

PIEVIENO
GADIEM **DZĪVI**

LAINU
UN DROŠĪBAS VAIDROŠANAS INTERESES

Latvijas sabiedrība strauji mainās. Tā ir dublās, igitā un mainīgā procesā, ko mēs apzīmējam ar vārdu "mainības". Mainības ir negatīvas, bet arī pozitīvas. Mainības ir tādas, kas mums piejauktas demogrāfiskās izmaiņas.

Kamēr cilvēki strādā, viņi ātrās sabiedrībā, bet, aizgājuši pensijā, samazinoties sociālajiem kontaktiem, viņi bieži vien jūtas vientuļi un nevajadzīgi. Viena no vecāku paaudžu cilvēku - senioru - atvēršanai, apmierinātības, pašapmierinātības, pašvērtības un vīlības turpināšanai jābūt arī tur, kur pieņemjam, vērtējam, sāpējam.

Nepieciešams, ka atbilstošas veselības aprūpes nodrošināšana ir kļuvusi par vienu no 21. gadsimta sociālās politikas prioritātēm un ir būtiska varbūtiskā pieeja un Eiropas Savienības stratēģiskās sadarbības nodrošināšanai. Sabiedrības veselības aprūpes ir stratēģiskā pieeja cilvēku dzīves kvalitātes uzlabošanai un veselības nodrošināšanai.



TREŠĀS
SABIEDRĪBAS

ROKAS GRĀMATA

TREŠĀS PAAUDZES UNIVERSITĀTES TĪKLA
DARBĪBAS ORGANIZĒŠANAI LATVIJĀ

www.vidusdaugavasnvo.lv

2025. gads



Finansē
Eiropas Savienība
NextGenerationEU



Nacionālā
attīstības plāns



Vidusdaugavas

NVO centrs



Rokasgrāmata Trešās paaudzes universitātes darbības organizēšanai

Projektu "Trešās paaudzes universitāšu tīkla izveide Latvijā sabiedrības vecākās paaudzes sociālās labklājības un drošības vairošanas interesēs" finansē no Eiropas Savienības Atveseļošanas fonda un valsts budžeta līdzekļiem. Finansē Eiropas Savienība – NextGenerationEU. Tomēr paustie uzskati un viedokļi ir tikai autora(-u) uzskati un viedokļi un ne vienmēr atspoguļo Eiropas Savienības vai Eiropas Komisijas uzskatus un viedokļus. Par tiem nav atbildīga ne Eiropas Savienība, ne Eiropas Komisija.

Projekts "Trešās paaudzes universitāšu tīkla izveide Latvijā sabiedrības vecākās paaudzes sociālās labklājības un drošības vairošanas interesēs"



Līguma identifikācijas numurs: 6.3.1.4.i.0/1/23/A/SIF/020

Projekta darbības “Rokasgrāmatas, stratēģijas, vadlīniju ar ieteikumiem, informācijas apkopojumu, aptauju, analītisko aprakstu, viedokļu apkopojumu izstrāde un atbalsta sniegšana organizācijām to darbības uzsākšanai Trešās paaudzes universitāšu tīklā.” (1.8.4.) aktivitāte Nr. 5.3. “Rokasgrāmatas izveidošana organizācijām Trešās paaudzes universitātes darbības norisei”

ISBN: 978-9934-38-314-4

Autori:

vadošie eksperti: **Iveta Cīrule, Tatjana Azamatova**

projekta vadītāja: **Agita Pleiko**

projekta eksperte: **Sanita Bertmane**



Satura rādītājs

Ievads	4
Termini un to skaidrojums	5
1. Trešās paaudzes universitāšu Latvijā darbības pilāri	6
1.1 Izglītojamais	7
1.2 Izglītotājs	11
1.3. Koordinators	12
1.4. Finansējums	14
2. Standarti U3A darbā	20
5 standarti - rutīna	20
5 standarti - iniciatīva un iesaiste	23
5 standarti - atgriezeniskā saite	26
5 standarti – informēšana	30
5 standarti – vides pieejamība	34
3. Trešās paaudzes universitāšu tīkls	38
Tīklošanās nozīme U3A darbībā	38
Starptautiskās prakses U3A tīkla modeļi	38
Portugāles pieredze	39
Lietuvas pieredze	42
Polijas pieredze	45
Igaunijas pieredze	47
Resursi un dokumentu paraugi	53
Ceļa karte U3A darbības uzsākšanai	54
Pēcvārds	56

Ievads

Projekta “Trešās paaudzes universitāšu tīkla izveide Latvijā sabiedrības vecākās paaudzes sociālās labklājības un drošības vairošanas interesēs” mērķis ir stiprināt senioru, cilvēku ar invaliditāti pusmūža vecumā un Latvijā dzīvojošo Ukrainas civiliedzīvotāju – senioru, kas bēg no kara savā valstī, kā vienu no sabiedrības vismazāk aizsargāto grupu un nozīmīgas sabiedrības daļas, interešu pārstāvniecību sociālās labklājības un drošības jomā pilsoniskajā dialogā ar publisko pārvaldi un lēmumu pieņēmējiem, izveidojot un attīstot Trešās paaudzes universitāšu tīklu Latvijā.

Sabiedrības novecošanās ir ilgstošs un neatgriezenisks process, ko nevar apturēt, bet var censties mazināt tā negatīvās sekas. Trešās paaudzes universitātes ir izmaksu un organizēšanas ziņā efektīvs sociālās integrācijas un labklājības rīks veselīgas novecošanās veicināšanai.

Rokasgrāmata sniedz detalizētu ieskatu, kā uzlabot un vairo senioru izglītotāju darbu, sadarbojoties kopā. Ceram, ka tā sniegs praktisku ieskatu un veicinās Trešās paaudzes universitāšu rašanos un turpmāku attīstību Latvijā.

Projekta partneru vārdā,

Agita Pleiko, projekta vadītāja, Biedrības “Vidusdaugavas NVO centrs” valdes priekšsēdētāja

Termini un to skaidrojums

Termins/ saīsinājums	Skaidrojums
U3A	U3A, jeb Trešās paaudzes universitāte, ir neformālās izglītības iniciatīva, kura nodrošina regulāru mācību procesu gados vecākajiem iedzīvotājiem. U3A pasaulē pazīst kā senioru universitātes, senioru skolas, visu vecumu universitātes, visu paaudžu universitātes u.c.
U3A izglītojamie	Gados vecākie iedzīvotāji, kuri mācās Trešās paaudzes universitātēs vai senioru skolās, vai cita veida mērķtiecīgi organizētās iniciatīvās.
U3A izglītotāji	Personas, kuras māca. Lektori, pedagogi, jomas profesionāļi, brīvprātīgie. Izglītītāji māca dažādas prasmes, sniedz zināšanas klasiskā veidā (lekcijas), vada praktiskās nodarbības (piem., radošās darbnīcas, veselības un aktīvā dzīvesveida aktivitātes).
U3A koordinatori	Mācību un sadarbības procesa organizētāji. Koordinatorus dēvē arī par menedžmentu vai senioru skolas vadību.
U3A partneri	Privātās un juridiskās personas, kuras sniedz atbalstu U3A darbā un darbības organizēšanā. Partneri var būt privātie ziedotāji, brīvprātīgie, pašvaldības, uzņēmēji, izglītības iestādes, citas senioru skolas (nacionāli un starptautiski).

1. Trešās paaudzes universitāšu Latvijā darbības pīlāri

U3A modelis balstās uz četriem pīlāriem:

1. **Izglītojamie** – gados vecākie iedzīvotāji, kuri vēlas regulāri mācīties;
2. **Izglītotāji** – ikviens, kurš ir gatavs mācīt un dalīties ar zināšanām un prasmēm (lektori, brīvprātīgie, praktikanti, eksperti, U3A izglītojamie);
3. **Koordinatori** – U3A mācību procesa organizētāji, U3A dzinējspēks;
4. **Partneri** – visi indivīdi un organizācijas, kuras atbalsta U3A darbību (pašvaldība, izglītības iestāde, privātie uzņēmēji, ziedotāji un sponsori, citas senioru skolas).

Šajā nodaļā ir apkopoti projektu partneru pieredzes stāsti U3A ikdienas darbā, fokusējoties tieši uz izglītības satura veidošanu un izvērtēšanu, kā arī U3A ikdienas darba finansēšanu.

1.1 Izglītojamais

U3A izglītojamie ir gados vecākie iedzīvotāji - seniori, kuri vēlas regulāri mācīties.

Mācību saturs

Mācību satura veidošanas process ir elastīgs, lai tas būtu piemērots senioru prasmju līmeņiem un interesēm. Galvenais mērķis ir ***nodrošināt saturu, kas veicina izglītojamo aktīvu iesaisti un mūžizglītību.***

Mācību saturu veido, īstenojot izglītojamo mācību vajadzību un vēlmju apzināšanu, turklāt darot to regulāri. Ieteikumi ***mācību vajadzību izzināšanai:***

Aptaujas papīra formātā tiek izmantotas pasākumu laikā, īpaši situācijās, kad senioriem nav pieejams vai viņi neizmanto digitālo vidi;

Digitālās aptaujas, izmantojot tiešsaistes rīkus, piemērotas tiem, kuri ir ieguvuši digitālās prasmes un izmanto internetu, kā arī iekļauj tos, kuri nevar apmeklēt klātienē pasākumus;

Mutiskas intervijas un diskusijas – senioru skolotāji vai koordinatori veic individuālas mutiskas intervijas ar izglītojamajiem, lai dziļāk izprastu viņu intereses un vajadzības. Sarunas bieži vien ir īpaši efektīvas, jo seniori var brīvāk un plašāk dalīties savos viedokļos un pieredzē;

Grupu diskusijas – diskusijas tiek rīkotas klātienē nodarbību laikā vai īpašos pasākumos. Papildus iespēja senioriem apmainīties viedokļiem un idejām savā starpā;

Praktiskie novērojumi – informācijas apkopošana par senioru līdzdalību pasākumos, lai saprastu, kuras tēmas ir vispopulārākās un vērtīgākās;

Organizatoru grupa/studentu pašpārvalde – darba grupa, kas sastāv no aktīvākajiem izglītojamajiem, tiek regulāri iesaistīta mācību satura plānošanā un īstenošanā. Šī pieeja ļauj ņemt vērā senioru kopienas ieteikumus un aktīvi iesaistīt viņus lēmumu pieņemšanā;

Apkopojot izglītojamo vajadzības un vēlmes, tiek izveidots satura plāns, kas ietver gan praktiskas, gan teorētiskas nodarbības.

