik upplevelse. Föreläsningarna är tillgängliga både på plats och online via Youtube. Föreläsningarna streamas online i realtid, och inga inspelningar är tillgängliga efteråt. Föreläsningarna är öppna för alla, och priset för en enkel föreläsning är 6 euro. Priset för att delta i hela föreläsningsserien inklusive nio föreläsningar är 35 euro.

Dessutom presenterar UTA även föreläsningsserier om ämnen relaterade till hälsa, välbefinnande och miljö. Exempel på dessa föreläsningssämnen är god sömn, sociala relationer, ensamhet och vikten av kost för att främja hälsa.

Genomförande av god praxis:

Om du vill implementera en föreläsningsserie som den som beskrivs ovan finns det flera viktiga överväganden att tänka på:

Välj intressanta ämnen och kunniga kommunikatörer.

Se till att lokalen är tillgänglig för äldre vuxna, med lämpliga sittplatser, ljud och tryckt material.

Schemalägg föreläsningar vid en lämplig tidpunkt för äldre vuxna, till exempel under dagen eller tidig kväll.

Sprid ordet om föreläsningsserien med hjälp av en rad plattformar, som lokala medier, äldreboenden och äldreboenden. Kom ihåg att marknadsföring av föreläsningar uteslutande online kanske inte når målgruppen äldre vuxna.

Överväg att erbjuda föreläsningsserien gratis eller till låg kostnad, eftersom många äldre har fasta inkomster.

Be om feedback från deltagarna för att säkerställa att föreläsningarna möter deras behov och intressen.

Kom ihåg att dela länken till livestreamade föreläsningar med detaljerade instruktioner i god tid. Den rekommenderade metoden är att dela länken via e-post innan föreläsningen startar.

Dessutom, när du organiserar onlineföreläsningar i realtid, kom ihåg följande enheter och riktlinjer:

Bärbar dator eller dator med kamera för att streama föreläsningen online.

Höghastighets, pålitlig internetuppkoppling för att säkerställa att föreläsningen streamas utan avbrott.

Programvara för livestreaming (t.ex. Youtube, Zoom, Microsoft Teams).

Projektor och duk vid sändning från en fysisk plats.

Mikrofoner och högtalare för att säkerställa att föreläsarens röst är tydlig och hörbar.

Belysning för bra videostreaming.

Teknisk assistans på plats under hela föreläsningen.

Effekten av god praxis:

En stor publik deltar ofta i föreläsningarna, både personligen och online, vilket visar ett stort intresse för dessa ämnen bland äldre vuxna. Under föreläsningarna kan äldre dela med sig av sina idéer, ställa frågor och ha djupgående diskussioner med professionella. Således kan äldre vuxna öka sina kunskaper, engagera sig i intellektuell stimulans och upprätthålla en aktiv och hälsosam livsstil genom att gå på dessa föreläsningar. Dessutom erbjuder föreläsningarna en plattform för äldre att interagera med andra, bilda sociala band och bekämpa isolering och ensamhet.

God praxis – Peer-handledningsmodell i Jyväskylä, Finland

Arrangör av god praxis:

Sommaruniversitetet i Jyväskylä, Finland

Beskrivning av god praxis:

Sommaruniversitetet i Jyväskylä har infört en peer-handledningsmodell där individer, vanligtvis i samma åldersgrupp och livssituation, frivilligt ställer upp för att stödja dem som är mindre skickliga i digital teknik. Peer tutoring har organiserats i över 20 år som en del av University of the Third Age (UTA) aktiviteter.

Kamrathandledning är frivilligt kamratstöd och kräver ingen speciell kompetens. De enda förutsättningarna för att delta i handledningsverksamheten är en modig och entusiastisk attityd och en vilja att hjälpa medmänniskor. För att hålla sig uppdaterad i ett snabbt digitaliserat samhälle ger University of Third Age även utbildningar för kamratlärare en gång i månaden. Dessa evenemang kallas tutorworkshops, och de är gratis för peer-tutorerna.

Utbildningsaktiviteterna och metoderna för kamrathandledning är:

IKT-kurser. Inom olika teknikkurser arbetar kamratlärare tillsammans med huvudinstruktören för att ge praktiskt, omedelbart stöd, för att säkerställa att varje deltagare är på rätt spår.

En-till-en digital support. Individuell peer-handledning sker vanligtvis på bibliotek. Dessa sessioner är skräddarsydda efter elevens specifika behov och takt. Äldre vuxna kan dra nytta av en-mot-en-handledning eftersom det fungerar på frivillig basis och är gratis.

Genomförande av god praxis:

Tänk på dessa när du implementerar den här idén i din organisation:

Marknadsföring av kamrathandledning offline (t.ex. tidningar och flygblad) är avgörande, med tanke på potentiella digitala hinder för äldre vuxna.

