






# Oferta Szkoleniowa

Zaplanujmy szkolenie skrojone  
pod Twoje potrzeby.

## **Stowarzyszenie CREO**

-  ul. Kutrzeby 16G/124 POZNAŃ
-  +48 508 024 833
-  [creo@centrumcreo.pl](mailto:creo@centrumcreo.pl)
-  [www.centrumcreo.pl](http://www.centrumcreo.pl)
-  LinkedIn/Facebook: @centrumcreo



# O nas



## **STOWARZYSZENIE CREO działa od 2004 roku.**

**NASZ ZESPÓŁ** buduje grono zespół ekspertów i ekspertek, którzy szkolą i doradzają w tematyce starości, niepełnosprawności, dostępności oraz profesjonalnego wdrażania struktur wolontariatu.

Chcemy wzbudzać trwałą zmianę na lepsze – zmieniając stereotypowe postrzeganie osób starszych i osób z niepełnosprawnościami.

### **DLACZEGO WARTO NAM ZAUFAĆ?**

- **Innowacyjne narzędzia:** Szkolimy z wykorzystaniem praktycznych narzędzi: kombinezonów starości, symulatorów chorób oczu i różnych niepełnosprawności oraz wykorzystaniem gogli VR.
- **Skala działań:** Przeprowadziliśmy ponad 700 szkoleń na uczelniach wyższych, w instytucjach, firmach i NGO. Zrealizowaliśmy blisko 150 projektów – o zasięgu lokalnym, regionalnym i ogólnopolskim.
- **Praktyczne doświadczenie:** Od 2024 roku prowadzimy Poznańskie Centrum Wolontariatu, łącząc teorię z codzienną praktyką zarządzania społecznego.

**WSPÓŁPRACUJEMY** z wieloma firmami, organizacjami i instytucjami.

Plan każdego szkolenia **dostosowywany jest indywidualnie.**

### **MASZ PYTANIA? SKONTAKTUJ SIĘ Z NAMI!**

- mail: [creo@centrumcreo.pl](mailto:creo@centrumcreo.pl)
- tel. 508 024 833

# Starość - praktyczny warsztat z wykorzystaniem kombinezonu starości

Czy zastanawiałeś się kiedyś, dlaczego prosta czynność, jak zawiązanie buta czy wejście po schodach, może stać się wyzwaniem nie do pokonania?

Zrozumienie potrzeb seniora zaczyna się tam, gdzie kończą się słowa, a zaczyna osobiste doświadczenie. Nasz warsztat to unikalna okazja, by na własnej skórze poczuć to, czego osoby starsze doświadczają każdego dnia.

Na warsztaty składa się część teoretyczna oraz praktyczna. Dzięki wykorzystaniu **symulatora starości**, uczestnicy i uczestniczki mogą osobiście przekonać się, z jakimi dolegliwościami i barierami fizycznymi zmagają się seniorzy.

Szkolenie umożliwia **doświadczenie świata z perspektywy osoby w wieku około osiemdziesięciu lat**, co pozwala na zupełnie nowe spojrzenie na opiekę i obsługę starszego klienta.

## SYMULATOR STAROŚCI:

- kamizelkę wraz z obciążnikami
- system obciążników na nogi i ręce,
- okulary symulujące zaburzenia wzroku (między innymi jaskrę i zaćmę),
- słuchawki ograniczające słuch,
- laskę.



## DLA KOGO?

Dla personelu medycznego, opiekunów, urzędników, firm tworzących produkty dla seniorów, działów obsługi klienta.



**Czas trwania:**  
3h - 4h



**Liczebność grupy:**  
optymalnie 15-20 osób



**Szkolenie:**  
stacjonarne

# Niepełnosprawność - praktyczny warsztat z wykorzystaniem narzędzi symulujących

Wspólnie 'odczarujemy' istniejące mity i stereotypy na temat niepełnosprawności i zastanówmy się z jakimi barierami stykają się na co dzień osoby z niepełnosprawnością.

