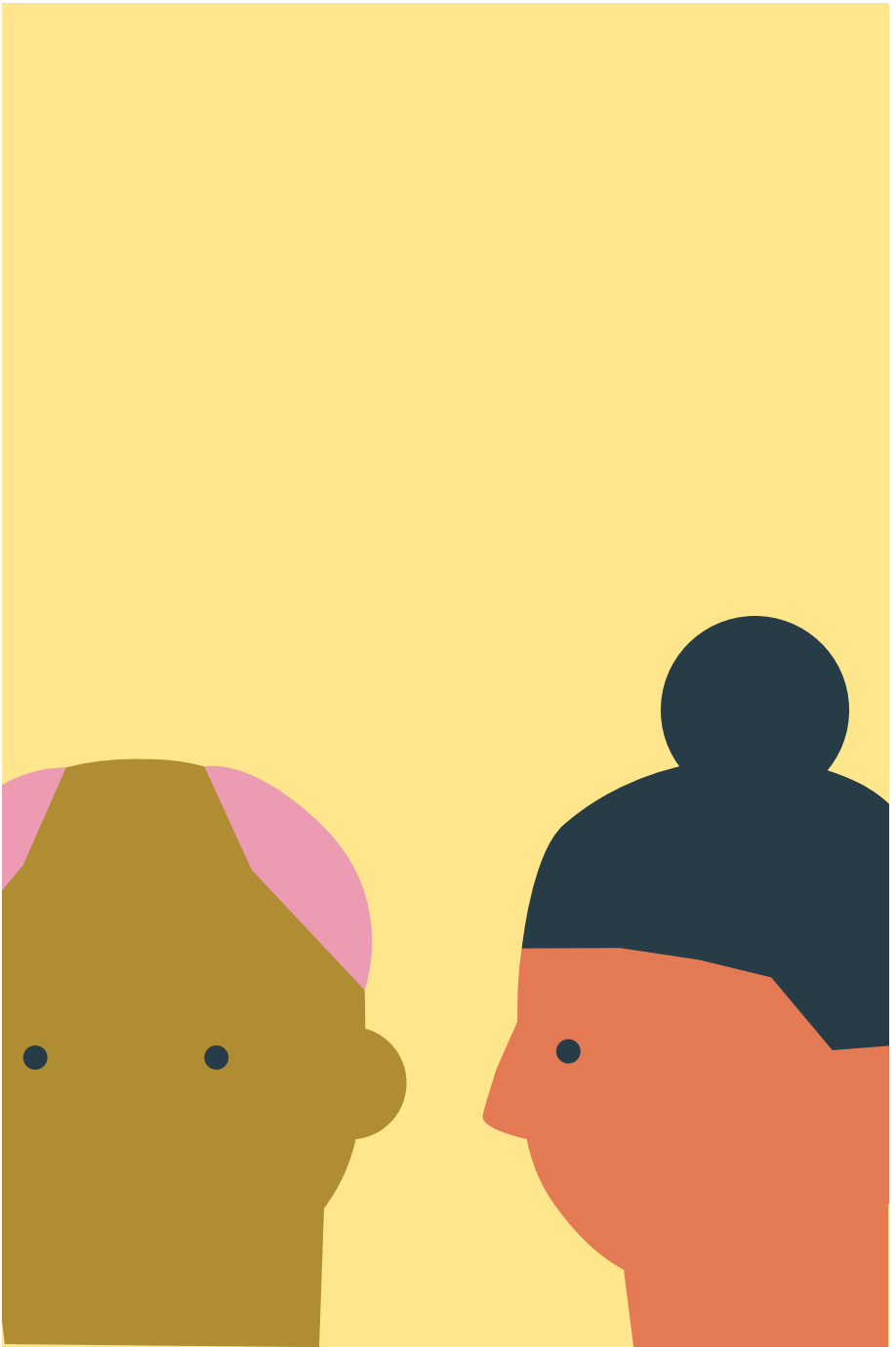


Handbok i gränslösa möten

För dig som vill stärka möten mellan generationer



Vad är Generationsmöten?

