

METODOLOŠKI PRIRUČNIK

INOVATIVNE METODE ZA OBRAZOVANJE ODRASLIH O KULTURNOM NASLJEĐU - AKTIVNOM STARENJU

HeiM HERITAGE IN MOTION

Sufinancirano sredstvima programa Europske unije Erasmus+

Universidad Pablo de Olavide

U3A REYKJAVÍK UNIVERSITY OF THE THIRD AGE

TOWARZYSTWO DEMOKRATYCZNE WSCHÓD

PUČKO OTVORENO UČILIŠTE ZAGREB

CC BY NC ND

KOORDINATOR

Marian Alesón Carbonell, STALNO SVEUČILIŠTE SVEUČILIŠTA ALICANTE (ŠPANJOLSKA)

www.heimheritage.eu

PRIJEVOD I RECENZIJA

- HRVATSKA: Ana Majurić, Goran Horvat, Vedran Tomšić i Dijana Bebek Miletić (Hrvatski, Engleski)
- ISLAND: Hans Kristján Guðmundsson, Ingibjörg Rannveig Guðlaugsdóttir i Sólveig Hulsdunk Georgsdóttir (Islandski, Engleski)
- POLJSKA: Izabela Kato I Tomasz Gąska (Poljski, Engleski)
- ŠPANJOLSKA: Marian Alesón Carbonell, Víctor Manuel Pina Medina i Paula Doncel Recas (Španjolski, Engleski)

AUTORI

- HRVATSKA: Tihomir Žiljak i Dijana Bebek Miletić
- ISLAND: Hans Kristján Guðmundsson i Ingibjörg Rannveig Guðlaugsdóttir
- POLJSKA: Małgorzata Stanowska
- ŠPANJOLSKA: Marian Alesón Carbonell, Paula Doncel Recas, Juan Tortosa Martínez i María del Rosario Navalón García

PROJEKTNI TIM

- HRVATSKA: Dijana Bebek Miletić, Višnja Vidmar, Goran Vidmar, Zvonimir Veber, Josipa Rodić, Katarina Tamhina, Branka Vranješević, Damir Benko, Ranka Kasik, Zdenka Brlek i Mirjana Hudina
- ISLAND: Ingibjörg Rannveig Guðlaugsdóttir, Hans Kristján Guðmundsson, Birna Bjarnadóttir, Dagrún Þórðardóttir, Jón Björnsson, Þór Jakobsson i Einar Skúlason
- POLJSKA: Aleksandra Kujawska, Małgorzata Stanowska, Dominika Korzeniowska, Barbara Tichy, Piotr Kociszewski, Tomasz Gąska, i Pavlo Polonchuk
- ŠPANJOLSKA: Marian Alesón Carbonell, Víctor Manuel Pina Medina, Paula Doncel Recas, Concepción Bru Ronda, Nuria Ruiz Armero, Gabriel González Delgado, Antonio López Blanes i Víctor Sarrión Cano

GRAFIČKO OBLIKOVANJE & PRIJELOM

- Víctor Sarrión Cano

https://www.facebook.com/ProjectHeiM

https://twitter.com/HeimProject

www.heimheritage.eu

Sufinancirano sredstvima programa Europske unije Erasmus+

Ova publikacije je dobila potporu Erasmus+ programa Europske komisije.

Ova publikacija izražava isključivo stajalište njenih autora i Komisija se ne može smatrati odgovornom prilikom uporabe informacija koje se u njoj nalaze

HeiM
METODOLOŠKI PRIRUČNIK



SAŽETAK

Omogućiti cjeloživotno obrazovanje starijim osobama putem kojeg oni i dalje imaju mogućosti biti aktivni članovi društva, postalo je prioritet u društvima koja stare. Današnje starije osobe, baš kao i svi ostali, žele bogat, aktivan i zdrav život, a to se istovremeno može pokazati značajnim i korisnim i za njih i za društvo. Starijim osobama to daje mogućnost da se nanovo izgrade s tim da oni moraju steći nove, važne vještine s kojima se do sada nisu susretali. HeiM Erasmus+ projekt predlaže metodologiju koja pruža mogućnost starijim osobama da uče o svome nasljeđu te podijele svoje znanje na međunarodnoj razini koristeći se pri tome stečenim jezičnim, digitalnim i profesionalnim vještinama. Izazov je bio dvojak jer je s jedne strane projekt trebao omogućiti starijim osobama da postanu dobri kulturni vodiči, a s druge strane poboljšati efektivne interpretativne strategije kako bi se krajnji rezultat mogao diseminirati. Metodologija je utemeljena ne prethodnim analizama potreba, konzultacijama s članovim ekspertne skupine, koordinacijom s predavačima, kolaborativnim istraživanjem te usmjeravanjem na digitalnu pismenost. Program HeiM je ocijenjen korištenjem metode triangulacije koja je uključivala upitnik, konzultacije s ekspertnom skupinom te konačnu ocjenu odbora za kvalitetu. Rezultati su pokazali da su primarni zadaci koji su zahtijevali digitalnu pismenost te produktivnost bili izvedivi uz adekvatnu pomoć, vođenje te suradnju čak i kada polaznici nisu motivirani budućim profesionalnim napredovanjem.

SADRŽAJ

UVOD **7**

- OBRAZLOŽENJE PROGRAMA 9
- PRIJEDLOG PROGRAMA ZA DOBRU PRAKSU 10

PARTNERI **13**

- STALNO SVEUČILIŠTE SVEUČILIŠTA ALICANTE – ŠPANJOLSKA 15
- U3A REYKJAVIK – ISLAND 16
- ZAKLADA DEMOKRATSKO DRUŠTVO ISTOK – POLJSKA 17
- PUČKO OTVORENO UČILIŠTE ZAGREB – HRVATSKA 18

INOVATIVNE METODOLOGIJE ZA TRENING STARIJIH ODRASLIH OSOBA **19**

- KOJI SU KRITERIJI ZA INOVACIJE U OBRAZOVANJU ODRASLIH? ODGOVARAJU LI METODE KORIŠTENE U PROJEKTU HeiM INOVACIJSKIM KRITERIJIMA?. 20
- INOVATIVNA METODOLOGIJA ZA ODRASLE POLAZNIKE 22
  - JESU LI TRADICIONALNE OBRAZOVNE METODE PRIKLADNE ZA STARIJE POLAZNIKE?. 23
  - OBRAZOVNA GERONTOLOGIJA, GERAGOGIJA I KRITIČKA GERAGOGIJA. 24
  - INOVATIVNA METODOLOGIJA HeiM PROJEKTA 26
- DIJELJENO NASLJEĐE: STARIJE OSOBE KAO TUMAČI NASLJEĐA 28
  - VRIJEDNOST KULTURNOG NASLJEĐA ZA DRUŠTVO 28
  - KULTURNO NASLJEĐE ZA SVE: PROMICANJE SUDJELOVANJA GRAĐANA 28
  - ZAJEDNIČKO NASLIJEĐE: EUROPSKO KULTURNO NASLIJEĐE, NJEZINA POVIJEST I ZAJEDNIČKE VRIJEDNOSTI ZA GRAĐANE 29
  - INTERPRETACIJA NASLIJEĐA: TEHNIČKA STRANA. 29
  - ULOGA STARIJIH OSOBA U INTERPRETACIJI: SOCIJALNA UKLJUČENOST I VOLONTIRANJE 30
- TJELESNA AKTIVNOST I NJEGOVE KORISTI ZA STARIJE OSOBE. 31

SADRŽAJ

HeiM PROJEKT - PRIMJER DOBRE PRAKSE ZA GERAGOŠKI TRENING I SOCIJALNO DJELOVANJE 33
- PRVI KORAK: PRETHODNO ISTRAŽIVANJE FOKUSIRANO NA ANALIZI POTREBA 34
  - DEFINICIJA KULTURNOG NASLIJEĐA: FOKUS GRUPA. 36
  - IZVORI KULTURNOG NASLIJEĐA ZA STARIJE OSOBE: MAPIRANJE 37
  - STARIJE OSOBE, NASLJEĐE, INSTRUMENTI I VJEŠTINE POTREBNE ZA INTERPRETIRANJE KULTURNOG NASLJEĐA: UPITNIK 38
- DRUGI KORAK: PROGRAM TRENINGA 42
- TREĆI KORAK: OSMIŠLJAVANJE RUTA. 46
  - STRUKTURA RUTE 46
  - KOJE IZVORE TREBA ODABRATI? 47
  - KOJU PORUKU ODAŠILJEMO? 48
  - KAKO ODAŠILJEMO PORUKU? 48

RUTE 53
- HRVATSKA 55
- ISLAND 79
- POLJSKA 103
- ŠPANJOLSKA 127

ZAKLJUČCI I PREPORUKE 155

DODATCI 159
- DODATAK 1 160
- DODATAK 2 166
- DODATAK 3 171

BIBLIOGRAFIJA 173



UVOD



UVOD

Ovaj e-priručnik predstavlja metodologiju koju su razvili partneri u Erasmus+ projektu “Baština u pokretu” (HeiM; *Heritage in Motion*), kako bi promovirali znanje o kulturnom nasljeđu na lokalnoj i europskoj razini – te samim time ojačali temeljne vrijednosti kulturnog nasljeđa, što je ključni element u razvoju europskog društva – među građanima Europe.

Predložene i implementirane inovativne metode za podučavanje starijih osoba ne vrednuju samo iskustvo i vještine ove skupine već uključuju konstruktivne i kognitivne metodologije: učenje u kontekstu, obrnuta učionica, projektna nastava te upotreba informacijsko-komunikacijskih tehnologija (IKT)-a, jer vjerujemo da otvoreno obrazovanje, baš kao i inovativne prakse karakteristične za digitalnu eru, moraju imati ključnu ulogu u današnjem društvu.

Nadalje, priručnik proširuje postupke aktivnog starenja izvan kognitivnih i intelektualnih radnji, dodatno nudeći prijedloge za poboljšanje tjelesne dobrobiti starijih osoba. Kroz prijedloge objašnjene u ovom Metodološkom priručniku, željeli bismo dati starijim odraslim osobama priliku da tijekom svog života nastave trenirati u okviru inovativnih praksi, omogućujući im da postanu aktivni dio društva kako bi se spriječilo njihovo isključivanje i favorizirala međugeneracijska kohezija.

Ovaj e-priručnik nije namijenjen samo obrazovnim institucijama, već i profesionalnim trenerima i odgajateljima uključenim u nastavu starijih, koji su spremni promovirati aktivno starenje i njihov interes za kulturno nasljeđe primjenom inovativnih metodologija i istraživanja timskog rada. Kao eksploatacijski i diseminacijski alat može se prenijeti i na organizacije izvan obrazovnog sektora koje su povezane s promicanjem baštine, što uključuje i volonterske organizacije.

Provedba akcija opisanih u vodiču pomoći će ne samo uključenim starijim osobama, već će pružiti i međugeneracijsku korist, jer može potaknuti starije odrasle osobe da aktivnim rutama podijele svoje priče, znanje i iskustvo društvom u cjelini.



UVOD

OBRAZLOŽENJE PROGRAMA

Broj starijih ljudi u svijetu raste kao nikada prije. Prema podacima Ujedinjenih naroda (2019.), jedan od šest stanovnika na svijetu do 2050. godine bit će stariji od 65 godina (jedan od jedanaest stanovnika 2019.), a broj starijih od 80 godina porast će na 426 milijuna (u usporedbi sa 139 milijuna u 2018).

U Europi će brojke biti još i veće: jedan od četiri stanovnika bit će stariji od 65 godina do 2050. Prema Eurostatu, očekuje se da će segment stanovništva starijeg od 65 godina, koji je početkom 2019. predstavljao 20,3% (90,5 milijuna) ukupnog stanovništva, do 2100. godine doseći 31,3% (130,2 milijuna) (Eurostat, 2020). Duži životni vijek znači da pojedinci neće imati stalno zaposlenje tijekom trećine svog života; provest će više godina u mirovini i uživat će u više slobodnog vremena (ostavljajući po strani neke obiteljske dužnosti). U većini slučajeva, barem u takozvanim razvijenim zemljama, bit će financijski osigurani, bez brige o velikim dugovima. Stoga će napokon, ako im to zdravstveno stanje dopusti, imati na raspolaganju vrijeme za organiziranje života kako bi mogli ostvariti osobne želje i snove.