W części praktycznej warsztatów każdy z uczestników i uczestniczek będzie mógł/mogła odczuć i **doświadczyć różne rodzaje niepełnosprawności** na 'własnej skórze'.

Uczestnicy i uczestniczki warsztatów:

- Rozszerzą swoją **świadomość** na temat różnych rodzajów niepełnosprawności,
- zdobędą **wiedzę** oraz **umiejętności** przydatne w kontakcie z osobami z niepełnosprawnością.
- zapoznają się z **przyczynami** i rodzajami różnych rodzajów niepełnosprawności.
- wezmą udział w **dyskusji** na temat poprawności językowej, **dostępności** i **barier** występujących w przestrzeni publicznej, a także **savoir vivre** wobec osób z niepełnosprawnościami.

## DLA KOGO?

Dla nauczycieli, pracowników administracji publicznej, personelu medycznego, pracowników firm, asystentów OZN.



## STOSUJEMY RÓŻNORODNE NARZĘDZIA SYMULACYJNE:

- wózki ortopedyczne i aktywne,
- okulary symulujące choroby oczu,
- laski sygnalizacyjne dla osób niewidomych,
- symulator szumów usznych,
- słuchawki wygłuszające,
- gogle VR z symulacją spektrum.



**Czas trwania:**  
3h - 6h



**Liczebność grupy:**  
optymalnie 15-20 osób



**Szkolenie:**  
stacjonarne

# Savoir-vivre i obsługa klienta z niepełnosprawnością

## Czy wiesz jak zachować się w kontakcie z osobą z niepełnosprawnością?

Na warsztatach skupiamy się na tym, jak budować komfortową relację dla obu stron, unikając niezręczności i stereotypów.

### NA CO KŁADZIEMY NACISK:

- **Konfrontacja ze stereotypami** – wspólnie „odczarujemy” mity i uprzedzenia, które często nieświadomie wpływają na jakość obsługi.
- **Prawidłowa terminologia** – jak mówić i pisać, by być inkluzywnym i profesjonalnym.
- **Scenki symulacyjne** – przećwiczysz praktycznie sytuacje/scenki, które mogą wystąpić w kontakcie z osobami z różnymi niepełnosprawnościami.

Dzięki temu uczestnicy i uczestniczki szkolenia zyskują pewność siebie w każdej, nawet nietypowej sytuacji, budując wizerunek instytucji otwartej i dostępnej.



### DLA KOGO?

Terapeutów zajęciowych, animatorów, pracowników DPS, kadry Klubów Seniora



**Czas trwania:**  
2h - 3h



**Liczebność grupy:**  
optimalnie 15-20 osób



**Szkolenie:**  
stacjonarne lub zdalne

# Nowoczesna terapia i aktywizacja seniorów z wykorzystaniem gogli VR.

## WARSZTAT PRAKTYCZNY DLA SENIORÓW

**Senior w świetle VR** to projekt innowacyjny CREO wprowadzający zajęcia wirtualnej rzeczywistości dla osób starszych.

### CO OFERUJEMY?

Zorganizujemy fascynujące spotkanie dla Twoich podopiecznych. Zabierzemy ich na wirtualny spacer po Watykanie, relaksacyjny spacer brzegiem morza, czy wycieczkę w góry – bez wychodzenia z sali.

Przeżycia VR pozwalają doświadczać:

- **pozytywne emocje** w odległych miejscach świata,
- **przywoływać wspomnienia** poprzez możliwość zobaczenia znajomych miejsc,
- przeprowadzać **treningi pamięci** tak ważne dla osób w wieku senioralnym,
- wprowadzać aspekt **arteterapii, treningi mindfulness,**
- **zmniejszać poczucie osamotnienia** poprzez możliwość uczestniczenia w grupowych doświadczeniach.