Mācību vajadzību apzināšanas ieguvums – seniori jūtas iesaistīti un novērtēti, jo viņu vēlmes un vajadzības tiek uzklaustītas un integrētas mācību plānošanā. Nodarbības kļūst efektīvākas un nozīmīgākas, jo tās ir personalizētas un atbilst konkrētās U3A apmeklētāju dzīves situācijām. Uzlabojas senioru apmierinātība ar mācību procesu un viņu līdzdalība izglītības iniciatīvās.

Nodarbību veidi.

Gan pasaules, gan Latvijas pieredze rāda, ka U3A piedāvā daudzveidīgas nodarbības, kas pielāgotas senioru vajadzībām, saskaroties ar novecošanu, interesēm, izglītošanās vēlmēm katrā konkrētajā U3A.

Akadēmiskās nodarbības – šīs nodarbības ir orientētas uz teorētisko zināšanu apguvi, kognitīvo procesu (uzmanības,

domāšanas, uztveres, atmiņas) stimulēšanu. Tajās bieži tiek izmantots lekciju formāts, diskusijas un grupu darbs.

Radošās nodarbības – paredzētas lai attīstītu praktiskas prasmes un hobijus, kā arī vingrinātu roku sīko motoriku.

Valodu nodarbības – vingrina kognitīvos procesus, palīdz uzturēt un attīstīt saziņas prasmes.

Ja apmeklētāji ir aktīvāki, var veidot sarunu klubu.

Nodarbības digitālo prasmju uzturēšanai – veicināt digitālo rīku izmantošanu savām nepieciešamībām, uzlabo datoru un viedtelefonu lietošanas prasmes atbilstoši nepieciešamībai.

Fiziskās nodarbības – fizisko spēju saglabāšanai, veicinot aktīvu un veselīgu dzīvesveidu. Dažādas intensitātes vingrošana, joga, cīgu, nūjošana, pastaiga u.c. (atkarīgs no pieejamiem resursiem).

Tikšanās ar personībām – pašvaldības pārstāvjiem, politiskajiem līderiem, zinātniekiem, kultūras darbiniekiem, sportistiem, vietējiem iedzīvotājiem u.c. Šādas tikšanās var būt gan ar mērķi sniegt zināšanas, gan iedvesmot un motivēt jauniem izaicinājumiem un pašattīstībai.

Sociālās un interešu grupas – veicina senioru savstarpējo saikni un atbalstu. Var būt galda spēles, ceļojumi, zīmēšana, kulinārija, māksla, dārzkopība, haikas, origami u.c. grupas, kurās seniori

var dalīties savā pieredzē, veikt kādu izpētes darbu un satikt domubiedrus.

Psiholoģiskā atbalsta grupas, individuālās sarunas.

Ekskursijas – gan izglītojošas, gan izklaidējošas.

Balles, saviesīgi un svinīgi pasākumi visdažādākajā tematikā – mācību gada atklāšana, noslēgums, svētku balles, sadziedāšanās u.c.

Populārākās mācību tēmas, nodarbību saturs:

- veselība un labsajūta: fiziskās aktivitātes, uzturs, garīgā veselība;
- vēsture, mākslas un kultūras vēsture, filozofija, psiholoģija, stils un mode, dzīves stils;
- radošās nodarbības: mākslas (zīmēšana, gleznošana, grafika, keramika u.c.), rokdarbu (adīšana, tamborēšana, dekupāža, zīda apgleznošana, mezglošana, Ziemassvētku dekori, vainagi u.c.) un mūzikas nodarbības;
- dzīves prasmju pilnveide: finanses, dokumentu noformēšana, komunikācijas prasmes;
- sociālā iesaiste: brīvprātīgais darbs, kopienas projekti;
- digitālās prasmes: pamati datoru un viedtālrunu lietošanā.

U3A nodarbību klāsts ir plašs un daudzveidīgs, nodrošinot iespēju katram atrast sev interesējošu jomu. Šīs nodarbības ne tikai palīdz senioriem apgūt jaunas prasmes, bet arī veicina sociālo integrāciju, aktīvu dzīvesveidu, pozitīvo emociju piedzīvošanu.

1.2 Izglītotājs

Izglītotājs ir ikviens, kurš gatavs dalīties ar savām zināšanām, prasmēm, pieredzi U3A. Tradicionāli U3A darbībā piedalās gan algoti lektori un nodarbību vadītāji, gan brīvprātīgie.

Izglītotāji (lektori, nodarbību vadītāji) var būt:

Senioru skolas apmeklētāji – seniori mūža laikā uzkrājuši lielu pieredzi, ar kuru var dalīties ar saviem vienaudžiem lekcijās vai nodarbībās. Iespējams, kādas no valodu nodarbībām var vadīt bijušās valodu skolotājas vai vingrošanu, nūjošanu – bijušais sporta skolotājs.

Vietējās kopienas pārstāvji – bibliotēkas darbinieki, skolas mācītbspēks, mācītājs, ārsts, sociālais darbinieks, psihologs, notārs, kāds vietējā kopienā dzīvojošais kultūras darbinieks, rokdarbu meistars, sportists u.c. Lielu daļu šo speciālistu var sarunāt kā brīvprātīgos lektoros.

Valsts un pašvaldību iestāžu pārstāvji – gan informējot par aktualitātēm savas kompetences ietvaros, gan kā viesi. Šie speciālisti parasti piedalās U3A savu amata pienākumu ietvaros.

Dažādu citu iestāžu vai institūciju pārstāvj, kuri ir gatavi informēt par savas jomas aktualitātēm – piemēram, bankas, Latvijas samariešu apvienība, NMPD un tamlīdzīgi.

Akadēmiskais mācībspēks – gan pasniedzēji, gan studenti. Var būt algoti vai brīvprātīgie.

Algoti lektori – ārsti, kultūras darbinieki, dažādu nozaru speciālisti, augstskolu mācībspēki – atkarībā no senioriem aktuālajām tēmām.

Samaksa par lektoru un nodarbību vadītāju darbu ir ļoti atšķirīga. Vienmēr aicinām jautāt, kāda ir optimālā samaksa katram lektoram, kā arī piedāvāt savu iespējamo samaksas apjomu, ja lektora nosauktā ir pārāk liela. Iespējams, kādu kopsaucēju atradīsiet!

1.3. Koordinators

Koordinators ir visa mācību procesa dzinējspēks, idejas virzītājs un mācību procesa pārraugis. Bez koordinatora U3A darbība nevar notikt.

Galvenie koordinators pienākumi:

- ***plānot un organizēt*** mācību kursu, lekciju, semināru un pasākumu grafiku, nodrošinot to norisi;
- sazināties un ***veidot sadarbību ar izglītotājiem***;
- sazināties un ***veidot sadarbību ar partneriem*** – pašvaldību, bibliotēku u.c.;



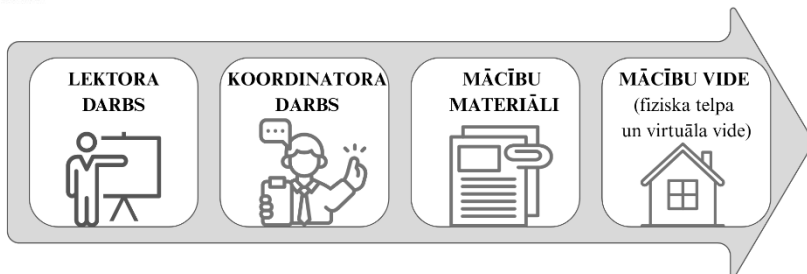
- ***administratīvie darbi*** – dokumentācijas sagatavošana, reģistrēšana, atsauksmju apkopošana;
- ***nodrošināt informācijas plūsmu*** izglītojamo vidū un ārpus U3A;
- ***pārvaldīt finanses*** un resursus, kas ir U3A rīcībā, piesaistīt papildu finansējumu;
- ***rūpēties par telpu un aprīkojuma*** nodrošināšanu mācībām;
- ***atbalsts dalībniekiem*** – palīdzība jauniem biedriem, informācijas sniegšana;
- organizēt sociālās aktivitātes un pasākumus, ***veicinot dalībnieku iesaisti un saliedētību***;
- rūpēties par ***pozitīvu un atvērtu mācību vidi***;
- ***sekot līdzi aktualitātēm senioru izglītības jomā***, veidot pieredzes apmaiņu ar citām U3A un ieviest inovatīvus risinājumus.

Lai neizsīktu un lai tiktu iesaistīts plašāks resurss, ***aicinām koordinatoru veidot studentu pašpārvaldi, organizatoru grupu*** un iesaistīt aktīvākos seniorus darbu plānošanā, organizēšanā.

1.4. Finansējums

Kādas ir U3A gada izmaksas?

U3A darbā izmaksas varētu veidot:



Projekta partneru pieredze un ieteikumi par katru izmaksas pozīciju.