Život nakon umirovljenja otvara razdoblje puno novih prilika za koje je potrebno biti spreman ako ga želimo maksimalno iskoristiti. Jednako kao što se mladi ljudi pripremaju za odraslu dob i profesionalni život, i stariji moraju preispitati na koji način bi željeli uložiti svoje vrijeme, znanje i trud. Većina njih želi ispunjen, aktivan i zdrav život koji istovremeno može biti smislen i koristan, kako za njihove obitelji, tako i za društvo kojem pripadaju. S novim mogućnostima i ciljevima starije odrasle osobe će se nanovo otkrivati, a za to će trebati svladati nova znanja i steći nove kompetencije s kojima se do sada nisu susretali. Su nove prilike i ciljevi dužni iziskivati potrebu za novim izumom, stariji odrasli učenici morat će steći dosad njima nepoznate kompetencije i znanja. U mjeri u kojoj su nove mogućnosti i ciljevi povezani s potrebom ponovnog pronalaženja, starije osobe kao učenici morat će steći dosad njima nepoznate kompetencije i znanja. Europski projekti i akcije poput projekta HeiM izričito nastoje pružiti starijim odraslima odgovarajući prostor za ispunjenje novih snova pomoću metodologije koja će im pomoći ne samo da nauče nove stvari, već i da se osnaže vještinama potrebnim za stvaranje i osmišljavanje vlastitih programa i inicijativa.



UVOD

Ovaj metodološki priručnik pokazuje da osposobljavanje starijih polaznika u inovativnom okruženju za učenje promiče učenje u smislene svrhe i na isti način osnažuje starije odrasle osobe da igraju aktivniju ulogu u društvu. Metodologija predložena u ovom priručniku odmiče se od tipičnih pedagoških i andragoških postavki kako bi se usredotočila na stvarne potrebe starijih odraslih polaznika, predlažući inovativan okvir zasnovan na Kritičnoj geragogiji (CGD) - za koji se zalaže Formosa (2011, 2019; 2020) – pri čemu se polaznika stavlja u središte procesa učenja, te omogućava da obrazovanje postane pravi alat za osnaživanje, oslobađanje i transformaciju. Ipak, za razliku od CGD-a, ovo posebno iskustvo ne traži krajnje revolucionarne i radikalne zaokrete u stavovima društva; posebno zato što takve promjene trebaju određenu političku agendu koja je izvan dosega ovog Metodološkog priručnika. U svakom slučaju, čini se da pojedinačne prakse ionako ne daju očekivane rezultate za osobe koje se bave CGD-om (usp. Formosa i Galea, 2020). Umjesto toga, naš prijedlog teži postizanju izvedivih ishoda koji utječu na društvo u kojem se program provodi, a istovremeno nastoji učvrstiti pozitivnu sliku starijih ljudi kao relevantnih društvenih agenata.

PRIJEDLOG PROGRAMA ZA DOBRU PRAKSU

Model dobre prakse formuliran u ovom Metodološkom priručniku trebao bi poslužiti kao referenca za provedbu kritičnih obrazovnih praksi u obrazovanju starijih odraslih na temelju dolje navedenih ključnih načela:

- obrazovni programi moraju biti smisleni za starije osobe;
- učenje i stjecanje vještina moraju biti svrhoviti;
- potrebni su programi koji starijim odraslima omogućavaju učinkovito sudjelovanje u društvenom životu;
- starijim osobama mora se pružiti šansa da preobraze i poboljšaju vlastiti život;
- treba pronaći načine kako osigurati pozitivne učinke na društvo; i
- rezultati se moraju usredotočiti na pomaganje u podizanju svijesti o važnosti starijih osoba u društvu.



UVOD

U slučaju HeiM projekta, prvi se korak sastojao u odabiru teme koja bi mogla biti interesantna, ujedno i relevantna za ljude starije od 50 godina. Analiza prethodnih istraživačkih radova o interesima starijih osoba (Bru & Alesón-Carbonell, 2017.; Bru Ronda, Alesón-Carbonell i Pina Medina, 2016.; Guðjónsdóttir i sur., 2016.) dovela nas je do postavljanja baštine, točnije kreiranja ruta baština, kao središnje tema ovog projekta. Cilj je bio razviti obrazovni program koji bi starijim odraslima mogao pomoći da nauče o:

- resursima baštine dostupnim na njihovom području;
- važnosti baštine kao dio zajedničkog europskog identiteta;
- važnosti aktivnog starenja;
- pogodnostima tjelesne aktivnosti za zdravo starenje;
- korištenju IKT-a i
- korisnosti engleskog jezika kao medijacije i komunikacijskog sredstva u međunarodnim okvirima.

Nakon što su polaznici naučili, razvili ili poboljšali svoje prethodne vještine i znanja, obrazovni program nastavio je korak dalje kako bi cijeli proces stekao socijalnu i transformacijsku dimenziju, slijedeći vigotski i konstruktivan pristup učenju (Fleer, 2016). Za razliku od tradicionalne pedagogije, gdje obrazovanje završava procjenom stečenih znanja ili vještina, projekt HeiM omogućio je polaznicima da prijeđu tu točku, i svoje učenje primijene u praksi u dinamici koja im omogućuje:

- postati kulturnim akterima koji su sposobni učinkovito promicati kulturno nasljeđe;
- djelovati kao kulturni vodiči koji mogu točno procijeniti važnost mjesta baštine za starije posjetitelje;
- njegovati zdrave aktivnosti među vršnjacima;
- poticati zdrave i sigurne načine posjećivanja mjesta kulturnog nasljeđa;
- pružiti turističkim profesionalcima alat za promicanje putova kulturnog nasljeđa usmjerenih na odrasle.



UVOD

Posljednji korak programa predstavljao je ključ za stvaranje preobražavajućeg iskustva, jer se program ne fokusira samo na učenje i stjecanje vještina, već također pruža prostor za razvoj novih kompetencija, kao i za procjenu i preusmjeravanje učenja ako je potrebno. Krajnji cilj - dizajn aktivnih putova baštine u ovom konkretnom slučaju - uspješno je postignut.

Erasmus+ projekt HeiM također je pružio priliku za rad u multinacionalnom i višejezičnom okruženju koje je omogućilo prekogranično širenje, ne samo naslijeđa svake partnerske zemlje, već i inovativnih praksi učenja, i potrebe za radom na prepoznavanju vrijednosti starijih osoba u europskom društvo. Oboje, dizajnirana metodologija i proizvodi stvoreni od starijih polaznika, se može lako prenijeti u druge zemlje i obrazovne postavke (eng. educational settings), dodatno pružajući prikladne uvjete za smisleno transformativno učenje (eng. transformative learning).

Nakon početnog raspravljanja o teorijskim implikacijama predložene inovativne metodologije, Metodološki priručnik nastavit će objašnjavati važnost glavnih tema koje se u projektu HeiM obrađuju - baština i aktivno starenje - za starije osobe. U konačnici, pažnja će se posvetiti i provedbenim aspektima, kao i rezultatima koje su postigle sve četiri partnerske institucije.





PARTNERI

PARTNERI

STALNO SVEUČILIŠTE SVEUČILIŠTA ALICANTE
ŠPANJOLSKA

Kontakt: Marian Alesón Carbonell
upua.internacional@ua.es
web.ua.es/en/upua/

U3A REYKJAVIK
ISLAND

Kontakt: Ingibjörg Rannveig Guðlaugsdóttir
ingibjorg.rannveig@gmail.com
www.u3a.is

ZAKLADA DEMOKRATSKO DRUŠTVO ISTOK
POLJSKA

Kontakt: Aleksandra Kujawska
akujawska@tdw.org.pl
www.tdw.org.pl

PUČKO OTVORENO UČILIŠTE ZAGREB
HRVATSKA

Kontakt: Vedran Tomšić
vedran.tomsic@pou.hr
www.pou.hr



ŠPANJOLSKA

STALNO SVEUČILIŠTE SVEUČILIŠTA ALICANTE

Stalno sveučilište Sveučilišta u Alicanteu (UPUA, inicijali na španjolskom jeziku), voditelj projekta, znanstveni je, kulturni i društveni program razvijen od strane Sveučilišta Alicante, čiji je cilj promicanje, ne samo znanosti i kulture, već i međugeneracijskih odnosa, s ciljem poboljšanja kvalitete života starijih generacija i poticanja njihovog aktivnog sudjelovanja u dinamičnim društvenim aktivnostima i aktivnostima temeljenim na zajednici u čitavoj provinciji Alicante, smještenoj na jugoistočnoj obali Iberijskog poluotoka, pripadajući autonomnoj regiji Valencije.

Stalno sveučilište, svečano otvoreno 1999. godine, s oko 1500 studenata raspoređenih na dvije sveučilišne lokacije, nudi program od 174 različita predmeta koji se, između ostalih značajki, ističu velikom dinamikom i aktivnim sudjelovanjem upisanih polaznika, uključujući i bivše polaznike.

Formalni akademski program dopunjen je širokim spektrom aktivnosti koje se izvode u suradnji s Uredom zamjenika prorektora studija za planiranje i osposobljavanje, što uključuje seminare i radionice, predavanja i izvannastavne aktivnosti, uz sudjelovanje u nacionalnim i međunarodnim projektima. Upravo u potonjem kontekstu UPUA akumulira široko iskustvo, jer neprekidno, od 2002. godine, sudjeluje u europskim projektima povezanim s novim tehnologijama, aktivnim starenjem i poboljšanjem kvalitete života, zdravljem, metodologijama učenja, kulturnim integracijama, nasljeđem i jezičnim razmjenama, analizama i procjenama sveučilišnih programa za starije i treniranje kao što su EuCoNet, EDUSENNET, ELiLL, SENIOR, EHLE, Lifestyles Revisited, LICO, PPS, BALL i TICTac + 55, da navedemo samo neke.

Štoviše, volonterske akcije koje su razvili studenti UPUA-e uz našu podršku stalni su izvor inspiracije. Zapravo, projekt HeiM potječe od projekta koji nosi ime Peripatéticos [*eng. Peripatetics; nap.prev.: peripat – trijem licejske gimnazije u Ateni u kojem je poučavao Aristotel, odatle i dolazi naziv peripatetici – peripatetička škola – za pristaše aristotelovske filozofije, naziv koji se posebno razgraničuje od Platonove Akademije - akademici*], i klub je njihovih najstarijih polaznika koji se svaki tjedan sastaju kako bi napravili zdravu šetnju oko Alicantea dok pokušavaju otkriti i razgovarati o zanimljivom kulturnom nasljeđu i kulturnim aspektima grada Alicantea i okolice. Glavni cilj ovog kluba je poticanje tjelesne aktivnosti, razvijanje kulturnih interesa kod starijih osoba, promicanje društvenih odnosa i borba protiv samoće.

ISLAND

U3A REYKJAVIK

U3A [Sveučilište za treću životnu dob] Reykjavik je udruga osoba starijih od 50 godina koji žele nastaviti učiti i dijeliti svoje znanje s drugima. Osnovano 2012. godine, bilo je prvo udruženje U3A (Sveučilište za treću životnu dob) na Islandu, nakon čega je uslijedila U3A Sudurnes 2016. godine. U3A Reykjavik pripada međunarodnom pokretu sveučilišta treće dobi kao članica AIUTA-e (Međunarodnog udruženja sveučilišta treće životne doba). Ovaj pokret, usredotočen na cjeloživotno učenje, pokazao je svoju važnost za poboljšanje kvalitete života starijih osoba, što se u konačnici postiže pružanjem obrazovanja i promicanjem aktivnog starenja.

U3A Reykjavik bio je promotor i jedan od partnera u Erasmus+ projektu „BALL“ (eng. „Be Active through Lifelong Learning“, hrv. „Budi aktivan kroz cjeloživotno učenje“), uspješno završenog 2016. godine nakon predstavljanja smjernica i preporuka kako se uspješno pripremiti za dolazak treće životne dobi. Knjiga „Towards a Dynamic Third Age“ (hrv. Prema dinamičnom trećem dobu) uspješno je promovirana širom svijeta, dobivajući veliko priznanje. Projekt „BALL“ osvojio je nagradu za kvalitetu Erasmus+ u obrazovanju odraslih na Islandu u studenom 2017. godine. Sljedeći projekt “Catch the BALL", također podržan od strane Erasmus+ programa, nastavio je daljnji razvoj i provedbu najvažnijih preporuka BALL-a. Ovaj drugi projekt završio se sredinom 2018. godine otvaranjem web portala "Warehouse of Opportunities for the Third Age" (hrv. "Skladište mogućnosti za treću dob"), koje je bilo jedno od važnijih ishoda projekta. Razvoj portala vodio je U3A Reykjavik, koje je preuzelo rad na islandskoj i europskoj verziji portala. Međunarodni odbor koji je ocjenjivao projekt izrazio je značajne pohvale portalu, a 2018. godine portal je odabran za finalista na natjecanju „Silver Eco and Aging Well“.

Islandska kulturna baština česta je tema aktivnosti U3A Reykjavik koja se provode kroz predavanja, studijska putovanja i ture koje su omogućile opis višestrane povijesti Islanda, od prvih naselja i srednjeg vijeka, do novijeg doba. Veze koje druge zemlje imaju s islandskom baštinom također su obrađene u okviru ovih inicijativa, kojima se moraju dodati neke studije i predavanja o Reykjaviku i njegovim arheološkim nalazištima. To pruža dokaze da je U3A Reykjavik aktivno promovirao znanje i vrijednost kulturnog nasljeđa na svom programu za treću dob.