Nasza innowacja została wyróżniona w ramach Innowacji Społecznych Inkubatora Wielkich Jutra Dostępność Plus.

### DLA KOGO?

podopiecznych Domów Pomocy Społecznej, Klubów Seniora, Uniwersytetów Trzeciego Wieku, placówek opiekuńczych.



**Czas trwania:**

1h – 2h



**Liczebność:**

zajęcia indywidualne  
lub w grupach do 6 osób



**Szkolenie:**

stacjonarne

# Wdrażanie technologii VR jako narzędzia pracy z seniorami

## WARSZTAT PRAKTYCZNY DLA KADRY

**Senior w świetle VR** to autorski program CREO, w ramach którego wdrażamy nowoczesne zajęcia dla seniorów z wykorzystaniem wirtualnej rzeczywistości w placówkach senioralnych, np. Domach Pomocy Społecznej, Klubach Seniora, czy Zakładach Karnych.

Program został wypracowany w 2021 roku i przetestowany jako innowacja społeczna w ramach **Inkubatora Wielkich Jutra Dostępność Plus**.

### CO OFERUJEMY?

Wirtualna rzeczywistość to przełom w aktywizacji osób starszych. Nauczymy Twoich pracowników, jak bezpiecznie i efektywnie wykorzystywać gogle VR w codziennej pracy z podopiecznymi.

### CO ZYSKUJE TWOJA PLACÓWKA

Dostarczamy kompletne know-how. Przekazujemy wiedzę, która pozwala na samodzielne prowadzenie innowacyjnych zajęć terapeutycznych w przyszłości.

### KLUCZOWE ELEMENTY SZKOLENIA

**Obsługa techniczna** – praktyczny warsztat z obsługi sprzętu i aplikacji VR.

**Gotowe scenariusze** – zestaw sprawdzonych planów zajęć terapeutycznych dostosowanych do potrzeb seniorów.

**Bezpieczeństwo** – zasady higieny pracy z technologią VR.



### DLA KOGO?

Terapeutów zajęciowych, animatorów, fizjoterapeutów, pracowników instytucji.



**Czas trwania:**  
2h - 3h



**Liczebność:**  
zajęcia indywidualne  
lub w grupach do 6 osób



**Szkolenie:**  
stacjonarne

# Mobilne Centrum Dostępności

## FORMUŁA EVENTOWA W FORMIE STANOWISK Z SYMULACJAMI STAROŚCI I NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI

Mobilne Centrum Dostępności to formuła eventowa skoncentrowana na **praktycznych** odczuciach uczestników i uczestniczek.

W ramach oferty przygotowujemy **stanowiska z symulacjami różnych niepełnosprawności i starości**, które prowadzą trenerzy i trenerki CREO.

MCD to nieszablonowa metoda wzbogacenia wydarzenia **rozwijająca empatię i wiedzę**.

### JAKIE STANOWISKA PROPONUJEMY\*:

#### I. Niepełnosprawność ruchowa:

narzędzia: wózek aktywny, wózek ortopedyczny/sportowy

#### II. Świat osoby niewidomej i Głuchej:

okulary symulujące niepełnosprawności wzroku, słuchawki wygłuszające, laski sygnalizacyjne dla osób niewidomych,

**III. Świat osoby starszej:** kombinezon starości, okulary symulujące zaburzenia widzenia.

\*Wybór ilości i rodzaju stanowisk zależy od preferencji zamawiającego.



W trakcie doświadczeń trenerzy i trenerki CREO towarzyszą uczestnikom i uczestniczkom, odpowiadają na pytania, dbają o bezpieczeństwo doświadczenia.



mobilne centrum  
**DOSTĘPNOŚCI**

### NA JAKICH WYDARZENIACH SIĘ POJAWIAMY?

- imprezy integracyjne,
- konferencje,
- dni rodziny, dni różnorodności,
- eventy miejskie, wydarzenia firmowe itd.