Innan du startar programmet, utvärdera de digitala lärandebehoven hos de äldre vuxna i samhället.

Rekrytera och utbilda peer tutors aktivt. Utbildning bör tillhandahållas för att säkerställa att volontärer har de nödvändiga pedagogiska färdigheterna.

Etablera ett stödsystem. Det är viktigt att skapa ett stödsystem för både kamratlärare och de äldre som deltar i kurser. Detta kan till exempel inkludera feedbacksessioner och workshops för peer-handledare.

Ta itu med tillgänglighetsproblem. Tänk på potentiella utmaningar som äldre vuxna kan möta, såsom syn- eller hörselnedsättningar, och anpassa undervisningsmiljön därefter.

Utvärdera kontinuerligt programmet för att säkerställa dess effektivitet och anpassning till äldre vuxnas behov.

Effekten av god praxis:

Även om många äldre får informellt digitalt stöd från familj och vänner, är det inte alla som har denna lyx. Peer-handledning kan fylla denna lucka och erbjuda avgörande digitalt stöd till dem utan andra resurser. Peer-handledare anpassar sin undervisning till äldre vuxnas individuella behov, vilket leder till effektivare läranderesultat. Utöver bara teknisk vägledning erbjuder handledare också värdefullt socialt och känslomässigt stöd, vilket förbättrar välbefinnandet och lärandeupplevelsen för äldre vuxna. Detta icke-formella lärande har visat positiva effekter på kognitiva förmågor, sociala interaktioner och det övergripande välbefinnandet hos äldre vuxna. Det fungerar också som en social händelse som främjar mental hälsa och livskvalitet.

Dessutom, för handledare, erbjuder denna verksamhetsmodell en målmedveten aktivitet efter pensioneringen och en känsla av gemenskapstillhörighet.

Goda rutiner – Grundläggande datorkunskaper för nybörjare -kurs

Arrangör av god praxis:

Sommaruniversitetet i Jyväskylä, Finland

Beskrivning av god praxis:

På vår kurs "Grundläggande datorkunskaper för nybörjare" ger vi individanpassad vägledning och digitalt stöd i mindre grupper. Kursen instrueras av en kamratlärare som har erfarenhet av de utmaningar man kan möta när man lär sig teknik som nybörjare. En kamratlärare är en person som arbetar frivilligt och erbjuder digitalt stöd till en person som delar samma åldersgrupp och liknande livssituation med mindre kunskap om digital teknik.

Kursen är utformad för att vara mycket engagerande och interaktiv, med deltagare som arbetar tillsammans och stödjer varandra för att lära sig. För att ge individuell uppmärksamhet och feedback begränsar vi gruppstorleken till högst fyra elever.

Äldre vuxna har alltid hand om sina egna enheter, så de är fria att utforska och lära sig i sin egen takt, med vägledning och stöd vid behov.

Information om kursen distribueras brett online och genom en tryckt manual. Kursen är gratis för arbetsökande, för andra är kursavgiften 20 euro.

Genomförande av god praxis:

Det finns flera faktorer att tänka på om du vill genomföra en liknande kurs:

Använd en mängd olika marknadsföringskanaler. Eftersom vissa potentiella deltagare kanske inte har den kunskap eller de verktyg som krävs för att få tillgång till internet, är det inte tillräckligt att bara förlita sig på onlineplattformar.

Få en tydlig förståelse för målgruppens intressen och behov för att skapa ett kursprogram som kan engagera dem.

Förenkla budskapen och se till att målgruppen enkelt kan förstå och relatera till budskapet. All information ska vara tydlig och jargongfri.

Designa kursschemat för att tillgodose målgruppens behov och preferenser.

Tänk på kursens längd när du utformar schemat. Till exempel kan en kurs som består av ett pass per vecka ge deltagarna tillräckligt med tid att ta till sig materialet och omsätta det i praktiken.

Överväg att ge personlig hjälp för individer som behöver hjälp med onlineregistreringsplattformar, fylla i formulär eller navigera i kursmaterialet.

Välj ett klassrum med tillräckligt med utrymme, bra belysning och lämpliga sittplatser.

Se till att instruktören har tillgång till utrustning som gör att de kan visa exempel och söka information under klassen.

Föra anteckningar om vad som gjordes förra gången. Med äldre vuxna som målgrupp kan de ha glömt bort var de slutade senast.

Skapa en avslappnad atmosfär och inlärningsmiljö där inga officiella lärare-elev-roller existerar, och lärande sker med mjuka värderingar och eftertryckligt stöd.

Effekten av god praxis:

Målet med den här kursen är att ge äldre vuxna och andra deltagare de färdigheter som krävs för att kunna hålla kontakten och delta i den digitala världen. Genom att tillhandahålla personlig instruktion och stöd syftar den interaktiva "praktiska" kursen till att överbrygga den digitala klyftan och förbättra livskvaliteten för äldre vuxna.