POLJSKA

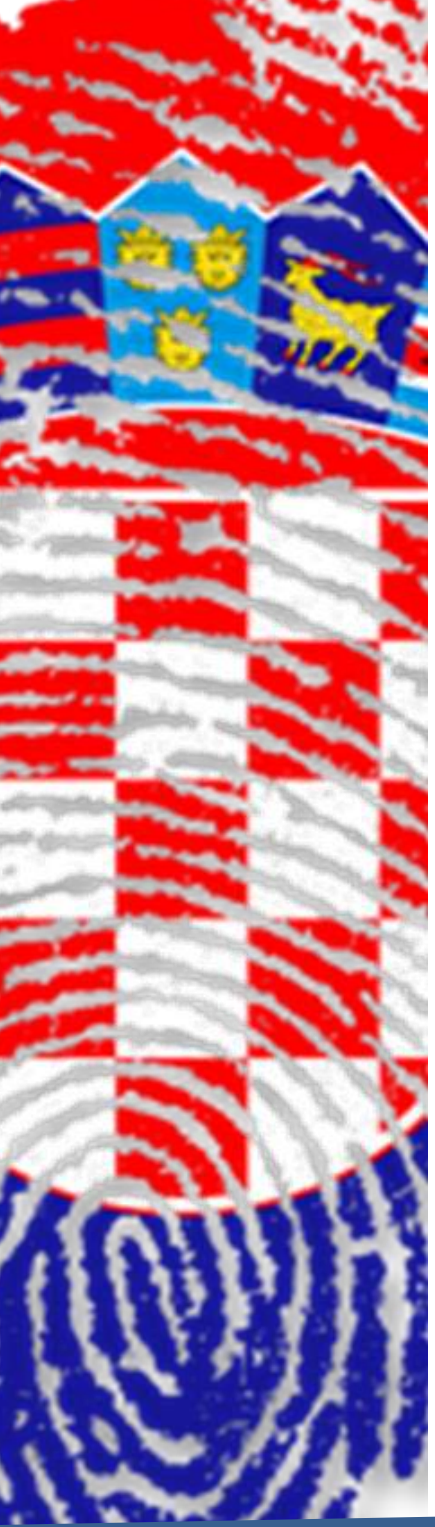
ZAKLADA DEMOKRATSKO DRUŠTVO ISTOK

Zaklada Demokratsko društvo Istok (DSE) javna je poljska institucija koja je svoja vrata otvorila u jesen 2002. Njezin glavni cilj sastoji se u istraživanju i promicanju projekata usmjerenih na jačanje civilnog društva u zemljama u procesu transformacije. Od samog početka, Zaklada se bori za razvoj i provedbu inicijativa usmjerenih na obranu demokracije i civilnog društva, istodobno pružajući podršku lokalnim zajednicama. Mnoge od ovih inicijativa na kraju postaju istraživački i razvojni projekti koje Zaklada provodi.

Unutar ovog pravca djelovanja, rad s ovom specifičnom skupinom starijih osoba dobiva posebnu važnost, jer su to osobe kojima prijeti socijalna isključenost, usko su povezani s njihovim lokalnim kontekstom i predstavljaju kamen temeljac poljskog društva, posebno uzimajući u obzir progresivno starenje stanovništva. U tom smislu, Zaklada se od 2007. godine bavi socijalnim segmentom starijih osoba u Varšavi i vodi Otvoreno sveučilište za treću životnu dob čiji se glavni cilj sastoji u pružanju visokokvalitetnog akademskog i kulturnog obrazovanja.

Zaklada pripadnicima ove skupine stanovništva na raspolaganje stavlja širok spektar tečajeva osposobljavanja, kulturnih aktivnosti, programa povezanih sa zdravljem i tjelesnom aktivnošću, posjeta povezanih s nasljeđem i putovanja posebno prilagođenih potrebama i interesima starijih osoba. Takve se aktivnosti organiziraju svake akademske godine u okviru programa obuke koji uključuje aktivnosti u Poljskoj i u inozemstvu.

Nadalje, organizacija je snažno posvećena pitanjima vezanim uz baštinu i promociju kulture. Zapravo se ove teme ističu kao bitan dio programa osposobljavanja koje nudi Otvoreno učilište za treću životnu dob, a također i kao jedna od glavnih točaka interesa polaznika, stoga će ovaj projekt izravno koristiti studentima i predavačima. Zaklada DSE pruža iskustvo u pripremi turističkih posjeta mjestima od interesa za baštinu, što zauzvrat može poslužiti kao osnova za dizajn aktivnih putova baštine. Isto tako, omogućava učinkovit sustav za širenje i iskorištavanje rezultata i intelektualnih proizvoda putem nacionalne i međunarodne kontaktne mreže (s drugim istočnoeuropskim zemljama).

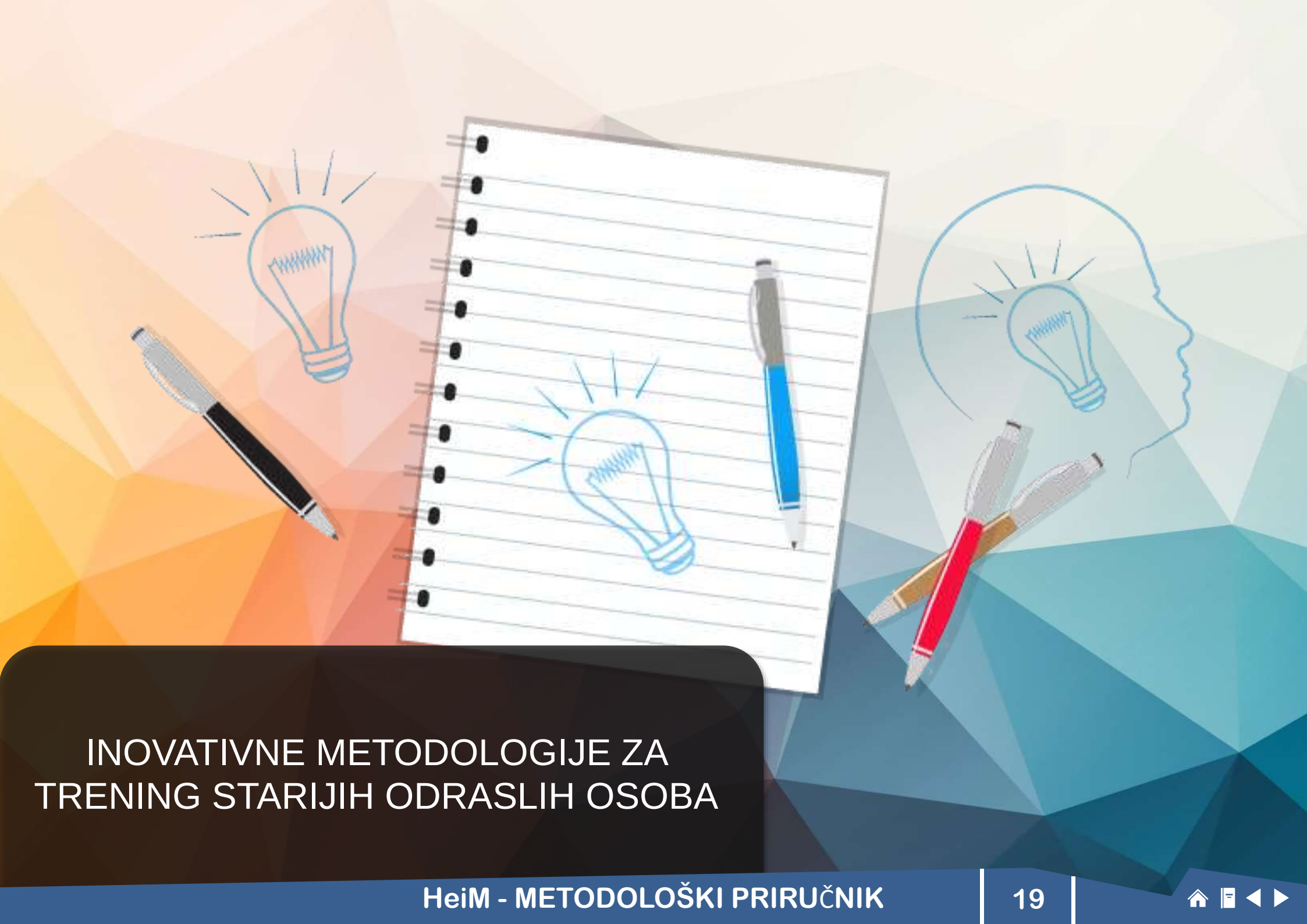


Pučko otvoreno učilište Zagreb (POUZ) najveća je neprofitna institucija posvećena obrazovanju odraslih osoba u Hrvatskoj. Njegova povijest seže u 1907. godinu, kada je osnovano kao sveučilišno proširenje. Njegov se cilj zadovoljenja obrazovnih potreba odraslih kontinuirano provodi više od 100 godina, a njegov osnivač je Grad Zagreb.

Sveučilište za treću životnu dob (U3A), odjel je Pučkog otvorenog sveučilišta Zagreb (POUZ), i nudi obrazovne programe za osobe treće životne dobi, starije od 55 godina, kontinuirano od školske godine 1992./93., kao rezultat suradnje POUZ-a i Filozofskog fakulteta u Zagrebu. Programi pokrivaju širok spektar konferencija, predavanja i radionica namijenjenih starijim osobama sa temama kao što su neformalno učenje stranih jezika, računalnih vještina, povijesti, slikarstva, povijesti umjetnosti ili zdravstva, a to zajedno. Zajedno s mogućnošću odabira vrste i razine znanja koje sudionici žele poboljšati, daje programu dodanu vrijednost u obrazovnom smislu.

Programi se odvijaju tijekom zimskog semestra, proljetnog semestra i u kontekstu ljetne škole (lipanj). Predavanja se održavaju jednom tjedno, s ukupnim trajanjem od 60 sati godišnje. Oko 900 polaznika svake se godine prijavi za programe U3A. Uz predavanja, U3A nudi i široku paletu izvannastavnih aktivnosti, uključujući filmski klub, muzeje i galerije ili otvorena predavanja. Vrijedno je naglasiti da se u nastavi uvijek poštuju načela otvorenih skupina, kao i jednakost polaznika i predavača, što polaznicima omogućava da u programe uključuju vlastito znanje i osobno iskustvo, čime postaju inovatori u metodologiji za podučavanje osoba treće životne dobi.

U3A također izdaje digitalni bilten pod nazivom Treća Mladost (eng. Third Youth) i sudjeluje u brojnim europskim (Erasmus+ i ESF – European Social Fund) projektima. U3A je član IAUTA-e (Međunarodne asocijacije sveučilišta treće životne dobi), a također pripada međunarodnoj udruzi DANET (eng. Danube Networkers for Europe, hrv. Dunavski umrežitelji za Europu).



INOVATIVNE METODOLOGIJE ZA TRENING STARIJIH ODRASLIH OSOBA



INOVATIVNE METODOLOGIJE ZA TRENING STARIJIH ODRASLIH OSOBA

Inovativne tehnike za osposobljavanje starijih odraslih osoba provest će se s dvostrukim ciljem: s jedne strane, potaknut će se treneri na korištenje inovativnih alata, a sa druge strane, osposobljavat će se starije osobe za nove vještine. Inovativne prakse postojećoj praksi trebaju dodati novu perspektivu, promjenu. Stoga je prvo važno prepoznati što podrazumijevamo pod inovacijama i kako to možemo uključiti te provjeriti jesu li predložene aktivnosti osposobljavanja i učenja uistinu inovativne. Ovaj odjeljak Metodološkog priručnika služi za sugeriranje skupa kriterija koji mogu voditi nastavnike pri određivanju opsega i karakteristika svake predložene inovacije. Drugo, opisat ćemo kako su se takvi kriteriji posebno primijenili u HeiM projektu s ciljem pružanja inovativnog programa učenja za starije osobe koji njeguje aktivno starenje i učinkovito socijalno sudjelovanje.

KOJI SU KRITERIJI ZA INOVACIJE U OBRAZOVANJU ODRASLIH? ODGOVARAJU LI METODE KORIŠTENE U PROJEKTU HeiM INOVACIJSKIM KRITERIJIMA?

Tihomir Žiljak (voditelj Odjela za razvoj, cjeloživotno učenje i EU projekte Pučkog otvorenog učilišta Zagreb)

Inovacije u obrazovanju povezane su s izmjenom standardnih praksi i uvođenjem novih načina rada koji se razlikuju od prethodnih. Osim što mijenja način rada, ugrađuje se i novi pristup problemima učenja. Prema pristupu koji se slijedio u projektu HeiM, ovaj je proces povezan s učenjem u kasnijem životu - viđenim kao dio cjeloživotnog učenja. Pasi Sahlberg (2009., str. 58.) naglašava važnost inovacija kada je riječ o stvaranju novih obrazaca rada u procesu cjeloživotnog učenja: „Potreba za integriranjem kreativnosti i inovacija u cjeloživotno učenje zahtijeva preoblikovanje kurikuluma za učenje odraslih, tako da oni koji uče postanu samopouzdani pojedinci i aktivni građani sposobni stvarati nove ideje u svojim zajednicama i društvima“[1]. Takve inovacije mogu nastati samo kao kolektivni i koordinirani napor profesionalaca i učenika uključenih u obrazovni proces. Oni uvode neke inovacije koje mijenjaju praksu, preoblikuju organizaciju, uključuju nove tehnologije ili preuređuju već postojeće elemente. Inovacije i učenje također dodaju nove

1. "The need to integrate creativity and innovation into lifelong learning requires adult learning curricula to be reshaped, so that learners become confident individuals and active citizens capable of creating new ideas in their communities and societies"



vrijednosti. Stoga je provedba cjeloživotnog učenja važna jer svi sudionici trebaju daljnje i trajno učenje kako bi se inovacije ostvarile.