**Czas trwania:**  
3h - 5h



**Liczebność:**  
ustalana indywidualnie



**Lokalizacja:**  
działania stacjonarne

# Podstawy języka migowego

## ODKRYJ ŚWIAT GESTÓW

Warsztat z podstaw języka migowego rozwinie Twoją wiedzę w zakresie komunikacji osób g/Głuchych.

### NA CO KŁADZIEMY NACISK:

Podczas warsztatów uczestnicy i uczestniczki poznają **alfabet polskiego języka migowego** i podstawowe **znaki przydatne w komunikacji z Głuchymi**.

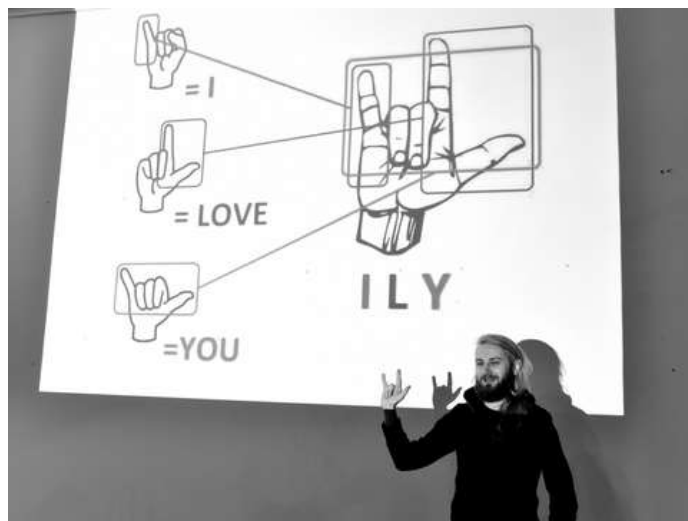
### Codziennie sytuacje komunikacyjne

Warsztaty będą obejmować praktyczne ćwiczenia, które pozwolą zastosować poznane gesty i znaki w codziennych sytuacjach.

Wspólnie rozwiejemy **mity** związane z językiem migowym oraz osób z niepełnosprawnością słuchu.

### Kultura Głuchych

Uczestnicy i uczestniczki dowiedzą się również o bogatej kulturze osób Głuchych, zwyczajach i wyzwaniach, co pozwoli im lepiej zrozumieć ich społeczność.



### Świat Głuchoniewidomych

Oprócz tego, zdobędą wiedzę na temat świata osób głuchoniewidomych, ich potrzeb i sposobów komunikacji.

**Wszystko w swobodnej i integracyjnej atmosferze.**

### DLA KOGO?

Terapeutów zajęciowych, animatorów, pracowników DPS, kadry Klubów Seniora



**Czas trwania:**  
2h - 3h



**Liczebność grupy:**  
max 20-30 osób



**Szkolenie:**  
stacjonarne lub zdalne

# Wprowadzenie do dostępności

## PO CO, JAK I DLA KOGO TWORZYĆ DOSTĘPNĄ PRZESTRZEŃ

Podnieś swoją świadomość i rozwiń wiedzę w zakresie dostępności.

Podczas warsztatów uczestnicy i uczestniczki zapoznają się z różnymi rodzajami dostępności i dowiadują się dla jakich grup tworzy się dostępną przestrzeń.

Co obejmuje zakres tematyczny warsztatu?

- **uniwersalne projektowanie** i użyteczność poszczególnych rozwiązań w kontekście projektowania przestrzeni, towarów i usług,
- wybrane aspekty **dostępności**
  - **architektonicznej,**
  - **cyfrowej,**
  - **komunikacyjno-informacyjnej.**

W trakcie spotkania dążymy zrozumienia **różnych potrzeb** i wzbudzenia **empatii**.

Pokazujemy, że zagadnienie dostępności jest procesem, który krok po kroku zmierza ku stworzeniu przestrzeni przyjaznej dla wszystkich.