1. Telpu īre – telpas var lielākoties sarunāt bez maksas, vienojoties ar pašvaldību vai sadarbības partneriem, piemēram, bibliotēkā, vietējā skolā, kultūras namā, NVO centrā, skolā, uzņēmuma telpās, u.c.
2. Lektoru un izglītotāju darba samaksa, ieskaitot ceļa izdevumus – lai gan dažās Latvijas U3A lektori ir brīvprātīgie, tomēr lielākoties lektori darbojas par atlīdzību. Iepriekš minējām vairākus piemērus brīvprātīgo lektoru piesaistes iespējām.
3. Nodarbību materiāli, t.sk., darba lapu kopēšana, mācību grāmatas, radošie materiāli, rada izmaksu slogu.
4. Koordinatora darbs – U3A kustība balstās uz entuziasmu un brīvprātīgo koordinatoru darbu. Koordinatora darbu var segt no pašvaldības, nacionālajiem vai Eiropas projektiem, kā arī lūgt vietējo pašvaldību deleģēt darbinieku šim darbam (tā tas notiek Portugālē), taču Latvijā tāda prakse vēl nav ieviesta. Latvijas U3A pieredze rāda, ka lielākoties koordinatori ir brīvprātīgie vai arī tiek atalgoti no projektu līdzekļiem.

Provizoriski, **vienas U3A mācību grupas mācību gada (septembris – maijs jeb 9 mēneši) izmaksas** bez telpu īres ir aptuveni 14 500 EUR gadā, ja koordinators tiek pieņemts darbā ar minimālo algu (2025. gadā 740 EUR un darba devēja sociālais nodoklis 174.57 EUR) uz 12 mēnešiem un ja grupa mācās trīs stundas nedēļā 9 mēnešus (samaksa lektoram – 20 EUR/stundā).

Latvijas U3A pieredze liecina, ka **ikdienas darbu var nodrošināt arī ar daudz mazāku finansējumu**, sedzot tikai lektora darbu kā primāro izmaksu pozīciju. Piemēram, ja lektors izraksta rēķinu 40 EUR par divu stundu darbu un U3A mācās vienu reizi nedēļā, tad minimālās izmaksas ir tikai 160 EUR mēnesī.

Projekta partneri pamatā arī darbojās pēc šī principa, ka primāri tiek atlīdzināts lektoru darbs, koordinatori strādā kā brīvprātīgie un telpas nodrošina pašvaldība vai sadarbības partneri. Taču dažas U3A raksta projektu pieteikumus, lai varētu nodrošināt darbību.

Ko darīt tiem, kas vēl neraksta projektus, bet vēlas sākt U3A?

Ja ir izglītojamie, ja ir brīvprātīgais koordinators, ja ir iespēja izmantot telpu bez maksas, tad U3A var sākt darbu bez finansējuma, sākot darbību ar vismaz vienu nodarbību nedēļā, aicinot lektorus no vietējās kopienas kā brīvprātīgos. Tā ir aizsākušās vairākas U3A iniciatīvas Latvijā – ar pašvaldības nodrošinātu telpu un brīvprātīgo darba spēku.

Kā finansējat U3A darbu?



STARPTAUTISKIE UN LATVIJAS PROJEKTI



PAŠVALDĪBU GRANTI UN DOTĀCIJAS



IZGLĪTOJAMO LĪDZMAKSĀJUMS



BIEDRU NAUDA,
ja U3A darbu organizē biedrība



ZIEDOJUMI,
t.sk. pūļa finansējums, anonīmie ziedojumi,
uzņēmumu un privātpersonu ziedojumi



SAIMNIECISKĀ DARBĪBA

U3A darbu Latvijā pašlaik veic nevalstiskās organizācijas (turpmāk tekstā - NVO). Tāpēc par pamatu U3A finansējuma modelim kalpo arī NVO darbības modelis. Attēlā 16. lpp ir apkopoti visi iespējamie finansējuma avoti.

Zemāk minēta projekta partneru pieredze U3A darbības nodrošināšanai finansējuma piesaistes jomā. Apzināti dalāmies ar vairākiem stāstiem, jo tie var palīdzēt izprast šo tik aktuālo tēmu – finanšu piesaisti. Partneru sniegtā informācija ir apkopota rediģētā veidā, uzrādot finanšu piesaistes avotus.

- ✓ *U3A darbu finansējam no SIF projekta; finansē novada pašvaldība gan kā dotāciju, gan līdzfinansējumu U3A projektam.*

- ✓ *Telpas pašvaldība piešķūrusi bez maksas, mēnesī studenti maksā 20.00 EUR, nauda tiek izlietota vienīgi mācību materiālu iegādei un pedagogiem (kā brīvprātīgie) ēdināšanai.*
- ✓ *Iepirkuma līgums ar pašvaldību par pakalpojuma nodrošināšanu senioriem – no tā maksājam algas (divi pastāvīgi darbinieki) un komunālos maksājumus par telpām.*
- ✓ *Dažādu projektu finansējums – materiālu iegāde, materiālā bāze (internets, tālrunis, datoru u.c. saistīto lietu iegāde).*
- ✓ *Izmantojam Nodarbinātības valsts aģentūras (NVA) programmas, lai piesaistītu vēl papildus darbiniekus, kā stipendiātus "Darbam nepieciešamo iemaņu attīstīšana", Subsīdēto darbavieta izveide (cilvēkiem ar invaliditāti, līdz gadam), retāk – apmācība pie darba devēja.*
- ✓ *Eiropas Solidaritātes korpusa projektā sadarbojamies ar brīvprātīgajiem jauniešiem no LV un ES valstīm. Nesam pirmoreiz saņēmām finansējumu Eiropas Struktūrfondu projektā.*
- ✓ *Piesaistām ziedojumus.*
- ✓ *Ziedojumus piesaistām no uzņēmējiem, gan lūdzot ziedot naudas līdzekļus, gan mantiskas lietas U3A darbībai. Varam rīkot spēļu vakarus, spēlēt novusu, galda tenisu, dažādas galda spēles.*
- ✓ *Pašvaldība mums kā Sabiedriskā labuma organizācijai (SLO) ziedojuši datorus.*

- ✓ *Pašvaldības finansējums 2024. gadā – mērķa finansējums projekta ietvaros, kā arī pamatdarbības nodrošināšanai.*
- ✓ *Pašvaldības finansējums telpu nodrošināšanai. Ir noslēgts sadarbības līgums ar pašvaldību, kas nodrošina stabilitāti ilgtermiņā, jo pašvaldības atbalsts tiek sniegts regulāri. Pieeja pašvaldības resursiem – telpām, tehnoloģijām.*
- ✓ *Iepirkums par pakalpojumu Dienas centra darbībai senioriem.*
- ✓ *Senioru skola piedalās Eiropas Savienības un Latvijas grantu konkursos, piemēram, "Erasmus+", vietējos fonda konkursos, kas paredzēti senioru izglītībai un sociālajai integrācijai.*
- ✓ *Jelgavas Kultūras padomes projekti un pašvaldības finansējums.*
- ✓ *Mācību maksas nav, tikai biedru nauda 12.00 EUR gadā.*
- ✓ *Mācību maksa mēnesi 20.00 EUR no katra studenta kā ziedojums. Mācību maksa disciplinē studentus, lai gan šajos gados neviens students mācību maksas dēļ nav pārtraucis mācības.*
- ✓ *Atsevišķām nodarbībām neliels izglītojamo līdzfinansējums 1.00 – 2.50 EUR kā ziedojums.*
- ✓ *Ministrijas finansējums.*

Ierosinājumi U3A finansējuma kontekstā



1. U3A pamatā ir jāfinansē valstij no valsts budžeta līdzekļiem, t.sk. pašvaldībām.
2. Būtu vēlams tiešs finansējums no valsts budžeta, īpaši U3A tīkla izveides un attīstības posmā līdz 2027. gadam. Līdzekļi būtu jāizmanto, lai koordinētu vismaz 50 U3A tīkla izveidi visos Latvijas reģionos. Alternatīva – projekts 2 gadu periodam, finansējums no Eiropas fondiem vai NVO fonda.

2. Standarti U3A darbā

U3A ikdienas darbā svarīgi ir regulārs un strukturēts darbs, kuru projektā saucam par pieciem standartiem, proti, **rutīna, iniciatīva un iesaiste, atgriezeniskā saite, informēšana, vides pieejamība**.

Šajā nodaļā ir paskaidrota katra standarta nozīme U3A darbā un sniegti praktiski ieteikumi no projektu partneru ikdienas darba.



5 standarti – rutīna

Rutīna ir ikdienas rituālu un struktūras ieviešana U3A darbā. Tas ietver mācību plāna (grafika) savlaicīgu sagatavošanu, izglītojamiem zināmu darba kārtību un mācību ritmu.

Mūsdienās vārdam “rutīna” mēdz būt negatīva nokrāsa, tomēr aicinām paskatīties uz ieguvumiem, ko sniedz noteikts dzīves ritms īpaši senioru vecumā:

1. Rutīna veido strukturētu dzīvi un veicina paša iesaisti tās nodrošināšanā, kontroles pār savu dzīvi saglabāšanu, saskaroties ar novecošanu;

2. Rutīna padara ikdienu paredzamāku, ļauj prātam pielāgoties, saprotot, ko sagaidīt, un mazina trauksmi par gaidāmo;
3. Rutīna veicina miega/nomoda ritma saglabāšanos. Labs miegs, savukārt, samazina stresu, uzlabo vispārējo veselību, veicina produktivitāti;
4. Rutīna palīdz veidot veselīgākus ēšanas paradumus - ievērot ēdienreīžu laikus, veselīga ēdiena izvēli, nepieciešamo medikamentu laicīgi lietošanu;
5. Samazinoties vēlmei un enerģijas līmenim, ar gadiem ir dabiski samazināties arī iesaistēs dažādās aktivitātēs, pat tajās, kuras kādreiz ir devušas prieku. Rutīna šādos gadījumos palīdz saglabāt iesaisti dzīvē, saglabājot veselīgus paradumus.