Uz gore navedeno, inovacije mogu ne samo pružiti nova rješenja ili ukloniti tradicionalne barijere, već i otvoriti nove mogućnosti za poboljšanje nastave, tako da će proces učenja omogućiti obrazovnom sustavu da se prilagodi novim načinima kojima učenici uče (Redding, Twyman i Murphy , 2013).

Prema Brooksu, C., Gyorkeu, A. i Morrilu (2013.), vrsta inovacije koja je korisna i vrijedna podrške trebala bi uključivati:

- kreativnost (npr. prepoznaje li inovacija novi problem koji treba riješiti ili novi pristup rješavanju starijeg problema?);
- korisnost (npr. u kojoj je mjeri predloženo rješenje prilagođeno prirodi problema?);
- djelotvornost (npr. koji dokazi postoje koji sugeriraju da će pristup funkcionirati?);
- izvedivost (npr. koji je predviđeni životni ciklus projekta i kako izgleda održivost?);
- upravljanje rizikom (npr. kako prijedlog rješava pitanja vezana uz neizvjesnost?); i
- otpor (npr. koliko će lako biti prihvaćena i/ili usvojena predložena praksa ili rješenje?)

Svi su ovi inovacijski kriteriji zadovoljeni u pripremi i provedbi HeiM projekta, koji podrazumijeva promjenu tradicionalnog načina predavanja na sveučilištima treće životne dobi temeljem nastave i tjednih predavanja. Aktivnost, vrijednost kulturnog nasljeđa i uporaba novih tehnologija sada su povezani u terenskom radu, što zauzvrat rješava problem fizičke pokretljivosti starijih odraslih osoba, pogoduje očuvanju kulturnog nasljeđa i olakšava istraživanje drugih kultura. Dakle, novi oblici rada dolaze u obzir, dodaju se nove vrijednosti, nove tehnologije postaju poznate i obrasci rada se zajednički usvajaju, što sve jača vrijednost kreativnog učenja. Uključeni ljudi aktivni su sudionici, kao i sukreatori programa, a također uče kako ove inovacije mogu zadovoljiti korisnost, izvedivost i otpornost. Projekt omogućuje studentima pružanje svježih rješenja (kreativno učenje o kulturnoj baštini i aktivno starenje), zajedno s novim putovima i tehnologijama putem kojih studenti mogu inovativno učiti (kreativno pisanje na Wikiloc©).



U svakom slučaju, ovaj projekt uvodi inovacije povezane s održivim i primjenjivim promjenama u načinu rada Sveučilišta treće životne dobi i sličnih institucija.

INOVATIVNA METODOLOGIJA ZA ODRASLE POLAZNIKE

Marián Alesón-Carbonell (Viši predavač engleskog jezika na Sveučilištu Alicante)

Sveučilišta treće životne dobi (U3A), sveučilišni programi starijih odraslih (OAUP) i druge usporedive institucije imaju za misiju „doprinijeti produljenju životnog vijeka pružanjem intelektualnih i fizičkih uvjeta za aktivno starenje“[2] (AIUTA, 2014). U svojim programima te institucije ne samo da rade na „kulturnom i društvenom napretku starijih osoba“[3], već se i bore protiv tipično dodijeljenih stereotipa koji prikazuju negativnu sliku starijih odraslih. Ovaj se segment stanovništva smatra „ljubaznim, zahvalnim ili toplim, ali ne baš kompetentnim, inteligentnim ili učinkovitim“[4] (Fernández-Ballesteros, Olmos, Pérez-Ortiz i Sánchez-Izquierdo, 2020, str. 2). Stoga postoji jasna potreba za podizanjem društvene svijesti o mirovini i vrijednostima treće dobi, jer će te godine nakon umirovljenja "vjerojatno postati, zahvaljujući povećanom očekivanom životnom vijeku, trećim dijelom njihovog života“[5] (Bru & Alesón-Carbonell, 2017., str. 41).

Obrazovanje je jedno od najkorisnijih alata u borbi protiv nejednakosti i klišeja. S jedne strane, obrazovanje to čini obrazujući starije osobe s ciljem da pokažu društvu da nisu suvišni, već aktivni i produktivni članovi društva; a s druge strane osvještavanjem društva u potpunosti o kapitalu i rezultatima izravno povezanim s aktivnostima koje poduzimaju starije osobe. Ovaj poseban kontekst zahtijeva obrazovnu metodologiju koja nadilazi tradicionalnu pedagogiju ili čak andragogiju. U današnje vrijeme odrasli polaznici moraju biti sposobni „prepoznati, propitivati i razmišljati o svojoj socijalnoj situaciji; osjećati se osnaženo; i transformirati ovu situaciju na bolje“[6] (Ramírez Gómez, 2016., str. 142). Na temelju toga, aktivno starenje definira Svjetska zdravstvena organizacija (WHO, 2002., str. 12, 2015., str. 248) kao

2. “Contribute to lengthening life expectancy by providing the intellectual and physical conditions for active ageing”.
3. “Cultural and social advancement of seniors”.
4. “Kind, thankful or warm, but not very competent, intelligent or efficient”.
5. “Are likely to become, thanks to increased life expectancy, a third part of their lives”.
6. “To identify, question, and reflect on their social situation; to feel empowered; and to transform this situation for the better”.



„postupak“ optimiziranja prilika […] kako bi se poboljšala kvaliteta života kako ljudi stare“[7]. Ovaj proces "optimiziranja prilika“[8] ne događa se prirodno kada starimo; kontekst, ciljevi, snage i vještine potrebne za prilagodbu ovoj velikoj promjeni potpuno su različiti od svega što je osoba prije doživjela; dakle to je temeljna uloga koju mora imati obrazovanje i osposobljavanje u ovom ključnom razdoblju u našem životu (Bru & Alesón-Carbonell, 2017).

Jesu li tradicionalne obrazovne metode prikladne za starije polaznike?

Jedan od problema koji se najčešće identificira u obrazovanju starijih odraslih leži u činjenici da tradicionalne obrazovne metode nisu bile primjerene ili nisu dale očekivane rezultate. Glavni razlog tog neuspjeha je njihov isključivi naglasak na pokušaju prevladavanja poteškoća u učenju starijih polaznika (npr. zadržavanje memorije, tjelesna oštećenja, raspon pozornosti ...), a ne na razvoju povoljnih scenarija učenja za te polaznike. Osim toga, nije izgledalo lako prilagoditi te tradicionalne metode zahtjevima učenja starijih odraslih. Što je najvažnije, konvencionalna pedagogija kreće se oko razvoja specifičnih sposobnosti i vještina koje će mladim studentima trebati da bi se nosili sa zahtjevima odraslog života. I, očito, takvi se ciljevi ne podudaraju s potrebama i okolnostima starijih polaznika; stoga se čini da je potrebna nova paradigma za obrazovanje starijih osoba.

Disciplina andragogije - čije je ime smislilo Alexander Kapp 1833. godine (O'Toole & Essex, 2012.) i koja nije stekla priznanje dok Malcolm Knowles nije objavio svoja djela 1970.-ih i 1980.-ih, značila je veliku inovaciju u tradicionalnim koncepcijama pedagogije. Stavljajući naglasak na obrazovanje odraslih polaznika, obranila je tezu da je neophodno razmišljati o kontekstu polaznika i tražiti druge metodologije koje odgovaraju njihovim potrebama i ciljevima. U andragogiji postoji zajedničko razumijevanje činjenica da odrasli polaznici trebaju drugačiju vrstu pedagogije (Chen, 2013; Foote, 2015; Gibbons & Wentworth, 2001; Hill, 2000; Holton, Wilson, & Bates, 2009; Ozuah & Predsjedavajući, 2005.). Ova se nova paradigma

7. “A process of “optimising opportunities […] in order to enhance quality of life as people age”.
8. “Optimising opportunities”.



usredotočila na odrasle koji trebaju unaprijediti prethodno znanje, poboljšati svoje vještine ili nove kompetencije kako bi se mogli prilagoditi tržištu rada koje se stalno mijenja. Široko govoreći, andragogija predlaže da okvir učenja za odrasle treba biti usmjeren, usredotočen na zadatke rješavanja problema, izgrađen na prethodnom iskustvu, usmjeren na neposrednu primjenu, usmjeren prema potrebi i intrinzično motiviran.

Obrazovna gerontologija, geragogija i kritička geragogija

Iako je andragogija za odrasle značila dobrodošlu inovaciju u usporedbi s tradicionalnom pedagogijom, ipak nije uspjela pokriti posebne interese starijih polaznika, kojima nedostaje jedno od osnovnih obilježja andragogije, tj. hitna potreba za znanjem. Velika većina polaznika prijavljenih u programe U3A već je zatvorila svoj aktivni radni vijek i stoga njihova motivacija za učenjem ne dolazi iz hitnosti zahtjeva povezanih s radnim okruženjem, već iz njihove unutarnje želje da ostanu aktivni, obogaćujući svoj život i doprinoseći društvu u kojem žive. U programe cjeloživotnog učenja upisuju se iz nekoliko razloga kako bi:

- proširili svoje znanje;
- poboljšali svoje vještine;
- družili se;
- stekli nove kompetencije i vještine;
- prilagodili se našem svijetu koji se stalno mijenja;
- prilagodili se novoj sociokulturnoj i socioekonomskoj stvarnosti;
- učili radi učenja (ono što nisu imali priliku naučiti u mlađoj dobi);
- poboljšali kvalitetu života;
- aktivno sudjelovali u dinamičnim, društvenim i aktivnostima utemeljenim u zajednici;
- ostali društveno aktivni, i
- osnažili se kao socijalni akteri.



Gore navedene težnje rađaju novi scenarij učenja s neviđenim specifičnim zahtjevima i izazovima. Obrazovna gerontologija, koja se pojavila 1970.-ih, a kasnije je 1990.-ih postala definirana kao „učenje starijih osoba“ - za razliku od gerontološkog obrazovanja (gerontologija usmjerena na nastavu), učvrstila se kao teorijski okvir za podučavanje i učenje starijih odraslih tijekom protekla dva desetljeća (Formosa, 2019).

Obrazovna gerontologija, koja se u skladu s tim može predstaviti kao „integracija institucija i procesa obrazovanja koji se bave znanjem o starenju čovjeka i potrebama starijih osoba“[9], krovni je pojam koji također obuhvaća: (a) učenje starijih osoba, koje se odnosi na stvarnu praksu učenja starijih osoba i poboljšanja njihovog znanja; i (b) geragogiju, koja se usredotočuje na „upravljanje strategijama poučavanja i učenja“[10] za starije osobe i namjerava biti nova obrazovna teorija (Formosa, 2012., str. 38).

Geragogija nekako zauzima nišu koju pedagogija ima u odnosu na mlade učenike ili onu koja odgovara andragogiji u slučaju odraslih polaznika. Ova obrazovna teorija pokušava naglasiti kako se poučavatelji i metodologije moraju prilagoditi kontekstu starijih polaznika. Zapravo, suočavajući se s obrazovnim miljeom usredotočenim na segment stanovništva koji je tradicionalno zanemaren kada je riječ o učenju ili drugim društvenim aktivnostima, jer je njihov produktivni život već završio, geragogija je osjetila potrebu usvojiti kritičku perspektivu. Kritična gerontologija zauzima "reflektirajuće stajalište pri kojem se glasovima polaznika i voditelja daje prilika da razmisle o prikladnosti sadržaja, strategija i socijalnog i političkog konteksta učenja u kasnijem životu“[11]. Za neke autore ova kritična agencija postaje presudna, pa čak i "obavezna“[12] u postavkama učenja starijih odraslih (vidi, između ostalog, Creech & Hallam, 2015; Formosa, 2011; Formosa & Galea, 2020; Ramírez Gómez, 2016). Problem s tako strogom kritičkom agendom je taj što prakse učenja obično ne dovršavaju kritički krug i vrlo je teško postići cjelovite transformacijske prakse koje čine razliku u životu starijih učenika (Formosa, 2012.; Formosa & Galea, 2020).

9. “The integration of the institutions and processes of education concerned with the knowledge of human ageing and the needs of older people”.
10. “The management of teaching and learning strategies”.
11. “A reflective stance whereby the voices of learners and facilitators are given an opportunity to reflect on the appropriateness of the content, strategies, and social and political contexts of learning in later life”.
12. “Must”.