Generationsmöten är en verksamhet som utgår från ett allåldersperspektiv. Vi möjliggör och skapar förutsättningar för människor i olika åldrar att mötas, och få ett jämlikt utbyte av varandra.

Respektfulla och jämlika möten

Generationsmöten utgår från respektfulla och jämlika möten där alla möten sker på lika villkor. Det är viktigt att utbytet är ömsesidigt och att alla parter ses som värdefulla. Vår övertygelse är att olika erfarenheter och kompetenser bidrar till ökad förståelse för varandra. Alla mår bra av att känna sig behövda.

Flera sätt att mötas på

Möten sker på olika sätt exempelvis genom volontärer i förskola och grundskola, kulturmöten och samhällsengagemang. Vår verksamhet har en stor bredd med engagerade människor i alla åldrar, vilket bidrar till en trygg, hållbar och jämlik stad.

Målen med Generationsmöten är att:

- » bygga broar mellan generationerna för att stärka tilliten och sammanhållningen mellan människor.
- » stärka hälsa och välbefinnande genom att människor får vara delaktiga och ha inflytande.
- » skapa förutsättningar för jämlika möten så att deltagarna berikas av varandras kunskaper och erfarenheter.

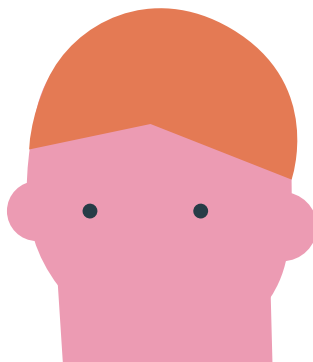
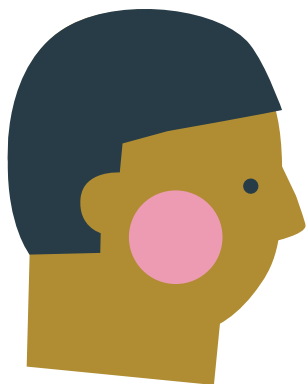
Varför generationsmöten?

Möten mellan generationer bidrar till att stärka hälsa och välbefinnande genom deltagande i och inflytande över samhälle och kulturliv.

Effekter av generationsmöten

Det finns flera positiva effekter av att stärka möten mellan generationer, exempelvis genom att det:

- » skapar gemenskap och förbättrar möjligheterna att förstå varandra som människor.
- » bryter ålderssegregeringen, stärker tilliten samt motverkar ensamhet, isolering och utanförskap.
- » bidrar till minskade fördomar mellan åldersgrupper.
- » bidrar till ökad inkludering i samhället.
- » ger ökad trygghet och suddar ut fördomar



Att skapa generationsmöten

Möten mellan generationer ska inte tvingas fram utan utgå från deltagarnas nyfikenhet, intressen och engagemang. Förslag på hur möten kan möjliggöras hittar du nedan.

Tillgänglighet och inkludering

Människor har olika behov och förutsättningar för att kunna delta i samhället. Den fysiska tillgängligheten är lika viktig som attityder och medvetenhet om uteslutande normer. Det är viktigt att verka förebyggande med att motverka vi-och-dem-uppdelningar och genom att skapa jämlika villkor för deltagarna. Därför är en värdegrund viktig att utforma.

Delaktighet och inflytande

Generationsmöten utgår från deltagarnas engagemang, idéer och inre drivkraft. Deltagarna har ett stort inflytande och är med och formar verksamheten. Vi tror på det livslånga lärandet, på att alla kan utvecklas och bidra med kunskap och erfarenhet. Därför är det viktigt med breda samarbeten.

Generationsmöten utifrån intresse

Vi tror på jämlika möten där människor i alla åldrar har glädje av varandra genom ömsesidigt utbyte. Det är viktigt att utgå ifrån deltagarnas nyfikenhet och intressen. Att skapa och uppleva konst och kultur tillsammans är exempel på sätt att bygga broar och stärka gemenskapen mellan människor.