Pārtraucot darba attiecības zūd gadu gaitā ikdienā iedibinātā rutīna, ko veido darba dzīves/brīvā laika ritums. U3A piedāvā iespēju veidot katram savām vajadzībām atbilstošu jaunu rutīnu.

Projekta partneru pieredzes par rutīnas veidošanu:

- ✓ *mācību grafiks tiek sastādīts konkrētam periodam (mēnesim, semestrim, gadam) un pieejams visiem skolas apmeklētājiem, lai studentiem būtu iespēja savlaicīgi plānot savu laiku;*
- ✓ *rutīna var sākties kaut ar vienu nodarbību mēnesī vai nedēļā;*
- ✓ *rutīna palīdz arī organizatoriem darba plānošanai, uzturot konsekvenci un efektivitāti;*

- ✓ *neskatoties uz rutīnas nozīmi, jāatstāj vieta pielāgojumiem un izmaiņām, ja tas nepieciešams būt elastīgiem;*
- ✓ *dažkārt papildu regulārajām nodarbībām ir pasākumi citās dienās, jo īpaši tad, kad tiek īstenoti papildus projekti;*
- ✓ *mūsu senioru skolā katram apmeklētājam ir iespējams veidot sev nepieciešamo rutīnu, izvēloties savām vajadzībām atbilstošās nodarbības;*
- ✓ *rutīna var būt gan nedēļas nodarbību grafiks, gan arī katras nodarbības noteikta struktūra.*

Rutīnas ieteikumi:

- konsekvents mācību grafiks ir ļoti svarīgs, jo regularitāte sniedz pārliecību uz paredzamu nākotni. Zinot regulārās mācību stundas, cilvēki var iepriekš plānot ģimenes un citas aktivitātes;
- kā rutīnas elementu vēlams ieviest pieraksta lapu aizpildīšanu.

5 standarti - iniciatīva un iesaiste

U3A atbalsta izglītojamo un izglītotāju iniciatīvu un iesaisti ikdienā skolas darbā, mācību procesā, sabiedriskajās un labdarības aktivitātēs.

Ne visās valstīs tiek veicināta aktīva dalībnieku iesaiste U3A darbībā. Tomēr uzskatām, ka šādai iesaistei ir būtiski ieguvumi:

1. Iesaistoties nodarbību vadīšanā un veidošanā, tiek veicināta senioru pieredzes un potenciāla izmantošana;
2. Caur iesaisti tiek izmantots plašāks resurss U3A darbības nodrošināšanā;
3. Resursu efektīva izmantošana (nevis pērkam plātsmaizi, bet kāds izglītojamais pagatavo);
4. Senioriem iespēja ieguldīt savas zināšanas un potenciālu, saņemot gandarījumu par paveikto;
5. Tiek veicināts brīvprātīgo darbs un iesaiste kopienā;
6. Darbošanās veido piesaisti organizācijai, kā arī ikkatram ir iespēja ieguldīt laiku un enerģiju kopīgā mērķa sasniegšanai.

U3A ir iespējama dažāda senioru iesaiste:

1. Veidojot studentu pašpārvaldi, organizatoru grupu, iesaistot skolas darba organizēšanā;
2. Vadot konkrētas lekcijas, radošās un citas nodarbības vai interešu grupas, daloties ar savām zināšanām un pieredzi;
3. Aicinot palīdzēt nodarbību tehniskā organizēšanā – dalībnieku sagaidīšanā, telpas iekārtošanā, sakārtošanā un tamlīdzīgi;
4. Aicinot ziedot savus darinājumus (rokdarbus, konservus u.c.), lai pateiktos par brīvprātīgo lektoru darbu;
5. Iesaistīties kādā palīdzības grupā (piemēram, mājapmeklējumi, vienaudžu apmeklējumi pansionātos u.c.).



Projekta partneru pieredze:

- ✓ *daudzi studenti atbalsta mūsu pilsētā organizētās aktivitātes, kā brīvprātīgie piedaloties, piemēram, ledus un smilšu skulptūras festivāla, Sporta sacensību, Piena, Maizes un Medus svētku organizēšanā;*
- ✓ *grupas vai klubus vada brīvprātīgie, kas nodrošina saziņu katrs ar savu grupas dalībniekiem;*
- ✓ *esam izveidojuši organizatoru grupu, kuri sanāk reizi nedēļā, lai plānotu un organizētu skolas aktivitātes;*

- ✓ *mūsu U3A izglītojamo iesaiste ir ļoti pasīva, ar retiem izņēmumiem. Pārsvārā visi vēlas saņemt gatavu produktu, bet paši necenšas iesaistīties, nerunājot nemaz par aktivitāšu organizēšanu. Retie izņēmumi mums ir novusa spēļu vadītāja, kura priecīga, ka biedrība ir nodrošinājusi nepieciešamo infrastruktūru, lai varētu norisināties spēļu vakari katru trešdienas vakaru;*
- ✓ *vieglāk ir iesaistīt, ja lūdz kaut ko konkrētu – ja seniori idejiski iniciatīvu atbalstīs, tad arī iesaistās;*
- ✓ *visvieglāk iesaistīt dalībniekus labdarības aktivitātēs, jo tām ir ļoti noteikti mērķi/darbības.*

Iesaiste un iniciatīvas ieteikumi:

- regulāri aicināt iesaistīties uz konkrētām lietām un pienākumiem. Ja cilvēks pirmajā reizē atsaka, var pēc laiciņa pajautāt vēlreiz;
- lai paaugstinātu līdzdalības brīvprātīgā darba prestižu, ir nepieciešams biežāk aktualizēt šo tēmu plašsaziņas līdzekļos, radio un televīzijā;
- regulāras un biežas pieredzes apmaiņas U3A tīkla ietvaros – lai seniori iedvesmotos no labajiem piemēriem;
- iespējams, sākumā ideja par iesaisti būs sveša un ne tik viegli iedzīvināma. Ieradums pašiem iesaistīties un veidot aktivitātes, kuras ir aktuālas, rodas pamazām.

5 standarti - atgriezeniskā saite

U3A darbā svarīgi ir nodrošināt atgriezenisko saiti no izglītojamiem un izglītotājiem par U3A darbu. Atgriezeniskā

saite veicina dalībnieku iesaisti skolas darbā, motivē iesaistīties, kā arī sniedz iespēju kvalitātes izvērtēšanai un uzlabošanai.

U3A darbā parasti ar atgriezenisko saiti saprot izglītojamo viedokli par mācību saturu un procesu. Taču var lūgt atgriezenisko saiti (viedokli un ieteikumus) par koordinatora darbu, mācību saturu, sociālajām aktivitātēm, savstarpējo sadarbību.

Būtiski izprast, ka U3A mācās gados vecākie iedzīvotāji, kuri, iespējams, skolā vai darba gaitās nav raduši sniegt atgriezenisko saiti. Tāpēc šo metodi ir jāskaidro un jāpraktizē U3A darbā.

U3A ietvaros atgriezenisko saiti var apkopot dažādos veidos:

Aptaujas un anketēšana papīra formātā – aptaujas papīra formātā tiek izsniegtas klātienēs nodarbību noslēgumā. Tās ir vienkārši strukturētas, lai senioriem būtu viegli izteikt viedokli, piemēram, "Kas Jums patika visvairāk šajā kursā?", "Kādas tēmas vai prasmes Jūs vēlētos apgūt nākotnē?", "Vai pasniedzēja skaidrojumi bija saprotami?"

Digitāli veidotas aptaujas tiem, kuri izmanto e-pastu vai sociālos tīklus – digitālās aptaujas bieži ietver papildu iespējas, piemēram, izvēles jautājumus un iespēju sniegt detalizētus komentārus;

Mutiskas atsauksmes – diskusijas nodarbību beigās tiek jautāts, vai dalībniekiem viss bija saprotams un kādas būtu ieteiktās uzlabojumu iespējas, uzdodot jautājumus – "Vai Jums bija viegli sekot līdz šodienas tēmai?", "Kas, Jūsprāt, būtu jāuzlabo nākamajā reizē?"

Individuālas sarunas – seniori, kuri vēlas izteikties plašāk, tiek uzklautīti individuāli. Tas palīdz labāk izprast vajadzības vai grūtības.

Praktiskie novērojumi – pasniedzēji novēro, kā izglītojamie piedalās nodarbībās, cik aktīvi viņi iesaistās diskusijās, un cik labi viņi apgūst materiālu. Šis vērtējums palīdz noteikt, vai mācību saturs ir piemērots senioru prasmju līmenim.

Par atgriezenisko saiti sauc arī metodi, kad **indivīdi paši sniedz viedokli par savu veikumu** – kas man sanāca/izdevās, kas patika, ko vēlētos uzlabot un kā veiktu turpmāk šo uzlabojumu.

Dalībnieku līdzdalības analīze - tiek vērtēts, cik aktīvi seniori apmeklē nodarbības un cik lielā mērā viņi piedalās piedāvātajās aktivitātēs.

Regulāras izvērtēšanas aptaujas - divreiz gadā tiek veikta vispārēja izvērtēšana, lai iegūtu senioru viedokli par kopējo mācību procesu. Jautājumi ietver - "Kā Jūs vērtējat mācību saturu pēdējo mēnešu laikā?", "Vai nodarbību laiks un formāts ir Jums piemērots?", "Ko vēl Jūs vēlētos iekļaut programmā?"

Piemēri jautājumiem aptaujās. Mācību satura novērtējums (skala 1–5).