Inovativna metodologija HeiM projekta

Metodologija isprobana u projektu HeiM slijedi načela geragogije u smislu da je to trening program posebno koncipiran za poboljšanje znanja i vještina starijih odraslih koji također uključuje kritički stav, ukoliko pokušava zadovoljiti potrebe kao što su: demokratizacija znanja, socijalna integracija i sudjelovanje, stvaranje prilika i osnaživanje starijih osoba.

Njihovo osnaživanje zapravo će omogućiti starijim polaznicima da postanu aktivni akteri sposobni stvarati i dizajnirati atraktivne proizvode ili obavljati korisne zadatke u korist društva primjenjujući u praksi stečene vještine i znanja. Takav pristup možda neće postići očekivane, potpuno transformativne rezultate koje promiče *kritična geragogija* (Formosa i Galea, 2020), ali će definitivno imati značajan utjecaj na njihovu zajednicu. Iako projekt HeiM ne slijedi striktno političku agendu *kritične geragogije*, barem održava svoj "ključni cilj", tj. osigurava da ovaj segment stanovništva utječe na društvo kojem pripadaju (Formosa & Galea, 2020, str. 62).

Predložena metodologija trebala bi pomoći u osmišljavanju učinkovitih tečajeva osposobljavanja koji pružaju prostor za društveno djelovanje gdje proces učenja mora zajamčiti sljedeće prijenose (Alesón-Carbonell, 2015):

- od PASIVNOSTI DO AKTIVNOSTI I INTERAKTIVNOSTI;
- od NISKO SLOŽENIH DO VISOKO SLOŽENIH ZADATAKA;
- od SPECIFIČNOG DO TRANSFORMATIVNOG UČENJA; i
- od IZOLACIJE DO SOCIJALNE UKLJUČENOSTI.

Iako neće svi odrasli polaznici dijeliti iste ciljeve, motivacije ili značajke, a određeni programi mogu nametati različite vrste ograničenja (Holton i sur., 2009.), ključna je briga da tečajevi za starije polaznike trebaju ponuditi *ad hoc* aplikacije koje se mogu primijeniti u praksi. Štoviše, programi učenja trebali bi



omogućiti i olakšati odraslima razvoj njihovih novostečenih znanja i vještina na praktičan način. Kada programi ne postignu željenu preobražajnu svrhu, to se događa jer institucije ne nastavljaju podržavati njihovu provedbu nakon završetka obrazovnog programa. Umjesto toga, metodologija objašnjena u ovom priručniku ruši tradicionalne granice tečajeva kako bi u svoj program ugradila faze osposobljavanja, samorazvoja, kreativnosti i širenja.

Sažimajući prethodno objašnjene inovativne kriterije, predložena metodologija je kreativna: pomaže polaznicima u dizajniranju novih materijala i korištenju novih alata (novih ruta aktivne baštine učitanih na platformu Wikiloc©) koji su korisni i za njih i za druge (za njih kao starije osobe turiste i za turističke profesionalce koji su sposobni provesti rute). Štoviše, stvoreni proizvodi učinkoviti su utoliko što program pruža šanse za pilotiranje i testiranje. Konačni proizvodi su također izvedivi jer je program učenja zamišljen tako da polaznici mogu steći potrebne kompetencije za postizanje očekivanih rezultata. Postoji sustav upravljanja rizikom, a proizvodi su prilagodljivi različitim potrebama; konačno, projekt ima održivost, jer plan eksploatacije usmjerava njegovu buduću upotrebu i provedbu.

I na kraju, ali ne najmanje važno, odabir tema također se pokazao presudnim kako bi se osmislio značajan program za starije osobe. Izbor je napravljen uzimajući u obzir prethodna istraživanja aktivnog starenja i interesa starijih osoba. Privlačnost kulture i turizma, zajedno s važnošću ostajanja aktivnim, rangirane su na prvim položajima (Bru Ronda i sur., 2015.; Guðjónsdóttir i sur., 2016.). To je obrazloženje koje je bilo temelj projekta HeiM. Sljedeći odjeljci opisuju važnost svih ovih aspekata za odrasle polaznike.





DIJELJENO NASLJEĐE: STARIJE OSOBE KAO TUMAČI NASLJEĐA

María del Rosario Navalón García - profesorica Regionalne geografske analize na Sveučilištu Alicante (Španjolska)

Vrijednost kulturnog nasljeđa za društvo

Pojam nasljeđa odnosi se na ono što se smatra vrijednim očuvanja, bez obzira na njegov interes korištenja, kao rezultat pojedinačnog ili kolektivnog postupka, u određeno vrijeme i za određenu svrhu. Budući da je socijalna konstrukcija, ne samo da joj nedostaje univerzalno značenje, već je i modificirano tijekom povijesti u skladu s interesima svakog društva.

Međutim, suočeni s potrebom da se precizira njegova priroda, stručnjaci i sudionici ovog projekta složili su se u definiciji baštine kao „skupa kulturnih i prirodnih dobara, kako materijalnih tako i nematerijalnih, koja čine nasljeđe društva i moraju se prenijeti dalje i oporučno s jedne generacije na drugu."

Popis imovine koja se razmatra opsežan je. Jedinstvenost se ističe kao najrelevantnija, jer identificira neponovljive ili oskudne resurse; zauzvrat, reprezentativnost omogućuje jednom elementu da prikaže čitavu eru; drugi dijelovi mogu okupiti materijalne, emocionalne, umjetničke, ikoničke, identitetske i obrazovne vrijednosti. I, naravno, interes povezan s turizmom i, u skladu s tim, ekonomski interes pojavljuje se kao jedna od najviših vrijednosti koje izvor kulturnog nasljeđa može ponuditi današnjem društvu.

Kulturno nasljeđe za sve: promicanje sudjelovanja građana

Prema Međunarodnom vijeću za spomenike i znamenitosti (ICOMOS), "prirodna i kulturna baština pripada svim ljudima. Svatko od nas ima pravo i odgovornost razumjeti, vrednovati i čuvati njene univerzalne vrijednosti.“[13]

Sudjelovanje građana posljedično postaje odlučujuće za sprečavanje neumoljive transformacije društvenog konteksta i krajolika u kojem se odvija od uklanjanja elemenata koji sadrže prepoznatu

13. “Natural and cultural heritage belongs to all peoples. Each of us has the right and the responsibility to understand, value and preserve its universal values”.



vrijednost baštine. Svojim sudjelovanjem građani mogu surađivati s institucijama u istraživačkim i konzervatorskim zadacima usmjerenim na izvore kulturne baštine. Stoga će doprinos prijenosu vrijednosti baštine na precizniji i personalizirani način potaknuti građane da takve resurse doživljavaju kao svoje i da se snažnije uključe u njihovu zaštitu.

Zajedničko nasljeđe: Europsko kulturno nasljeđe, njezina povijest i zajedničke vrijednosti za građane

Europske su se granice stoljećima mijenjale sve dok nisu nestale u Europi dvadeset i prvog stoljeća, gdje ljudi i ideje slobodno cirkuliraju. Sve ove varijacije oblikovale su dvojako nasljeđe: (a) zajedničko nasljeđe, koje ponovno potvrđuje osjećaj jedinstva i pripadnosti zajednici; i (b) vlastito nasljeđe koje služi za izdvajanje i personalizaciju. Upoznavanje s vrijednostima obaju vrsta naslijeđa, uz njihovo očuvanje i poštivanje, jedan je od stupova kohezivnog društva u kojem su svi građani ujedinjeni bez gubitka identiteta. Ovaj je projekt radio na pronalaženju i širenju ove raznolikosti.

Interpretacija naslijeđa: tehnička strana

Upravljanje naslijeđem ponekad padne u ruke stručnjaka koji rade na istraživanju i očuvanju iz svojih različitih disciplina. Ipak, oni ne vladaju uvijek odgovarajućim komunikacijskim alatima, što ponekad rezultira neprilagođenošću izvora kulturnog naslijeđa za posjetitelje. Na taj način, kada postane teško slijediti pretjerano tehnička objašnjenja ili posjetitelji ne mogu pronaći elemente koji im se čine relevantni, interes blijedi, a učinkovitost očekivane poruke svijesti i širenja uvelike opada.

Da bi javnost mogla razumjeti kulturno naslijeđe i temeljito uživati u njoj, njezine vrijednosti moraju se prenijeti na ugodan i jasan način. Interpretacija se ističe kao najprikladniji komunikacijski proces za stvaranje intelektualnih i emocionalnih veza između javnosti i posjećenih izvora kulturnog naslijeđa; odgovarajuća interpretacija omogućit će publici da sama donese zaključke i u većoj mjeri cijeni kulturno naslijeđe.



Zbog njihove neporecive važnosti, tehnike interpretacije bile su sastavni dio metodologije koja se koristi pri dizajniranju ruta uključenih u ovaj projekt.

Uloga starijih osoba u interpretaciji: socijalna uključenost i volontiranje

Naslijeđe se prenosi s jedne generacije na drugu, a stariji ljudi pojavljuju se kao bitni akteri u ovom procesu. Zbog našeg užurbanog svakodnevnog života, neizmjerno nasljeđe koje nas okružuje često ostane neprimijećeno, iako je vrlo blizu, čemu svjedoče neki od primjera u gastronomiji, folkloru, prirodi ili svakodnevnim predmetima. Znanje o njihovoj okolini, zajedno s iskustvom stečenim tijekom profesionalnog života, znači da starije osobe, ako im se pruži potrebna obuka, mogu postati temeljni zupčanici u kolu, ne samo za tumačenje, već čak i za pristup samoj baštini.

Dobrovoljni rad starijih osoba na zadacima istraživanja, širenja i očuvanja baštine pomaže im da ostanu fizički i mentalno aktivni, kao i da zadrže osjećaj korisnosti i potpune uključenosti u društvo.





TJELESNA AKTIVNOST I NJEGOVE KORISTI ZA STARIJE OSOBE

Juan Tortosa Martínez - viši predavač tjelesne kulture i sportskih znanosti na Sveučilištu Alicante (Španjolska)

Tjelesna aktivnost i vježbanje imaju brojne koristi za zdravlje i kvalitetu života starijih osoba. U okviru HeiM projekta usredotočit ćemo se na blagodati hodanja, jednostavnu i prikladnu kardiovaskularnu aktivnost izdržljivosti za većinu starijih osoba. Te se dobrobiti mogu podijeliti na fizičke, psihološke i socijalne.

Na fizičko-fiziološkoj razini, hodanje može poboljšati naš mišićni tonus, brzinu i ravnotežu hodanja (Yoshiko i sur. 2018). Ravnoteža postaje ključna za sprječavanje padova (Papalia i sur. 2020.), a brzina hoda i tonus mišića snažni su indikatori funkcionalnosti u svakodnevnim životnim aktivnostima, rizika od invaliditeta i smrtnosti (Cawton i sur. 2020). Hodanje će također pomoći u preuređivanju kostiju, kontroli tjelesne težine, poboljšanoj kvaliteti spavanja, maksimalnoj potrošnji kisika (VO2max), opskrbi krvlju, krvnom tlaku i razini kolesterola (Sullivan Bisson, Robinson & Lachman, 2019; Hanson & Jones, 2015). Sve navedeno smanjuje rizik od osteoporoze i osteoartritisa, kao i vjerojatnost razvoja dijabetesa ili kardiovaskularnih bolesti (Lee i Buchner, 2008).

S psihološkog stajališta, hodanje može donijeti poboljšanje raspoloženja, percepcije kvalitete života i kognitivnih funkcija, dodatno smanjujući razinu stresa, anksioznosti i depresije (Johansson, Hartig & Staats, 2011; Varma i sur. 2014; Varma i sur. 2015). U tom smislu, ljudi koji redovito hodaju imaju manji rizik od razvoja neurodegenerativnih bolesti poput Alzheimerove bolesti (Rabin i sur. 2019).



Što se tiče socijalnih aspekata, ako se provodi u grupi, hodanje može poboljšati razinu socijalizacije starijih osoba i tako smanjiti njihovu usamljenost (Hwang i sur. 2019). Stoga se blagodati hodanja povećavaju kada se to radi s drugima, pružajući ne samo socijalne, već i dodatne psihološke koristi.



U istom smislu, koristi se povećavaju ako hodamo okruženi prirodom, ako se u aktivnosti uživa, ako se uzmu u obzir sklonosti sudionika ili se hodanje kombinira s mentalnom aktivnošću (Barton, Hine & Pretty, 2009; Johansson, Hartig & Staats, 2011; Loew i sur. 2017; Zhu i sur. 2016).