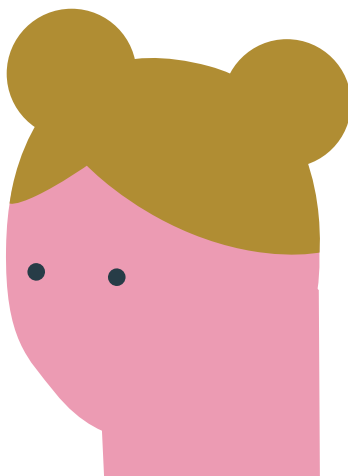
Hur kan du tänka?

Genom hela livet delas vi in i grupper efter vår ålder. Vi skiljs åt i vår vardag i seniorboende och studentbostäder. Men hur ska vi kunna förstå och lära av varandra när vi inte delar vardagen?

Genom generationsmöten överbryggas det avståndet. Det finns några utgångspunkter som du kan ha till hjälp när du ska skapa möten mellan generationer.

Hitta generationsmöten i din omgivning

Tänk efter vad det finns för möjligheter i din närhet. Det kan vara en slöjdgrupp, en kör, studiecirkel eller liknande. Det kan vara en träffpunkt som kan starta upp en verkstad tillsammans med dans, kör, bakning, cykling eller skateboard. Låt människor i olika åldrar tillsammans måla tavlor, podda eller animera filmer.



Utgå från en plats

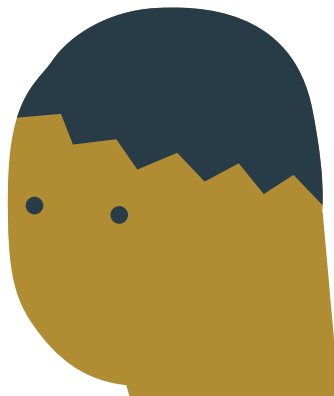
Du kan utgå från platsen när du ska skapa generationsmöten. Till exempel publika mötesplatser såsom bibliotek eller skolor, träffpunkter och föreningar. Äldreboenden och förskolor är ofta byggda i närheten av varandra. Låt dem mötas!

Ha ett allåldersperspektiv

När du planerar aktiviteter är det viktigt att de utformas så att alla känner sig inkluderade.

Våga prova

Kom ihåg att våga prova och testa nytt. De personer som är iblandade behöver vara engagerade för att skapa möten mellan generationer. Det är viktigt att det finns en samordnare för din verksamhet som kan skapa förutsättningar för möten att ske.