- *"Cik noderīgas bija šīs nodarbības Jūsu ikdienai?"*
- *"Vai Jūs ieteiktu šo kursu citiem?"*

Atvērtie jautājumi

- *"Kas Jums patika visvairāk nodarbībās?"*
- *"Kādus uzlabojumus Jūs ieteiktu?"*

Tehniskā norise

- *"Vai Jums bija viegli pievienoties digitālajām nodarbībām?"*
- *"Vai bija pietiekami daudz praktisko uzdevumu?"*

Galvenie ieguvumi no mācību satura izvērtēšanas. Nodrošina atgriezenisko saiti, kas palīdz saprast, kas darbojas labi un kur nepieciešami uzlabojumi. Veido ciešāku saikni ar izglītojamajiem, veicinot viņu uzticību un iesaisti. Sniedz iespēju mācību programmu nepārtraukti uzlabot un pielāgot mainīgajām vajadzībām. Palīdz uzturēt mācību procesu interesantu, noderīgu un motivējošu.

Projekta partneru pieredze:

- ✓ *aptauja studentu un pedagogu vidū par mācību kvalitāti un saturu, par pedagogu un koordinators darbu, par meistarklasēm;*

- ✓ *novērtējuma anketas pēc pasākumiem, pasākumu cikliem. Tomēr visvairāk var uzzināt kopējās pārrunās, sarunās, turpmāko darbu plānošanā;*
- ✓ *individuālās sarunas ar dalībniekiem, lai saprastu viņu vajadzības un uzklausītu atsauksmes;*
- ✓ *pašrefleksija – pēc katras nodarbības vai kursa sniegt pašvērtējumu, izmantojot jautājumus – kas man izdevās šajā kursā? Kas man šķita grūti vai neinteresanti? Ko es vēlētos uzlabot?*
- ✓ *atgriezenisko saiti redzam nodarbību apmeklējumos – kuras izdevušās un atbilst interesēm, ir iedvesmojošs apmācītājs, tās nodarbības seniori apmeklē. Citiem vārdiem – balso ar apmeklējumu.*

Atgriezeniskās saites ieteikumi:

- darīt to. Nebaidīties no kritikas!;
- dalībnieki aptaujā, izmantojot īsu anketu (5 – 7 jautājumi). Tajā var arī lūgt sniegt priekšlikumus un ieteikumus;
- organizēt diskusijas starp U3A Latvijas tīklā dažādos līmeņos – vadības, izglītojamo, darbinieki, izglītotāji;
- izvēlēties anonīmās aptaujas, lai uzzinātu izglītojamo patiesās domas;
- jautāt ne tikai, kas patika/nepatika, bet arī – ko tas mainīja, ko ieguvi?

5 standarti – informēšana

U3A darbā tiek veikta informēšana jeb informācijas apmaiņa un nodošana U3A izglītojamiem, izglītotājiem, sadarbības partneriem, sabiedrībai kopumā.

Izglītojamo informēšanu – mērķis un veidi:

Jaunu dalībnieku uzrunāšana un aicināšana. Būtiski, lai nodarbības nekļūst par nelielu domubiedru grupiņu, bet lai ir atvērtas ikvienam interesentam kopienā. Tādēļ ziņa par skolas darbību regulāri jāizplata dažādos kanālos.

Esošo dalībnieku regulāra informēšana. Svarīgi, lai katrs dalībnieks justos iesaistīts un informēts par U3A notiekošo. Šādi tiek veicināta arī piesaistes veidošana un iekļaušana skolā.

Sabiedrības informēšana un U3A idejas popularizēšana. U3A ideja Latvijā vēl ir jauna – aktīva sabiedrības informēšana ļauj popularizēt ideju, veidot priekšstatu par vecumdienām, kurās U3A var ieņemt noteiktu vietu.

Iespējamie informācijas kanāli (aicinām izvērtēt un izvēlēties savai situācijai piemērotākos).

Izdales materiāli papīra formātā, piemēram:

- informācija mācību gada sākumā par paredzētajām aktivitātēm, mācību grafiku un lekciju tēmām;
- informatīvi bukleti par skolu un tās darbību;



- plakāti un aicinājumi uz konkrētiem pasākumiem, kuri izvietoti novada bibliotēkā, sociālajā dienestā.

Novada prese – informācija par aktualitātēm, U3A darbību, gaidāmajiem notikumiem.

Mājas lapa – informācija par organizāciju, tās mērķiem, aktivitātēm.

Platformas Facebook kots vai grupa – informācija par gaidāmajiem notikumiem, aktualitātēm, atskati uz notikušajām aktivitātēm.

E-pasti – informācija par gaidāmajiem notikumiem, aktualitātēm.

WhatsApp grupas, SMS, zvani – informācija par aktualitātēm, pēkšņām izmaiņām plānos un notikumos, operatīvās informācijas aprīte. Īpaši svarīga tiem, kuriem nav iespēja komunicēt digitāli.



Projekta partneru pieredze, informējot izglītojamos



WHATS APP



BIEDRĪBĀ PIE ZIŅOJUMA DĒĻA

visiem redzamā vietā ir mācību grafiks



DRUKĀTI PLAKĀTI



FACEBOOK KONTS



MĀJAS LAPA



**KATRU MĒNESI PUBLICĒT INFORMĀCIJU
NOVADA LAIKRAKSTĀ,**

aicinot uz aktivitātēm, ievietojot
nodarbību grafiku, stāstot par senioru skolu



**GADA SĀKUMĀ UN SEMESTRA SĀKUMĀ
IZDALĪT GAIDĀMO LEKCIJU GRAFIKU**



KATRU NEDĒĻU E PASTĀ INFORMĀCIJA -

atgādinājums par gaidāmo lekciju,
jaunumi un izmaiņas



ĪSZIŅU, JA IR KĀDAS AKŪTAS IZMAIŅAS



**MĒNEŠA INFORMATĪVIE ZIŅOJUMI
E-PASTĀ UN MĀJASLAPĀ:**

aktuālā informācija par
nodarbībām un pasākumiem

Informēšanas ieteikumi:

- informēt par U3A darbu sabiedrību un sadarbības partnerus regulāri un pēc iespējas biežāk un dažādos kanālos;
- publicēt sociālos tīklos informāciju un fotogrāfijas no pasākumiem, lai popularizētu U3A kustību, veidotu priekšstatu par senioru tēlu sabiedrībā un U3A darbu.

5 standarti – vides pieejamība

U3A mācās gados vecākie iedzīvotāji, tāpēc vienmēr jāuzdod jautājums – vai un kā tiek nodrošināta vides pieejamība. Runājot par U3A darbību, ar vides pieejamību aicinām domāt sekojošos virzienos:

1. Ērtu un drošu ceļu uz U3A un iekļūšanu ēkā, kur notiek aktivitātes. Būtiski minēt faktu, ka gados vecāko iedzīvotāju motivāciju un vēlmi mācīties un klātienē apmeklēt U3A var ietekmēt sliktie laika apstākļi (slidenas ietves ziemā, nav pietiekams apgaismojums) un ierobežotā mobilitāte (kustību ierobežojumi un/vai transporta maršrutu neesamība vispār). Šos faktoros jāņem vērā, plānojot mācību grafiku;
2. Mērķa grupai un mācībām pielāgotas telpas, aprīkojums, ērta pieejamība labierīcībām;
3. Iespēju pieslēgties attālināti nodarbībām, ja tas atbilst konkrētai mērķauditorijas vajadzībai. Plānojot mācību programmas U3A, svarīgi ir ne tikai nodrošināt fizisko pieejamību, bet arī izstrādāt risinājumus, kas atvieglo senioriem mācību procesu neatkarīgi no ārējiem apstākļiem;
4. Psiholoģiski atvērtu vidi, kurā katrs dalībnieks un arī jaunpienācējs var justies gaidīts un iekļauts.

Pieejamības jautājumi ir būtisks faktors, lai veicinātu senioru iesaisti un mācību procesa nepārtrauktību. Vides pieejamības nodrošināšana un risinājumu integrēšana ir būtisks priekšnoteikums, lai Trešās paaudzes universitāte varētu pilnvērtīgi iesaistīt seniorus mācībās un aktivitātēs.

Projekta partneru pieredze



SABIEDRISKĀ TRANSPORTA PIEEJAMĪBA -
pārrunāt ar pašavldību iespēju izveidot vai
pielāgot sabiedriskā transporta maršrutus



INFORMĒT PAR TRANSPORTA IESPĒJĀM
vai piedāvāt koplietošanas transporta risinājumu



**ATTĀLINĀTĀS PIESLĒGŠANĀS,
PIEMĒRAM, ZOOM PLATFORMĀ**



**BEZMAKSAS TEHNISKĀS APMĀCĪBAS
PAR PLATFORMU IZMANTOŠANU,**
kā arī individuālais atbalsts



BRĪVPRĀTĪGO TĪKLS,
kas var palīdzēt nokļūt senioriem uz
nodarbībām vai palīdzēt ar tehnoloģiju jautājumiem



**PAPILDU SMARGAS MĀCĪBU Telpā UN
KORIDORĀ**



IETVE PIE U3A IR LABĀ STĀVOKLĪ



SANITĀRAIS MEZGLS ATBILST PRASĪBĀM



DATORI UN CITA TEHNIKA IR PIEEJAMI



INTERNETS



LIFTS



**YOUTUBE KONTS – PIEEJAMAS LEKCIJAS
TIEM, KAS NEVAR IERASTIES KLĀTIENĒ**



AUDIO IERAKSTI



**SKAIDRAS NORĀDES ĒKĀ UN ĀRPUSĒ,
LAI ATVIEGLOTU ORIENTĒŠANOS**



**ZIEMAS APSTĀKĻOS REGULĀRA IETVJU TĪRĪŠANA
UN PRETSLĪDĒS MATERIĀLU IZMANTOŠANA**



**UZLABOT APGAISMOJUMU PIEEJAS
CEĻOS UN STĀVVIETĀS**

Vides pieejamības ieteikumi:

- ne vienmēr ir viegli atnākt uz vidi, kur ir daudz svešu cilvēku, arī senioru vecumā. Tāpēc svarīgi, lai arī esošie skolas apmeklētāji ir atvērti jauniem cilvēkiem;
- pārdomāt nodarbību telpu pieejamību, kā arī pieteikšanās iespēju pieejamību visiem (arī tiem, kuriem nav viedtālruni, datoru).