Svjetska zdravstvena organizacija (WHO) preporučuje 150 minuta tjedno umjerene ili 75 minuta snažne tjelesne aktivnosti, što znači, na primjer, 30 minuta 5 dana u tjednu umjerene tjelesne aktivnosti (WHO, 2010). Drugi način mjerenja tjelesne aktivnosti koja se izvodi hodanjem je brojanje koraka pomoću pedometra ili pametnog telefona. Procjenjuje se da bi 6.000-8.000 koraka dnevno moglo biti dovoljno za postizanje 30 minuta umjerene do teške tjelesne aktivnosti (Tudor-Locke i sur. 2011). Zapravo se rizik od smrtnosti smanjuje povećanjem koraka dnevno na 7.500, gdje se stabilizira (Lee i sur. 2019.). Dodatna prednost mjerenja koraka leži u činjenici da ljudi koji to čine značajno povećavaju svoju dnevnu razinu tjelesne aktivnosti (Harris i sur. 2018). Kao primjer, pokazalo se da prelazak s 2.700 na 4.400 koraka dnevno već u značajnoj mjeri smanjuje rizik od smrtnosti (Lee i sur. 2019).

Prije odlaska u šetnju moramo se sjetiti da su i prehrana i hidratacija vrlo važni - prije, za vrijeme i nakon aktivnosti. Također je poželjno nositi udobnu sportsku obuću koja nudi dobru potporu, s jastučićima, iako ne prevelikim, kao i čarape koje dobro pristaju na stopalo i sprečavaju ogrebotine ili žuljeve. Istodobno bismo trebali odjenuti udobnu odjeću, izbjegavati crno po vrućem vremenu i koristiti kapu, kremu za sunčanje i sunčane naočale, posebno na visokim temperaturama. Pazite da zimi nosite toplu odjeću kao što su šalovi, rukavice i kape i odgovarajuće cipele za mokri snijeg i led.

HeiM projekt u cjelini i rute dizajnirane u njemu, uključuju sve gore spomenute preporuke o održavanju zdravog i aktivnog života i promiču ove postavke kroz primjenu ruta koje potiču umjerenu aktivnost i pokrivaju preporučljiv broj koraka i razinu vježbanja. To također predstavlja inovaciju samo po sebi ukoliko potiče starije osobe da postanu svjesni potrebe da ostanu fizički i mentalno aktivni i shvate to kao prirodni dio svog svakodnevnog života, čak i ako se čini da tjelesna vježba nije glavni cilj neke aktivnosti, što se događa u slučaju putova kulturnog naslijeđa.

HeiM HERITAGE IN MOTION



HeiM PROJEKT - PRIMJER DOBRE PRAKSE ZA GERAGOŠKI TRENING I SOCIJALNO DJELOVANJE



PRVI KORAK: PRETHODNO ISTRAŽIVANJE FOKUSIRANO NA ANALIZI POTREBA

Razvoj analize potreba pokazao se presudnim za dobivanje podataka iz različitih izvora i za provjeru prikupljenih podataka kako bi se mogli smatrati pouzdanima. L. Flowerdew (2013., str. 330.) predlaže trostruku metodu koja se sastoji od: triangulacije (uporaba različitih izvora, metoda i pružatelja informacija); dugotrajni angažman (ponavljano promatranje i prikupljanje podataka tijekom određenog razdoblja); i participativna provjera (o konačnim rezultatima treba razgovarati sa sudionicima). Kao što je potvrđeno u ovim kasnijim prijedlozima, analiza potreba nije zamišljena kao prethodni korak u razvoju kurikuluma, već kao proces koji pruža kontinuirane povratne informacije tijekom učenja (Gollin-Kies, Hall i Moore, 2015., str. 89-92). Takve su prakse također pokazale da različiti sudionici (institucije, profesionalci, polaznici, nastavnici, planeri tečaja ...) imaju različite vizije o tome što je potrebno; stoga je nužna potreba za triangulacijom stavova svih dionika kako bismo dobili jasniju sliku onoga što trebamo (Jasso-Aguilar, 1999).

Svi gore opisani novi prijedlozi potaknuli su primjenu etnografskih metoda (npr. promatranja, strukturirani i nestrukturirani intervjui, terenski rad, uzorkovanje, ankete i / ili upitnici) koje će ne samo dopuniti prethodna stajališta već će i pomoći istraživaču da se raspituje o oboma, i o čemu i o zašto[14]. U projektu HeiM, analiza potreba provedena je kao preliminarna studija čiji je cilj utvrditi stanje u pogledu kulturnog naslijeđa namijenjenog starijim osobama, zajedno s njihovom pripremom i potrebama pri kreiranju aktivnih ruta. Cilj je bio pronaći resurse i elemente koji se odnose na kulturno naslijeđe posebno namijenjene ovoj populacijskoj skupini, a koji bi nam mogli dati referencu i za određene rute i za provedbu projekta u cijelosti.

14. Vidi također rad James D. Browna (2016.) koji uvodi 32 različita postupka za analizu potreba i objašnjava 9 metoda triangulacije, dodatno dajući istraživačima zanimljive preporuke i strategije za postizanje vrijednih i pouzdanih rezultata.



HeiM PROJEKT - PRIMJER DOBRE PRAKSE ZA GERAGOŠKI TRENING I SOCIJALNO DJELOVANJE

Studija je integrirala niz metoda namijenjenih olakšavanju triangulacije rezultata:

1. Fokusne skupine s odborom stručnjaka.
2. Mapiranje resursa kulturnog naslijeđa koji mogu biti od posebnog interesa za starije osobe.
3. Istraživanje među starijim odraslim osobama.

I mapiranje i istraživanje kreirani su na takav način da se mogu primijeniti u bilo kojoj europskoj zemlji. Oni moraju biti korisni alati koji se, u svrhu budućeg prijenosa rezultata, mogu koristiti u zemljopisnom kontekstu drugačijem od onog zemalja partnera koji su sudjelovali u projektu. Cilj korištenja ovih alata bio je osigurati mogućnost otkrivanja potreba starijih odraslih u pogledu vještina potrebnih da postanu prenositelji i poticatelji europskog kulturnog naslijeđa te u konačnici jamčiti da se sve poduzeto može primijeniti u bilo kojoj zemlji EU i prilagoditi različitim kontekstima obrazovanja starijih odraslih osoba.





Definicija kulturnog naslijeđa: fokus grupa

Početna točka našeg rada bila je u postavljanju osnova za definicije i ključne koncepte koje će projekt koristiti. To je zahtijevalo od svih uključenih zemalja da poduzmu potrebne radnje, s jedne strane, kako bi se postigao konsenzus o konceptu kulturnog naslijeđa koji bi služio kao os projekta, a s druge strane, kako bi se identificirali elementi kulturnog naslijeđa koji bi služili kao dio ruta koje su naknadno razvili sudionici projekta. Ti su zadaci povjereni Odboru stručnjaka koji se sastojao od 9 do 25 profesionalaca i akademika, ovisno o zemlji, koji su preuzeli i zadaću osiguranja kvalitete projekta.

Unatoč činjenici da je, kao što je gore rečeno, kulturno naslijeđe društveni konstrukt koji je definiran na mnogo različitih načina, konsenzus je postao nužan. Naslijeđe, shvaćeno kao skup materijalnih, kulturnih ili nematerijalnih dobara koji oblikuju naslijeđe društva i koja se moraju prenositi generacijama, ispostavila se kao savršena definicija, jer naglašava i vrednuje ulogu koju starije osobe mogu imati kao prenosioci kulturnog naslijeđa.

Zauzvrat, kulturno naslijeđe je također definirano kao dinamično u smislu da može uključivati različite stilove života, društvene prakse, znanje, tehnike ili uvjerenja. Štoviše, zbog svoje interdisciplinarnosti i socijalne prirode, s jedne se strane prilagođava višestrukim interesima; a s druge strane ima i socijalnu stranu koja potiče razmjenu i komunikaciju. Starije osobe koje su bile uključene u projekt HeiM mogle su na ovaj način tako pretvoriti interpretiranje kulturnog naslijeđa u koristan alat koji im omogućuje interakciju s drugim ljudima i širenje prethodno stečenog znanja. Drugim riječima, mogu postati društveno aktivne osobe koji utječu na društvo prenošenjem i očuvanjem kulturnog naslijeđa koje poznaju ili su o njemu saznali. Njihov utjecaj mogao bi biti koristan na lokalnoj, regionalnoj, nacionalnoj, pa čak i međunarodnoj razini, što pokazuje ovaj projekt.



Izvori kulturnog nasljeđa za starije osobe: Mapiranje

Nakon što je završena ova faza definiranja, prije započinjanja zadatka mapiranja trebalo je definirati zemljopisno područje rada za svakog partnera. Španjolska se usredotočila na provinciju Alicante; Island na područje oko glavnog grada Reykjavika; Poljska se usmjerila prema gradu Varšavi; Hrvatska prema gradu Zagrebu i okolici.

Stručnjaci su raspravljali o izvorima kulturnog nasljeđa koji se nude za odabrana područja, obraćajući posebnu pozornost na ona koja su bila posebno relevantna za starije osobe, nakon čega su dali svoje prijedloge. Postalo je bitno osloniti se na podršku panela akademskih i znanstvenih stručnjaka koji su u mogućnosti ponuditi širu viziju nasljeđa koja je nadišla tipičnu merkantilističku verziju koja prevladava u većini globalnih turističkih diseminacijskih kanala.

Uslijedio je preliminarni postupak mapiranja dostupnih izvora kulturnog nasljeđa s ciljem šire rasprave o tome jesu li ti izvori odgovarali kontekstu projekta HeiM.

Kompletna studija mapiranja prikupljala je materijale i informacije kroz tri različita kanala:

1. Kompilacija podataka koje su pružili stručnjaci i stvaranje popisa predloženih izvora;
2. Zahtjev za informacijama o kulturnoj baštini u turističkim informativnim uredima;
3. Pretraživanje na Internetu na institucionalnim turističkim portalima.

Analiza rezultata mapiranja pokazala je da izvori kulturnog nasljeđa elemenata kojima je trebalo dati prioritet s obzirom na dobnu skupinu nema u izobilju. Najveći dio ponude bio je bez obraćanja pažnje na specifične potrebe i interese starijih osoba, što je predstavljalo veliki izazov za HeiM projekt, budući da nije bilo prethodnih referenci na koje smo se mogli osloniti.

Unatoč gore navedenom, nakon dobivanja rezultata izvedenih iz mapiranja i nakon završetka konzultacija sa stručnjacima, postalo je jasno da je vrsta nasljeđa koja će vjerojatno imati poseban značaj i kojoj starije



osobe mogu dodijeliti dodanu vrijednost vezano za njihova vlastita životna iskustva, ona koja ima veze sa svakodnevnim životom, s onim što im je vidljivo i blisko. Upravo se tu nalazi naslijeđe koje je najugroženije jer proteklo vrijeme mlađim naraštajima ne nedostaje. Privlačnost nostalgije ne postoji i samo dobna skupina koja je prošla kroz ta životna iskustva zna koliko je naslijeđe bitno i shodno tome razumije potrebu da se ono sačuva kao element identiteta za kulturu ili narod.

Starije osobe, nasljeđe, instrumenti i vještine potrebne za interpretiranje kulturnog nasljeđa: Upitnik

Sljedeći je korak bio kreiranje upitnika koji bi mogao poslužiti za triangulaciju rezultata dobivenih u gore navedenom mapiranju s odgovorima ciljne publike. Glavni cilj sastojao se u mogućnosti davanja prioriteta važnosti i interesu koji izvori kulturnog naslijeđa imaju za starije odrasle osobe, iako je obuhvaćao i druga pitanja vezana uz alate i vještine potrebne za interpretaciju kulturnog naslijeđa. U skladu s ciljevima ovog projekta, ključna pitanja tijekom ove druge faze usredotočila su se, s jedne strane, na istraživanje vrijednosti koje su stariji ljudi povezivali s kulturnim naslijeđem uz interese starijih osoba u vezi s kulturnim naslijeđem, kako na lokalnoj, tako i na europskoj razini; i, s druge strane, usredotočila su se na raspitivanje o vještinama tumačenja kulturnog naslijeđa i poznavanju informacijsko-komunikacijsko tehnoloških (IKT) alata koji su se smatrali ključnima za razvoj projekta.