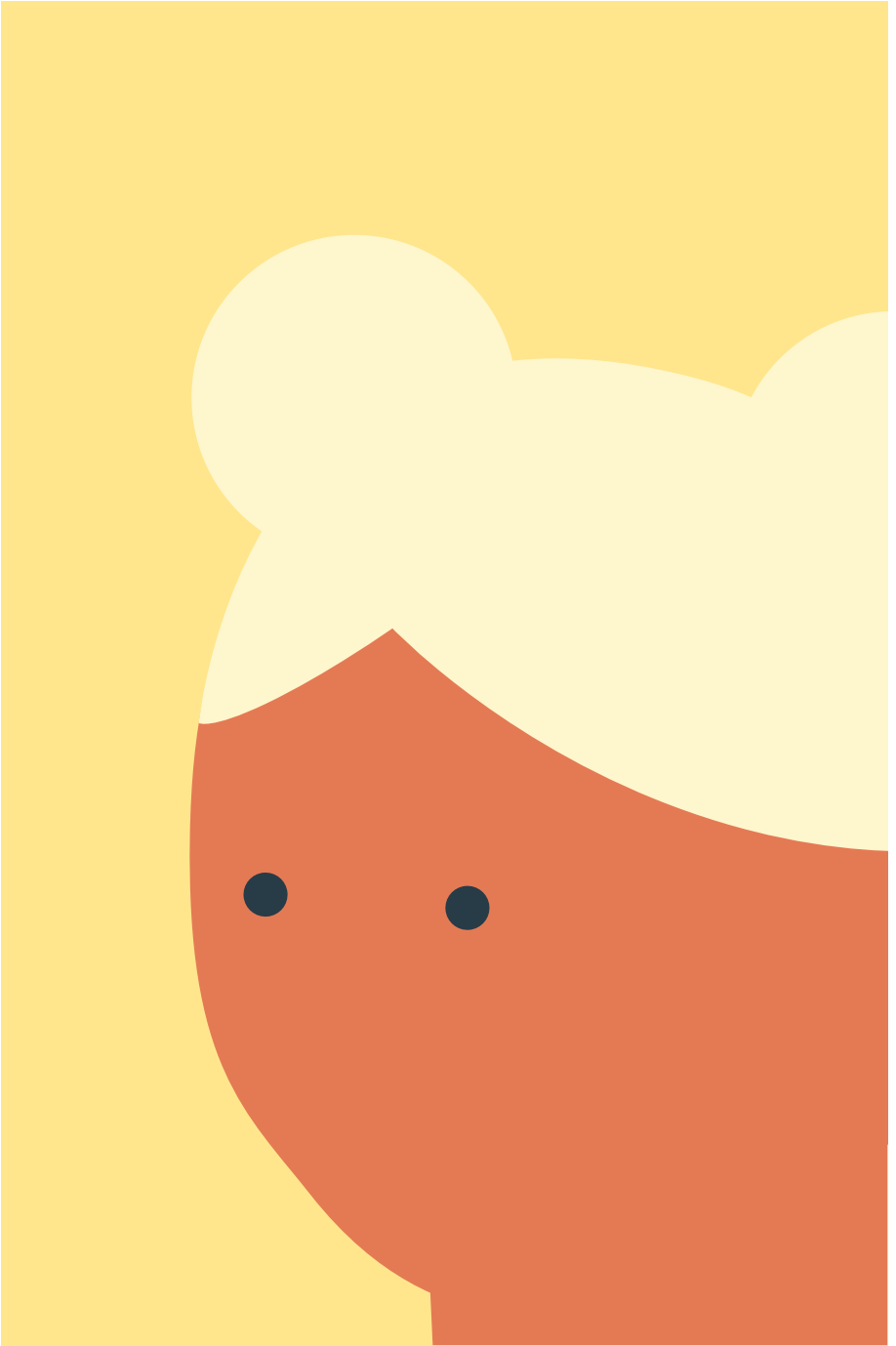
Utgå från en tydlig värdegrund

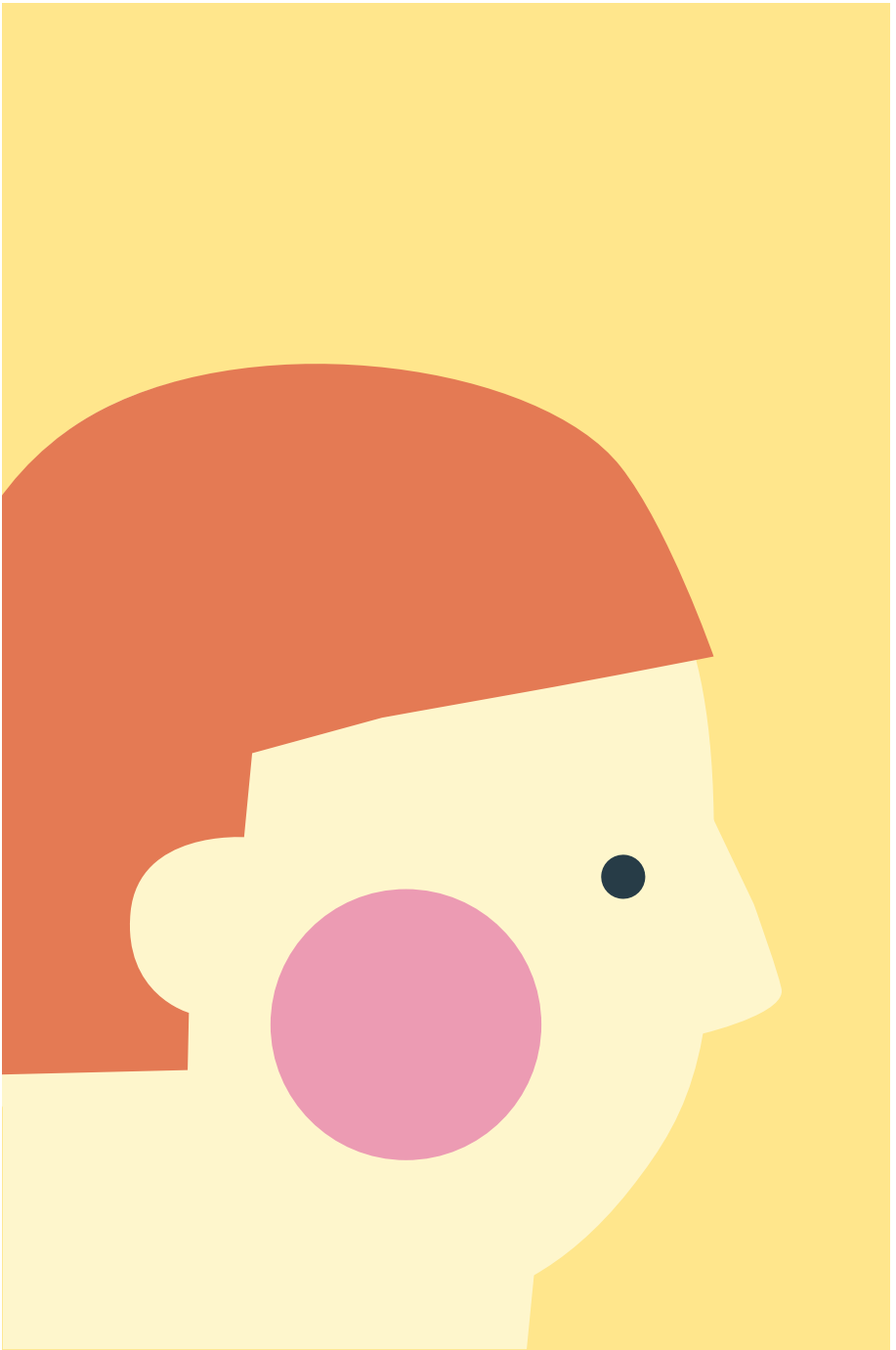
Det är viktigt att utgå från en tydlig värdegrund när du skapar möten mellan generationer. Generationsmöten bygger på en övertygelse om alla människors lika värde och rättigheter.

Vi ser till människors lika värde oavsett:

- » ålder
- » kön/könsidentitet
- » sexuell läggning
- » etnisk, religiös eller socioekonomisk tillhörighet
- » funktionsvariationer
- » geografisk hemvist

Jämställdhet, mångfald och tillgänglighet är ledord för att skapa möten mellan olika generationer.





Tips i punktform

När du skapar åldersintegrerade möten mellan generationer finns det några saker som är bra för dig att tänka på.

Tänk på att:

- » fundera på vilka miljöer och platser som finns i ditt närområde, det kanske redan finns generationsmöten där utan att du har tänkt på det. Ta vara på mötena och utveckla dem.
- » använda begreppet generationsmöten som en slags kompass när du skapar möten.
- » fånga upp intressen och ta hänsyn till olika människors behov av humor, lek och glädje.
- » para ihop intresse och plats.
- » kontinuitet är viktigt. Börja med att satsa på möten som varar över tid. Tillfälliga punktinsatser kan dock ibland vara viktiga eftersom de i sin tur kan leda till nya generationsmöten.
- » utgå från en tydlig värdegrund.
- » se till att ha en samordnare som skapar förutsättningar för möten. Skapa även en referensgrupp. Den kan bestå av anställda inom staden eller från civilsamhället och föreningar.
- » väcka nyfikenhet! Visa att ni finns och vad ni vill.

Lycka till!

Ta kontakt med oss!

Vill du veta mer om hur du kan möjliggöra möten mellan generationer i din verksamhet?

Hör av dig till oss:

Mejl: generationsmoten@centrum.goteborg.se

Telefon: 031-365 00 00 (Göteborgs Stads kontaktcenter)

Följ oss gärna i sociala medier

Facebook: Generationsmöten i Göteborg

Instagram: [@generationsmoten_i_centrum](https://www.instagram.com/generationsmoten_i_centrum)

Du hittar oss även på **goteborg.se** om du söker efter "Generationsmöten" i sökfältet.