3. Trešās paaudzes universitāšu tīkls

Tīklošanās nozīme U3A darbībā

Tīklošanās nosaukums ir cēlies no angļu valodas vārda “networking”, kas būtībā nozīmē “sadarboties tīklā”. Šis fenomens ir zināms jau sen, taču ne vienmēr organizācijas izmanto tīklošanās un sadarbības tīklu spēku.

Projekta virsmērķis ir Trešās paaudzes universitāšu tīkla izveide Latvijā. Projektu 2023. gada vasarā uzsāka pieci nevalstiskā sektora sadarbības partneri (biedrības) – Vidusdaugavas NVO centrs, Latvijas senioru kopienu apvienība, Kuldīgas senioru skola, Ikšķiles senioru skola, Baltā māja. Projekta gaitā pievienojās vēl četri jauni partneri (biedrības) – Ķeipenes senioru skola, projekta iedvesmas dibināta 2024. gadā, Jelgavas Senioru universitāte, Siguldas Senioru skola, Krāslavas Senioru skola.

Latvijā U3A darbā pamatā darbojas tieši nevaldības sektora organizācijas. Tāpēc daudz labu materiālu par tīklošanās spēku ir pieejami interneta dzīlēs. Bet ārvalstu pieredze rāda praktiski darbojošos U3A tīklu paraugus.

Starptautiskās prakses U3A tīkla modeļi

Projekta ietvarā partneri iepazīnās ar U3A tīkla modeļiem Portugālē, Lietuvā, Polijā un Igaunijā.

Portugāles pieredze RUTIS tīkls, Portugāle



Lai gan Portugālē U3A pastāvēja jau kopš 1995. gada, tomēr līdz 2001. gadam jaunu iniciatīvu attīstība nenotika tik strauji.

Luis Jacob sāka darbu Almeirim pilsētā ar pieciem senioriem vietējā kafejnīcā. Iniciatīva strauji attīstījās un pusgada laikā pulcēja jau 100 seniorus. Luis Jacob un Dulce Motta aktīvi piedalījās Trešās paaudzes universitāšu idejas popularizēšanā Portugālē. Šie divi idejas nesēji devās pie pašvaldībām visā valstī, lai stāstītu par senioru izglītošanas vienkāršotu modeli, proti – ir vajadzīgi brīvprātīgie, seniori, kas vēlas mācīties, un kāda satikšanās vieta. Pašlaik Portugālē darbojas 409 Senioru universitātes, mācās ap 70000 dalībnieki senioru vecumā, savas prasmes un zināšanas nodod gandrīz 5000 pasniedzēji, no kuriem vismaz 80% ir brīvprātīgie.

RUTIS ir Trešās paaudzes universitāšu tīkls Portugālē, dibināts 2005. gadā, ko izveidoja Luis Jacob un Dulce Motta. Iepazīstot RUTIS pieredzi, **galvenā atziņa – lai sāktu U3A, vajag vismaz vienu brīvprātīgo un dažus studentus.**

RUTIS tīkla biedri ir nevalstiskā sektora jeb angļu modeļa U3A, tikai 2% no tām ir dibinātas pie augstskolām. **Portugāles valdība oficiāli ar likumu atzina RUTIS kā trešās paaudzes izglītotāju tīkla koordinātoru, tas tika nostiprināts**

2016. gadā Ministru padomes rezolūcijā Nr. 76/2016. Šeit minēsim svarīgāko 4. punktu, kurš nosaka, ka *“Noteikt, ka RUTIS tīkla asociācija ir vecāko universitāšu pamatstruktūra un partneris aktīvas novecošanas politikas un sociālās ekonomikas izstrādē.”*, kā arī 1. punkts nosaka – *“Atzīt, ka ir svarīgi noteikt “senioru universitātes” kā sociāli izglītojošus risinājumus, kuru mērķis ir radīt un regulāri stimulēt darbības sociālajā, kultūras, zināšanu un sociālajā jomā, ko veic publiskas vai privātas struktūras, sākot no 50 gadu vecuma, ar vai bez ienesīgiem mērķiem.”*

RUTIS tīkla funkcija ir stiprināt U3A un palīdzēt veidoties jaunām U3A organizācijām. RUTIS veic U3A koordinatoru mācības, organizē ikgadējās senioru sporta spēles, prāta spēles, īsteno Eiropas Savienības finansētos projektus, valstiski veido trešās paaudzes izglītojamiem labvēlīgu politiku.

RUTIS galvenie uzdevumi ir:

- atbalstīt U3A organizācijas, sniedzot resursus, apmācības un informāciju par mācību programmām un metodēm, kā arī digitālo platformu mācību procesa organizēšanai;
- nodrošināt platformu pieredzes apmaiņai – starp dažādām U3A organizācijām visā valstī, tai skaitā nodrošinot digitālo platformu;
- organizēt pasākumus un konferences, kas veicina senioru izglītību un sabiedrības izpratni par aktīvo novecošanos;
- sadarboties ar valsts un privātajām organizācijām – lai nodrošinātu finansiālu un materiālu atbalstu U3A darbībai;

- sadarbība ar starptautiskām organizācijām senioru izglītības jautājumos.

Plašāk informācija pieejama mājas lapā <https://rutis.pt/>.



Portugālē senioru universitāšu sistēma ir atpazīstama, ar tām rēķinās gan vietējie, gan arī nacionālā līmeņa politiķi. Arī mēs, Latvijā, varam veidot kaut ko līdzīgu. Seniori kļūst aktīvāki, viņi grib darboties. Un Portugāle bija lielisks piemērs, kā var visi darboties vienoti, būt priecīgi un laimīgi.

Liesma Neipreisa, Latvijas senioru kopienu apvienība



Portugāles senioru universitāšu dalībnieki ar savu aktīvo darbību mūzikas, mākslas, garīgajās un prāta spēlēs, ar aktīvu dalību sportā ir pierādījuši savai valdībai un pašvaldībai, ka jāatbalsta U3A tīkls. Kas mums ir jāpaņem no šīs pēc pieredzes? Latvijā noteikti vajadzētu uzsākt novados pagastu kopienu un skolu tīkla veidošana, lai pagastā dzīvojošie seniori arī gūtu iedvesmu un pilnasinīgu dzīvi, darbojoties kopā.

Gunta Jankovska, Kuldīgas Senioru skola

Lietuvas pieredze

Trešās Paaudzes Universitāšu Asociācija (Nacionālā trešā amžiaus universitatu asociācija), Lietuva



Lietuvā ir ap 70 Trešās paaudzes universitātes (lietuviešu valodā *Trečiojo amžiaus universitetas – TAU*), kuras apvieno 17 000 seniorus. Lietuvā U3A galvenokārt ir izveidojušās nevalstiskās organizācijas, bet neliela daļa ir piesaistītas valsts universitātēm vai pašvaldību iestādēm.

Nacionalinė trečiojo amžiaus universitetų asociacija (NTAUA (Trešās Paaudzes Universitāšu Asociācija))

Lietuvā U3A ir pazīstams fenomens jau kopš 1995. gada jeb 30 gadus pirms pirmās U3A Latvijā, kas tika dibināta Krāslavā 2015. gadā.

2012. gadā Lietuvā bija jau 24 U3A (6000 studenti, 270 skolotāji); 2014 – 40 U3A; 2018 – 67 U3A, bet tās pastāvēja neatkarīgi, netika ietvertas normatīvā regulējumā.

2015. gadā tika parakstīts nacionālais līgums par U3A jeb kā sauc Lietuvā “trešā gadsimta universitāšu” kopīgo darbību. Kopīgām darbām apvienojās nevalstiskās organizācijas (NVO), Trešās paaudzes universitātes, kas darbojas kā neatkarīgas juridiskas personas, un Trešā paaudzes universitātes, kas darbojas kā dažādu valsts izglītības, sociālās labklājības iestāžu vai kopienu nodaļas vai programmas.

Lietuvā Trešā Vecuma Universitāšu Asociācija (*Nacionalinė Trečiojo amžiaus universitetų asociacija* jeb NTAUA) izveidojās 2016. gadā, kas darbojas kā jumta organizācija un apvieno dažādas U3A. NTAUA sadarbojas ar Lietuvas Izglītības un zinātnes ministriju, pašvaldībām un citām organizācijām, lai nodrošinātu senioriem kvalitatīvas izglītības iespējas un resursus. Asociācija veicina arī starptautisko sadarbību, kas dod iespēju dalīties pieredzē un piedalīties projektos ar līdzīgām organizācijām citās valstīs, pārrauga vispārējo virzību un sadarbību starp dažādām U3A vienībām Lietuvā, notiek aktīva sadarbība ar augstskolām. Pašreizējais NTAUA tīkls apvieno 52 Lietuvas U3A. Juridisko statusu asociācija ieguva 2021. gadā

2017. gadā Nacionālajai U3A asociācijai piešķīra Veselības ministrijas speciālbilvu "Par aktivitāti ārpus vecuma".

Asociācijas uzdevumi:

- koordinēt un veicināt Trešās paaudzes universitāšu (TAU) sadarbību;
- attīstīt pilsonisko sabiedrību, mudināt vecākus cilvēkus piedalīties TAU pasākumos un stiprināt pieaugušo neformālo izglītību un nepārtrauktu mācīšanos;
- pārstāvēt TAU intereses valsts un pašvaldību institūcijās, sabiedriskajās, starptautiskajās un citās organizācijās;
- pārstāvēt LTAUA biedrus izstādēs, konferencēs, citos ar biedrības darbību saistītos pasākumos;
- pārstāvēt un aizstāvēt LTAUA biedru tiesības un intereses sociālajā jomā.