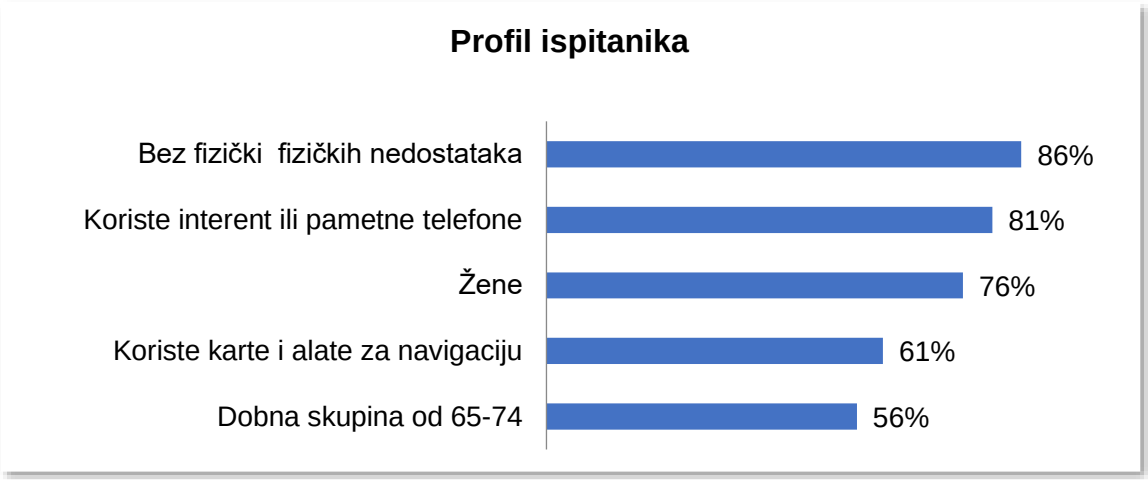
Upitnik je uključivao četrnaest pitanja različitih tipologija– zatvorena pitanja, otvorena pitanja, višestruki izbor; ili više mogućih odgovora - grupiranih u sedam koncepcijskih skupina, i to: (1) profil ispitanika; (2) uporaba mobilnih telefona i navigacijskih alata; (3) struktura putova kulturnog naslijeđa; (4) percepcija o vrijednosti različitih izvora kulturnog naslijeđa; (5) tipične prepreke i problemi s kojima se susreću stariji građani tijekom posjeta mjestima kulturnog naslijeđa; (6) preferirana zemljopisna područja; (7) obuka o izvorima kulturnog naslijeđa i konačno (8) otvoreno pitanje s prijedlozima za aktivne putove kulturnog naslijeđa (vidi Dodatak 1).



HeiM PROJEKT - PRIMJER DOBRE PRAKSE ZA GERAGOŠKI TRENING I SOCIJALNO DJELOVANJE

Ovisno o zemljama (Hrvatska, Island, Poljska i Španjolska), upitnici su distribuirani putem različitih platformi i korištenjem različitih izvora. Ukupno, tiskani ili on-line upitnici podijeljene su gotovo 4.000 starijih osoba iznad 50 godina, bez obzira jesu li upisani kao polaznici u institucije partnerskih zemalja ili ne. Istraživanje je bilo otvoreno i za druge ljude u ovoj dobnoj skupini na nekim Facebook stranicama partnera, što objašnjava nemogućnost izračunavanja točnog broja dosegnutih pojedinaca. U svakom slučaju, konačni broj ispitanika bio je 723.

Osim Španjolske, gdje su muškarci činili otprilike polovicu ispitanika, 80% upitnika su popunile žene, što odražava stvarnu rodnu raspodjelu polaznika upisanih u većini institucija koje su sudjelovale. Najveća dobna skupina bila je dob od 64 do 75 godina; a velika većina ispitanika nije prijavila nikakvo tjelesno ili psihološko oštećenje. Kada je riječ o pametnim telefonima i IKT kompetencijama, pokazalo se da su u prosjeku 80% ispitanika redovni korisnici Interneta preko svojih pametnih telefona; unatoč tome, taj se postotak znatno smanjio kad su ih pitali o uporabi karata i navigacijskih alata (vidi sliku 1).



Slika 1: Sažetak glavnih karakteristika sudionika u projektu HeiM (podaci navedeni u postocima).

Što se tiče njihovih preferencija putovanja, ispitanici su preferirali rute od 3 do 5 sati u malim grupama prijatelja ili rođaka, što je vrlo korisna informacija koja je uzeta u obzir prilikom odlučivanja o trajanju i putu ruta.



HeiM PROJEKT - PRIMJER DOBRE PRAKSE ZA GERAGOŠKI TRENING I SOCIJALNO DJELOVANJE

Odjeljak o percepciji koja se tiče vrijednosti izvora kulturnog naslijeđa sadržavao je temeljna pitanja, jer se nastojalo dobiti ocjene dodijeljene različitim izvorima kulturnog naslijeđa koje aktivni put može ponuditi. Isti niz pitanja pripremljen je za nacionalni i europski opseg, u nadi da će se izvući neki zaključci o tome koji su se izvori isticali kada je u pitanju procjena kulturnog naslijeđa iz paneuropske perspektive.

Osim tradicionalnih kulturnih, smatralo se prikladnim dodati i druge vrste izvora. Što se tiče prirode, nisu postojale sumnje u vezi s okolišem, krajolikom, vremenom ili prirodnim silama koje su imale i još uvijek imaju izravan utjecaj na život i kulturu; velik dio krajolika možda je "stvorio čovjek", ali, istodobno, mnoga druga velika područja "oblikovala je priroda". Priroda i prirodni resursi također su se pojavili u upitniku. Još jedan primjer bio je povijesno nasljeđe: anketa nije uključivala samo pozitivne podvige, već i sramotna djela, strašne epizode, monstruozne događaje, za koje bismo voljeli da se nikada nisu dogodili. Iako mjesta i izvori kulturnog naslijeđa koji su svjedočili tim događajima imaju morbidnu privlačnost, također ih se trebamo sjetiti, posebno kako bismo spriječili da se povijest ponavlja. Stoga su osjetljivi izvori poput "mračnog turizma" također bili dio odabira.

Širok raspon ponuđenih mogućnosti vrtio se oko četiri široke kategorije: povijest, kultura, priroda i način života. Iako su se među zemljama pojavile neke razlike, pokazalo se da su rezultati u većini slučajeva prilično slični. Kad su ocjenjivali nacionalno kulturno nalijeđe, predmeti poput "prirode", "arhitekture" i "umjetnosti" prevladavali su nad ostalim, iako je "lokalni način života" pomaknuo "umjetnost" s trećeg mjesta preferencija kada su ti izvori vrednovani iz perspektive globalne europske zajednice.

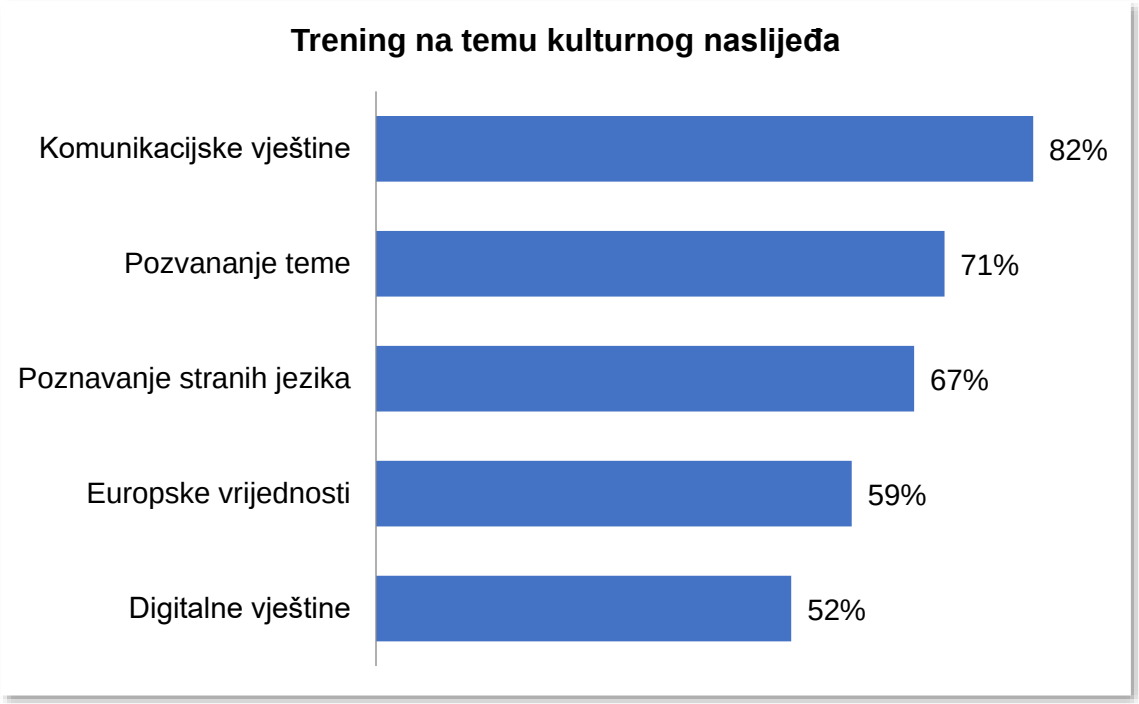
Suprotno tome, gledajući elemente koji se ocjenjuju kao neprivlačni, „mračni turizam“ bio je daleko najmanje cijenjen, a slijedili su ga „industrija“ i „festivali“, kako na nacionalnoj, tako i na europskoj razini, u sva četiri slučaja.



Upitani o preprekama s kojima su se susretale tijekom posjeta mjestima koja pripadaju kulturnom nasljeđu ili prilikom učenja o kulturnom nasljeđu, ispitanici iz svih partnerskih zemalja identificirali su "previsoke cijene" i "nedostatak programa prilagođenih njihovim interesima" kao najvažnije nedostatke, a najčešća pritužba bila je "nedostatak vremena za takve vrste aktivnosti."

Kao što je prikazano u predlošku ankete (vidi Dodatak 1 - hrvatska inačica istraživanja), svaka je zemlja nudila različita moguća područja ili teme koje bi se mogle razviti u budućim rutama. Preferencije sugovornika uzete su u obzir prilikom predlaganja nacionalnog kataloga u svakoj partnerskoj zemlji - naravno, uključujući i europsku vrijednost dotičnih elemenata.

Konačno, u odnosu na najvažnije vještine potrebne za kreiranje i provedbu aktivnog kulturnog nasljeđa, obrađeno je pet različitih tema i vještina: znanje o sadržaju; komunikacijske vještine; europske vrijednosti; digitalne vještine; poznavanje stranih jezika. Rezultati dobiveni u ovom bloku pitanja potvrdili su relevantnost i težinu koju bi različite vještine i kompetencije trebale imati u procesu treninga, prema riječima naših ispitanika (vidi sliku 2).



Slika 2: Relevantnost sadržaja predmeta.



DRUGI KORAK: PROGRAM TRENINGA

U ovoj je fazi svaka zemlja odabrala skupinu starijih odraslih osoba koji će slijediti program treninga koji su se prethodno dogovorili svi partneri, s ciljem izvršenja naknadnih istraživanja ruta i njihovog kreiranja. One starije osobe koje prođu obuku, kasnije će moći sami kreirati rute.

Unatoč tome što je istraživanje bilo otvoreno za sve starije odrasle osobe, sudjelovanje u osposobljavanju ponuđeno je svim polaznicima i aktivnim članovima partnerskih institucija - odraslima starijim od 50 godina - koji su predali prijavu. Odabir sudionika temeljio se na kriterijima definiranim stvarnim vještinama potrebnim za provedbu projekta, kao što su znanje engleskog jezika, poznavanje rada na računalu i profesionalno iskustvo, kao i sudjelovanje tih starijih osoba u prethodnim projektima.

Trajanje treninga bilo je 30 sati, a sadržajno se struktura temeljila na pet područja znanja:

- Nasljeđe (povijesni, kulturni i turistički resursi);
- Interpretacija nasljeđa;
- Engleski jezik za nasljeđe;
- Zdravo i aktivno starenje; i
- Digitalni uređaji potrebni za razvoj ruta.

Program obuke razvio je i implementirao inovativne metode za podučavanje starijih odraslih osoba koje su vrednovale iskustvo i vještine ove grupe, istodobno uključujući i konstruktivne i kognitivne metodologije poput akcijskog istraživanja, učenja u kontekstu, učenja zasnovanog na projektima i korištenja IKT-a. Metodologija programa obuke također je bila prožeta načelima geragogije. S jedne strane, starijeg odraslog polaznika postavila je u središte procesa učenja; a, s druge strane, pokazala je da se znanje stječe u konstruktivnom procesu u kojem je polaznik aktivni posrednik. Na taj su način polaznici razumjeli gdje i kako se znanje primjenjuje i koristi, što ih je zauzvrat učinilo da se osjećaju predanijima procesu učenja.