Na warsztatach kładziemy nacisk na maksimum praktyki stosując różnorodne narzędzia i ćwiczenia praktyczne.

### DLA KOGO?

Dla przedstawicieli i przedstawicielek instytucji, firm.



**Czas trwania:**  
2h - 4h



**Liczebność grupy:**  
optymalnie 15-20 osób



**Szkolenie:**  
stacjonarne lub zdalne

# Dostępne wydarzenie

## JAK JE ZAPLANOWAĆ I PRZYGOTOWAĆ?

### Zadbaj o dostępność i spraw, by Twoje wydarzenie było inkluzywne!

Podczas szkolenia uczestnicy i uczestniczki poznają kluczowe zasady organizowania dostępnych wydarzeń – od planowania, przez realizację, aż po zakończenie. Pokażemy, jak tworzyć przestrzeń, która uwzględni potrzeby różnych osób, nie tylko tych z niepełnosprawnością.

### NA CO KŁADZIEMY NACISK:

Jak dostosować wydarzenie pod kątem:

- dostępności informacyjno-komunikacyjnej (np. proste komunikaty, tłumaczenie PJM, napisy),
- dostępności architektonicznej (np. przestrzeń bez barier, oznaczenia),
- dostępności cyfrowej (np. treści online, transmisje).

W trakcie szkolenia rozwiewamy wątpliwości, pokazujemy najlepsze praktyki i zachęcamy do wdrażania rozwiązań dostępnych dla wszystkich.

**Stawiamy na praktykę** – interaktywne ćwiczenia, studia przypadków i symulacje pomogą Ci lepiej zrozumieć potrzeby uczestników wydarzeń.

Dostępne wydarzenie to nie tylko spełnienie wymogów prawnych, ale przede wszystkim budowanie wizerunku nowoczesnej i odpowiedzialnej instytucji, czy firmy, która nikogo nie wyklucza.



### DLA KOGO?

Dla przedstawicieli i przedstawicielek instytucji, firm, NGO.



**Czas trwania:**  
2h - 3h



**Liczebność grupy:**  
optimalnie 15-20 osób



**Szkolenie:**  
stacjonarne lub zdalne

# Postaw na wolontariat!

## W INSTYTUCJACH, FIRMACH I LOKALNYCH SPOŁECZNOŚCIACH

Rozwijaj mocne strony i integruj zespół wokół wspólnego celu

### Czego dowiedzą się uczestnicy i uczestniczki podczas warsztatów?

- czym jest wolontariat,
- na czym polegają zadania wolontariusza/wolontariuszki,
- jakie powinien/powinna posiadać cechy,
- jaki obowiązuje jego/ją kodeks etyczny.

Prezentujemy **dobre praktyki**, przeprowadzamy analizę przykładowych działań wolontariackich.

W części praktycznej warsztatu stosujemy burzę mózgów związaną z pomysłami uczestników i uczestniczek na **przyszłe inicjatywy społeczne**. Omawiamy metody ich wdrażanie i sposoby ich realizacji.

Przygotowujemy również koordynatorów i koordynatorki do zarządzania grupą wolontariacką, np.

- specjalistów ds. CSR w firmach,
- nauczycieli/nauczycielki odpowiedzialnych za szkolne kluby wolontariatu,
- przedstawicieli lokalnych społeczności.



Stosujemy różnorodne narzędzia aktywizujące grupę, m.in. nasze autorskie gry - wielkoformatową i planszową.

Charakter prowadzonych zajęć sprzyja **integracji grupy**, pozwala poznać różne **talenty**, cechy, umiejętności, **mocne strony**.

### DLA KOGO?

Dla przedstawicieli i przedstawicielek instytucji, firm.



**Czas trwania:**  
3h - 4h



**Liczebność:**  
optymalnie  
15-20 osób



**Szkolenie:**  
stacjonarne lub zdalne