Plašāka informācija pieejama mājas lapā
<http://www.tauasociacija.lt/home>.



Pieredzes apmaiņa Lietuvā deva vielu pārdomām, jo lietuvieši ir mūsu tuvākie kaimiņi. Un īstenībā daudzas no lietām, ko mēs esam iecerējuši, viņi jau ir realizējuši. Tas, ko mēs varētu pārņemt no Lietuvas, ir doma par senioru likumu valstī un par nopietnu valsts atbalstu ilgtermiņā.

*Agita Pleiko, projekta vadītāja,
Vidusdaugavas NVO centrs*



Pēc pieredzes apmaiņas brauciena es secināju, ka senioriem ne tikai Lietuvā un Latvijā, bet arī citās valstīs, tostarp Polijā, kur arī bijām pieredzes apmaiņā, ir līdzīgas intereses darboties. Visus vieno vēlme socializēties un atrast kopīgu nodarbošanos, lai ikdiena būtu piepildītāka un interesantāka.

Anita Strante, Ikšķiles Senioru skola

Polijas pieredze

Trešās paaudzes universitāšu federācija (Ogólnopolska Federacja Stowarzyszeń Uniwersytetów Trzeciego Wieku), Polija



Polija ir viena no vadošajām Eiropas Savienības valstīm U3A attīstībā un senioru iesaistē. Pirmā U3A savu darbību Polijā uzsāka jau 1975. gadā. Šobrīd valstī darbojas 552 izglītības iniciatīvas. No visām U3A apmēram 20% ir saistītas ar valsts universitātēm. Ar akadēmiskajām iestādēm saistīto U3A prestižs ir ļoti augsts, taču vietu skaits ir ierobežots, tāpēc pieprasījums pārsniedz piedāvājumu.

Polijas tā sauktā franču modeļa U3A forma, kas darbojas valsts universitāšu paspārnē, ietver U3A koordinatoru, studentu pašpārvaldi, studentus un dažādas aktivitātes. Lai iestātos, ir jāiesniedz iesniegums, jāpiedalās uzņemšanas sarunās un jāpamato vēlme mācīties. Priekšroka bieži tiek dota tiem, kuri ir motivēti sniegt ieguldījumu kopienā kā brīvprātīgie.

Ārpus universitātēm darbojas arī U3A ar NVO juridisko statusu (t.s. angļu modelis), kas funkcionē ar pašvaldību atbalstu vai balstās uz brīvprātīgo iniciatīvu.

Polijā ir izveidota Trešās paaudzes universitāšu federācija (*Ogólnopolska Federacja Stowarzyszeń Uniwersytetów Trzeciego Wieku*), kas apvieno U3A visā valstī. Šī organizācija palīdz koordinēt U3A darbību, veicina informācijas un resursu apmaiņu starp dažādām U3A organizācijām un nodrošina kopēju platformu senioru izglītības veicināšanai.

Galvenie federācijas uzdevumi ir:

- koordinēt U3A darbību visā Polijā, nodrošinot vienotu izglītības kvalitāti un palīdzot ar metodisko atbalstu;
- pārstāvēt U3A intereses valsts līmenī un sadarboties ar valsts institūcijām, piemēram, Darba, ģimenes un sociālās politikas ministriju;
- organizēt konferences, seminārus un apmācības U3A vadītājiem, pasniedzējiem un brīvprātīgajiem;
- popularizēt aktīvās novecošanās principus un mūžizglītību Polijā, piesaistot plašāku sabiedrības uzmanību senioru izglītībai.

Iesaistīšanās federācijā nav obligāta, un daudzas U3A izvēlas darboties neatkarīgi (federācijas locekļi ir aptuveni puse no visām U3A) vai sadarbībā ar vietējām pašvaldībām vai citām organizācijām. Tomēr federācija piedāvā būtiskus ieguvumus, piemēram, metodisko atbalstu, resursu apmaiņu un palīdzību komunikācijā ar valsts iestādēm, tāpēc arvien vairāk U3A izvēlas pievienoties federācijai. Trešās paaudzes universitāšu federācija saņem finansējumu caur projektu pieteikumiem dažādās valsts, pašvaldību un ES programmās.

Plašāka informācija pieejama mājas lapā <https://federacijautw.pl>.

Igaunijas pieredze

Universitāte cienījama vecuma ļaudīm (*Tartu ülikooli Väärikate ülikooli*) tīkls, Igaunija



1993. gadā Igaunijas Pensionāru biedrību apvienība (*Eesti Pensionäride Ühenduste Liit, EPÜL*) Tallinā nodibināja Trešās jaunības tautas universitāti (*Tallinna Kolmanda Nooruse Rahvaülikool*), kas kļuva par pirmo U3A Igaunijā un darbojas jau 30 gadus. Taču nodarbības nenotika regulāri, netika izveidotas ilgtermiņā noturīgas struktūras un skaidri U3A pastāvēšanas noteikumi.

2010. gadā Tartu universitātes Pērnavas koledža uzsāka mācību programmu, kuras mērķis bija attīstīt senioru personību, radošumu, iniciatīvu savas dzīves kvalitātes uzlabošanā. Tajā pašā gadā līdzīgs kurss parādījās arī pašā Tartu universitātē, un sāka veidoties U3A tīkls.

Tartu universitātes U3A tīkla nosaukums ir Universitāte cienījama vecuma ļaudīm (*Tartu ülikooli Väärikate ülikooli*), kas apvieno 17 dažādas mācību programmas īstenošanas vietas visā Igaunijā. Katrā vietā ir programmas vadītājs, kas parasti ir universitātes vai koledžas darbinieks.

Tartu universitātes U3A tīkls Igaunijā ir spēcīgs valsts organizēts un finansēts tīkls, kas apvieno lielāko daļu senioriem paredzēto izglītības iniciatīvu. Šis tīkls ir pamats finanšu sadalei starp atsevišķām U3A, ko piešķir valsts, kā arī apstiprina mācību programmas, nodrošinot senioriem Tartu universitātes studenta

statusu. Tīkls ir atvērts jaunu iniciatīvu pievienošanai, un tā jaunās filiāles var būt arī NVO. Papildus Tartu universitātes senioru izglītības piedāvājumam Igaunijā ir vēl citas senioru izglītības iniciatīvas, kuras nav apvienotas vienotā sistēmā jeb tīklā.

Plašāka informācijas pieejama mājas lapā <https://ut.ee/et/vaarikate-ulikool>.

Sadarbības tīkla izveide Latvijā

Latvijā U3A tīkls vēl tikai top, tāpat kā top vēl jaunas senioru izglītošanas iniciatīvas. Ņemot vērā ārvalstu pieredzi, esošo situāciju Latvijā, īsumā minēsim būtiskākos U3A topošā sadarbības tīkla ieguvumus:

1. Pieredzes apmaiņa senioru izglītības jomā;
2. Jaunu kopīgu sadarbības projektu kopradīšana, t.sk., Latvijas un starptautiskā finansējumā iegūšanā;
3. Efektīvākā resursu pārvaldība. Piemēram, U3A apvienojoties, var izveidot kopīgas tiešsaistes lekcijas visiem U3A izglītojamiem;
4. Jaunu vēsmu un inovāciju ieviešana U3A darbā, piemēram, staigājošā futbola prakses pārņemšana no Portugāles uz Latviju, virtuālās nacionālās senioru universitātes izveide;
5. Kopīgas pozīcijas un viedokļa paušana politikas veidošanas līmenī, lai katrā Latvijas pašvaldībā būtu U3A šūniņa un iespēja ikvienam mācīties visa mūža garumā.

Projekta laikā partneru ir izveidojuši sadarbību, kā arī projektā ir pievienojušies asociētie partneri. Šeit aprakstīti projektu

partneru U3A tīklošanās pieredzes ieguvumi šo nepilnu divu gadu laikā.

Pēc pieredzes apmaiņas vizītes Igaunijā jautājām projekta partneriem, kas viņiem visvairāk palicis atmiņā un kādus labos piemērus viņi vēlētos pārņemt Latvijā.



Mani ļoti iedvesmoja Navi – neliela, apdzīvota kopiena, kur cilvēki ar savu entuziasmu, darba spējām un apņēmību spēj paveikt tik daudz. Kā saka – "ne no kā radīt daudz ko".

Staņislava Balode, biedrība "Baltā māja", Līvāni



Mani uzrunāja tautskolu ideja, kur šīs dažādās paaudzes ir apvienotas, un es šobrīd domāju par to, kā to visu var integrēt un apvienot.

Sanita Bertmane, Ikšķiles Senioru skola

Motivācija sadarboties ar citiem sadarbības partneriem

-  **JAUNAS IDEJAS, INOVĀCIJAS UN DARBA METODES**
-  **ORGANIZĀCIJAS PAKALPOJUMU SATURA UN KVALITĀTES UZLABOŠANA**
-  **PASNIEDZĒJU PIEEJAMĪBA**
-  **IEDVESMA DARĪT UN NEPAGURT**
-  **PIEVIENTĀ VĒRTĪBA GAN SKOLAS ATTĪSTĪBAI, GAN TĀS DALĪBNIEKIEM**
-  **RESURSU, ZINĀŠANU UN PIEREDZES APMAIŅA**
-  **PIEKĻUVE TELPĀM, TEHNOLOĢIJĀM, MĀCĪBU MATERIĀLIEM VAI EKSPERTIEM**
-  **PLAŠĀKA SABIEDRĪBAS INFORMĒTĪBA UN IESPĒJA IEPAZĪT U3A DARBĪBU**
-  **PARTNERU KOMPETENCES**
-  **IZGLĪTĪBAS DAŽĀDOŠANA**
-  **SADARBĪBA AR VIETĒJO PAŠVALDĪBU, NVO UN UZŅĒMUMIEM**
-  **STABILITĀTES SAJŪTA UN KOPĒJS SPĒKS VIRZĪT SADARBĪBU VALSTS LĪMENĪ**

Dalība sadarbības tīklos un platformās Latvijā un starptautiski

Aicinām ikvienu topošo un esošos U3A Latvijā pievienoties nacionālajiem un starptautiskajiem sadarbības tīkliem! Detalizēts sadarbības tīklu organizāciju saraksts (nosaukums un interneta saite) ir pieejams projekta mājas lapā

<https://www.vidusdaugavasnvo.lv/lv/u3a-dokumentu-paraugi/>



vai skenē QR kodu.

Ierosinājums U3A sadarbības un tīklošanās kontekstā

- ✓ *Izveidojot U3A asociāciju, kurā vismaz viens algots darbinieks nodrošinās sabiedriskās attiecības un sadarbību un tīklošanos Latvijas U3A organizācijām, arī atbalstu un apmācību.*
- ✓ *Sadarbība un pieredzes apmaiņa ir nepieciešama, lai nodrošinātu labāku pakalpojumu kvalitāti un stabilāku sistēmu. Labs risinājums būtu reģistrēt atsevišķu “jumta” organizāciju (biedrību) kā Latvijas tīkla koordinatoru.*

Nacionālie un starptautiskie sadarbības tīkli, kuros projekta partneriem ir sadarbības pieredze

-  **LATVIJAS PILSONISKĀ ALIANSE**
-  **LATVIJAS SOCIĀLĀS UZŅĒMĒJDARBĪBAS ASOCIĀCIJA**
-  **LATVIJAS LAUKU FORUMS**
-  **LATVIJAS PENSIONĀRU FEDERĀCIJA**
-  **VIDUSDAUGAVAS NVO CENTRS**
-  **SADARBĪBA AR PĀRTIKAS UZŅĒMUMIEM**
-  **LATVIJAS SENIORU KOPIENU APVIENĪBA (LSKA)**
-  **OGRES NOVADA PILSONISKĀS SADARBĪBAS UN ATTĪSTĪBAS BIEDRĪBA**
-  **LATVIJAS SAMARIEŠU BIEDRĪBA**
-  **PORTUGĀLES SENIORI UN RUTIS TĪKLS**
-  **EPALE (ELEKTRONISKĀ PLATFORMA PIEAUGUŠO IZGLĪTĪBAI EIROPĀ)**
-  **SADARBĪBAS LĪGUMI AR SENIORU KOPIENĀM KOPĪGAI SENIORU INTEREŠU AIZSTĀVĪBAI**

Resursi un dokumentu paraugi

Projekta mājas lapā ir apkopoti dokumentu paraugi, kurus praksē jau izmanto projekta partneri. Lai noder!

Skaties šeit: <https://www.vidusdaugavasnvo.lv/lv/u3a-dokumentu-paraugi/>



vai skenē QR kodu.

Pieredzes apmaiņas vizīžu atziņas apkopotas video, kuri ir ievietoti biedrības “Vidusdaugavas NVO centra” youtube kanālā: <https://www.youtube.com/@vidusdaugavasnvocentrs>.

Mācību satura izvērtējums pēc nodarbības:

- anonīmās aptaujas paraugs;
- mācību vajadzību aptaujas paraugs;
- atgriezeniskās saites veidlapas paraugs;
- sadarbības līguma ar lektoru paraugs, PN akts;
- sagatave – stundu saraksts, lekciju grafiks;
- pieteikuma anketa skolai – paraugs;
- dalībnieku reģistrs – paraugs;
- prezentācija par U3A ideju – paraugs.

Ceļa karte U3A darbības uzsākšanai



U3A IZVEIDE PRASA RŪPĪGU PLĀNOŠANU UN ORGANIZĒŠANU. GALVENIE SOĻI:

1. IDEJA!

Tas ir jādara



2. IDEJAS IZGAISMOŠANA

Izpētīt mērķauditoriju un noteikt galvenās aktivitātes. To var izdarīt pensionāru biedrības sapulcē, veicot aptauju. Vai aptaujājot tuvākos kaimiņus, draugus, paziņas.



3. INTERESENTU PIESAISTE

Veidot darba grupu, piesaistot aktīvākos interesentus kā brīvprātīgos organizatorus, pārdomāt iespējamo nodarbību vadītāju piesaisti. Var darīt viens, taču komandā vienmēr ir lielāks resurss un atbalsts.



4. RESURSU NODROŠINĀŠANA

Apzināt telpas, finansējumu un aprīkojumu, iespējamus lektorus. Ja pagaidām nav finansējums, pārdomāt plānu, kā uzsākt darbību bez tā, piesaistot brīvprātīgos un sarunājot bezmaksas telpas. Pārdomāt, kur nākotnē varētu iegūt finansējumu.



5. PARTNERĪBU VEIDOŠANA

Veidot sadarbību ar pašvaldībām, bibliotēkām, NVO u.c. Uzrunāt, aicināt, pārliecināt, doties uz pārrunām un prezentēt ideju par U3A. Izmantot projekta laikā tapušo organizāciju tīklojumu un vēršanās vienā no pieciem reģionālajiem centriem.



6. NODARBĪBU VEIDI UN SATURS

Balstoties senioru vajadzībās, kā arī uz pieejamajiem nodarbību vadītājiem un lektoriem, nodefinēt, kādas nodarbības iespējams veidot šajā mācību gadā. Un cik bieži – reizi nedēļā, reizi mēnesī?



7. MĀCĪBU PROGRAMMAS IZSTRĀDE

Veidojot sadarbību ar pašvaldībām, bibliotēkām, NVO u.c. Uzmanāt, aicināt, pārliecināt, doties uz pārrunām un prezentēt ideju par U3A.



8. REKLĀMA UN DALĪBNIEKU PIESAISTE

Informācijas izplatīšana caur sociālajiem tīkliem, medijiem un vietējām kopienām. Izstrādāt nepieciešamos materiālus, rakstus, sazināties ar bezmaksas vietējiem izdevumiem. Izveidot Facebook kontu, ja tas ir piemērots.



9. IZZIŅOT UZAICINĀJUMU UZ PIRMO PASĀKUMU

Aicināt pieteikties un apkopot potenciālo dalībnieku sarakstu.



10. OFICIĀLĀ ATKLĀŠANA!

Svinīgs pasākums, lai piesaistītu jaunus dalībniekus un popularizētu U3A darbību.



Pēcvārds

Rokasgrāmata ir praktisks ieteikumu apkopojums, lai veicinātu Trešās paaudzes universitāšu jeb U3A rašanos un attīstību Latvijā.

Pateicamies projekta partneriem par satura veidošanu!

Aicinām sekot projekta norisei vadošā partnera biedrības “Vidusdaugavas NVO centrs” mājas lapā <https://www.vidusdaugavasnvo.lv/>.

Tikai kopā mēs varam cerēt sniegt Latvijas senioriem cieņpilnu novecošanos, attīstot un popularizējot Trešās paaudzes universitātes kā sociālās iekļaušanas un aktīvas novecošanās rīku.

Lai izdodas!

Cieņā,

projekta partneri (biedrības): Vidusdaugavas NVO centrs; Latvijas senioru kopienu apvienība; Kuldīgas senioru skola; Ikšķiles senioru skola; Baltā māja; Ķeipenes senioru skola; Jelgavas Senioru universitāte; Siguldas senioru skola; Krāslavas Senioru skola.

2025. gada martā

PROJEKTA IESNIEDZĒJS UN VADOŠAIS PARTNERIS

Vidusdaugavas



NVO centrs

Biedrība **“Vidusdaugavas NVO centrs”**,
Brīvības iela 45, Jēkabpils;

www.vidusdaugavasnvo.lv info@vidusdaugavasnvo.lv
+371 294 496 22 facebook.com/VidusdaugavasNVO

PARTNERI



Biedrība **“Ikšķiles Senioru skola”**, Ikšķile
ikskiles.senioruskola@gmail.com



Biedrība **“Baltā māja”**, Līvāni
baltamaja@baltamaja.lv



Biedrība **“Kuldīgas Senioru skola”**, Kuldīga
ruta.orlova@gmail.com



Biedrība **“LATVIJAS SENIORU KOPIENU APVIENĪBA”**, Rīga, lskapvieniba@inbox.lv

PIEVIENTOTIE PARTNERI



Biedrība **“Ķeipenes Senioru skola”**, Ķeipene
senioru.skola@inbox.lv



Biedrība **“Jelgavas Senioru universitāte”**, Jelgava
antuzai@inbox.lv

SIGULDAS
SENIORU SKOLA

Biedrība **“Siguldas Senioru skola”**, Sigulda
senskola@inbox.lv



Biedrība **“Krāslavas Senioru skola”**, Krāslava
kraslavassenioruskola@gmail.com



Finansē
Eiropas Savienība
Eiropas Komisija



EIROPAS SAVIENĪBAS ATVESEĻOŠANAS UN NOTURĪBAS MEHĀNISMA 6.3.1.4.I. INVESTĪCIJA “NEVALSTISKO ORGANIZĀCIJU IZAUGSME SOCIĀLĀS DROŠĪBAS PĀRSTĀVNICĪBĀ UN SABIEDRĪBAS INTEREŠU UZRAUDZĪBĀ”

MATERIĀLS IZSTRĀDĀTS PROJEKTA “TREŠĀS PAAUDZES UNIVERSITĀŠU TĪKLA IZVEIDE LATVIJĀ SABIEDRĪBAS VECĀKĀS PAAUDZES SOCIĀLĀS LABKLĀJĪBAS UN DROŠĪBAS VAIROŠANAS INTEREŠĒS”, LĪGUMA NUMURS 6.3.1.4.I.0/11/23/A/SIF/020, IETVAROS, UN PAR TĀ SATURU ATBILD BIEDRĪBA “VIDUSDAUGAVAS NVO CENTRS”