HeiM PROJEKT - PRIMJER DOBRE PRAKSE ZA GERAGOŠKI TRENING I SOCIJALNO DJELOVANJE

Primjer metodologije kritičke geragogije, koji je predložen u sklopu projekta HeiM, predstavlja pripremu zadataka procesa učenja koji omogućuju primjenu znanja, analitičkog procesa, i u određenoj mjeri kritičke refleksije. Na primjer, u određenoj točki programa treninga, željeli smo da polaznici prepoznaju korisnosti tumačenja nasljeđa i razine do koje ono treba biti prilagodljivo starijim osobama. Zatim, eksperti su predložili jednostavan zadatak za naše sudionike: zamoljeni su da proanaliziraju tekst informativnog panela na web stranici o nasljeđu, koji je bio napisan ne uzimajući u obzir pravila koja su bila naučena tijekom programa treninga. Polaznici su shvatili da je, prije svega, jezik previše tehnički, prikladan samo osobama visoke kulturne razine te, da stvari budu još teže, koristila su se izuzetno mala pisana slova, što je dozvoljavalo oblikovatelju panela umetati više od 600 riječi na tome mjestu. Uslijed poteškoća nastalih pri iščitavanju teksta, uz vrijeme koje je bilo potrebno da se tekst prikladno razumije, polaznici su doznali da je malo njih uspjelo u potpunosti čitati te panele, pa su stoga zaključili da njihovi tekstovi moraju biti sažeti, jasni, zanimljivi i, ukratko, primjereni svojim čitateljima. Obzirom da su polaznici naknadno još priznali da ti tekstovi nisu bili uopće pristupačni, odlučili su propustiti takve vrste poruka, i to na temelju toga što do sada nije bila nikakva pozornost usmjerena potrebama toj populacijskoj skupini. Svijest o tome je također uputila i na to da razmisle o promjenama koje bi oni mogli primijeniti pri svojim nastojanjima, tako da bi mogli postati prihvatljivijima, pristupačnijima i zanimljivijima za sve osobe njihovih mogućnosti. Ova želja za izvedbom modifikacija i poboljšanjem njihova života – što u stvari sačinjava bit programa kritičke geragogije (Formosa, 2011.; Formosa & Galea, 2020.) – nedvosmisleno ih je potaknula da postanu aktivni tumači nasljeđa.

Uporaba tehnologije predstavljala je još jedan izazov i, sukladno projektnoj metodologiji, učinjen je dodatni napor za njenim uvođenjem na sadržajan i uključiv način. Jedini smisleni način treninga usredotočen je na Wikiloc© - online obliku platforme koji je odabran za konačnu pohranu HeiM ruta. Međutim, što se drugih IKT vještina i resursa tiče, grupa je prošla trening o korištenju moderne 'pametne' IKT tehnologije, kako su potrebe i nalagale.



Nekoliko je IKT zadataka bilo završeno tijekom ovoga projekta,a starije osobe su naučile kako se njima služiti:

- Pretraživati Interent radi provedbe istraživanja;
- posjetiti knjižnice;
- 'skidati' zapise;
- dijeliti i organizirati datoteke u 'oblaku';
- dijeliti i raspravljati ideje sa svojim kolegama;
- koristiti elektronsku poštu i slati poruke;
- pratiti i bilježiti kulturno nasljeđe koristeći svoje mobitele;
- smanjiti 'težinu' slika;
- koristiti resurse materijala na engleskom jeziku;
- posjećivati automatske prevoditelje;
- biti upoznat s alatima za ispravljanje pravopisa i gramatike;
- rukovati s nekoliko tehnoloških naprava (računalo, mobilni telefon, tablet …; i/ili
- postavljati svoje materijale na platformi Wikiloc©.

Na kraju treninga polaznici su ispunjavali upitnik (vidi Dodatak 2.), koji je poslužio dobivanju njihova mišljenja o različitim aspektima programa treniranja. Polaznici su posebice bili motivirani razvijanju svojih vještina predstavljanja kulturnog nasljeđa svoje zemlje drugima te usavršavanju svojega znanja o kulturnom i lokalnom nasljeđu, što su u stvari i bili ciljevi koji su najuspješnije ispunjeni, sukladno rezultatima istraživanja. Osim toga, većina polaznika smatrala je da su svi satovi poduke bili izvrsni, izražavajući posebno uvažavanje za vještine koje su usvojili u sklopu modula programa Zdravlje i aktivno starenje te Digitalne naprave (Health and Active Ageing and Digital Devices).



HeiM PROJEKT - PRIMJER DOBRE PRAKSE ZA GERAGOŠKI TRENING I SOCIJALNO DJELOVANJE

Imajući u vidu interpersonalne vještine, svaka predložena kategorija predviđena za procjenu bila je poboljšana tijekom procesa učenja kod više od pola ispitanika, premda se kategorija timskoga rada neznatno isticala prema ostalima. Najrelevantniji rezultat bio je taj da gotovo niti jedno negativno mišljenje nije bilo zabilježeno. U konačnici, na organizacijskoj razini, sudionici su identificirali tri područja kao najistaknutija: priprema stručnjaka koji su podučavali razredne grupe, metode poučavanja koje su korištene i korišteni materijali.

Općenito govoreći, trening program donio je visoko zadovoljavajuće ishode, iz kojih možemo zaključiti da su primijenjene metodologije dale prednost aktivnoj integraciji starijih osoba u proces učenja i na taj način uklanjale su mogućnost isključivanje osoba te promovirale smisleno učenje. Općenito govoreći, mnogi sudionici su izjavili da su osjećali povjerenje, da su u dobroj poziciji za postizanje sljedeće faze programa: osmišljavanje ruta kao i postajanje aktivnih tumača njihova kulturnog nasljeđa.





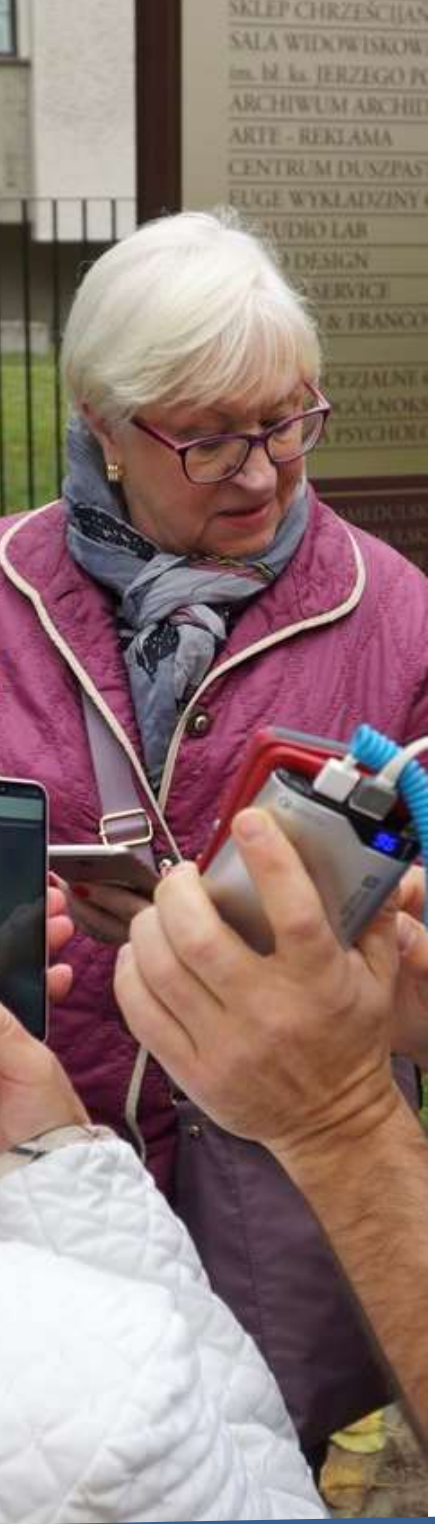
TREĆI KORAK: OSMIŠLJAVANJE RUTA

Ova faza projekta bila je koordinirana od strane Sveučilišta za treću životnu dob Reykjavik (U3A Reykjavik), a islandski HeiM tim nadgledao je razvoj, što je bilo moguće pomnije, izmjenjujući mišljenja i preporuke o zajedničkim temama, upućivanja na drugo mjesto u tekstovima kao i zajedničkim načinima izvještavanja, a u konačnici, tragajući za postizanjem najboljih mogućih rezultata.

Prije svega, serija preporuka bila je dogovorena o tome što je bilo predloženo, kako od nastavnika koji su poučavali sudionike u sklopu programa treninga, tako i od strane povjerenstva eksperata koji su savjetovali partnere.

Struktura rute

- Trajanje. Između 3 i 5 sati, prema sklonostima izraženim od strane starijih osoba. Etape mogu biti podijeljene na dva dijela (jutarnji i popodnevni), uz pauzu za ručak.
- Putni vodič. Hodanje manje od 5.000 koraka (3 km) na dan smatra se kao dan proveden sjedeći, što je razlog zašto to treba biti minimalna ciljna razdaljina. Različite razine neodložnih potreba mogu biti utvrđene; međutim, ako bi sljedeća stanka bila predaleka za obilaziti, razne mogućnosti za pristup javnom i privatnom prijevozu bile bi predložene.
- Resursi. Namjera ruta jest steći dalekosežno, višestrano znanje, o nasljeđu: prirodno, arhitektonsko, arheološko, etnološko, gastronomsko i glazbeno. Bilo bi preporučljivo uključiti elemente iz različitih kategorija.
- Organizacija. Kako bi govorili o rutama valjano, neophodno je utvrditi nit vodilju koja spaja sve točke koje su od interesa, ili drugim riječima, mora postojati jezgrovita rečenica koja definira teme ruta, a sve se usputne točke moraju vezati na tu temu.



Koje izvore treba odabrati?

Odabrani izvori kulturnog naljeđa poslužit će za isticanje velikog opsega vrednota nasljeđa, među ostalima, uključivši i rijetke pojave, rijetkost, reprezentativnost ili pristupačnost, uz popratnu vrijednost bogatog sentimenta, simbolike, artističkih, ikonoklastičnih, religijskih, vojnih ili tehnoloških uvjeta.

Kriterije koje slijedimo u ovom odjeljku nisu bili ni određeni niti obvezatni, već su služili kao puke smjernice. Cilj koji slijedimo sastojao se u oblikovanju sustava koji se temelji kako na preporukama eksperata tako i na literaturi o interpretaciji nasljeđa koja bi pomogla sudionicima da izaberu resurse nasljeđa u skladu sa namjerama projekta. Veća je vrijednost pripisana onim kategorijama koje bi mogle poslužiti boljem uvidu u interese ili potrebe europskih starijih osoba. Na primjer, uključili smo kriterij 'Atraktivnost za europske posjetitelje' jer, jedna od svrha koja se želi postići projektom bila je potaknuti razvoj zajedničkog europskog identiteta. Isto tako, procijenili smo kriterij 'pristupačnosti' znatno više, nasuprot drugim prethodnim kriterijima (Morales & Varela, 1986.), prema njegovom temeljnom značaju za integraciju starijih ljudi – često radi fizičkih ograničenja – u društvene aktivnosti koje bi im inače bile nepristupačne.

Matrica interpretativnog potencijala, navedena niže, definirana je radi svrhe utvrđivanja određenog mjernog kriterija za odabir točaka na stazi rute, na objektivan način:

Kriteriji	Dobro	Srednje	Loše
Osebujnost	9-7	6-4	3-1
Privlačnost za europske posjetitelje	9-7	6-4	3-1
Pristupačnost	9-7	6-4	3-1
Otpor utjecaju	9-7	6-4	3-1
Pravodobnost	6-5	4-3	2-1
Trenutni broj posjetitelja	6-5	4-3	2-1
Dostupnost informacija	6-5	4-3	2-1
Jednostavno opisati ili interpretirati	3	2	1
Primjerenost sadržaja (u odnosu na temu rute)	3	2	1
Elementarna sigurnost i ambijentalna sigurnost	3	2	1
Interesantno za starije osobe	3	2	1

Tabela 1: Prijedlog HeiM IP matrice temeljene na Badaracco i Scull (1978.) te Morales i Varela (1986.)



Interpretativni potencijalni indeks (IPI) proizlazi iz primjene brojčane skale na svaki kriterij. Klasifikacija je određena prema vrednotama za koje se drži da su najznačajnije za postizanje svrha projekta. Tijekom faze istraživanja, timovi su vrednovali svaki pojedini element nasljeđa rute, koristeći ovu skalu ili matricu, sa ciljem utvrđivanja usporedbi među različitim elementima. Ovo prioritetno rangiranje pokazalo se kao korisno kad je došao trenutak za utvrđivanje toga koji izvori bi u konačnici trebali biti uključeni u rutu.

Koju poruku odašiljemo?

Uz dodatak prenošenju središnje ideje, tema rute bi trebala biti privlačnom, sažetom, jasnom, interesantnom (relevantnom za posjetitelje) i dobro strukturiranom. Raditi na izrazu ili rečenici koja sažima bit rute jest komplicirana i jako zahtjevna zadaća, čak i za profesionalce, ona mora izraziti spojnu nit koja pridaje smisao osmišljenoj ruti. Premda je teme ruta HeiM-a bilo teško odrediti, a sudionici su se borili sa time da ih učine razumljivima, konačnim rezultatima odano je priznanje od strane povjerenstva eksperata.

Kako odašiljemo poruku?

Interpretiranje nasljeđa pomoći će nam odaslati našu poruku na privlačan i sadržajan način. Neke praktičke sugestije predložene u sklopu projekta HeiM (temeljene na Tilden, 1957.; Morales, 1998.; Ham, 2013.) navedene su dalje u tekstu:

- Relevantnost za posjetitelja. Kako bi se mogao pobuditi interes, poruka se mora dovoditi u vezu sa životom i osobnim interesima posjetitelja. Uvijek vidimo informaciju u boljem svijetlu i više smo zainteresirani ako postoji veza sa onim što znamo ili jesmo.
- Sama informacija ne predstavlja interpretaciju; potonja mora sadržavati afektivne aspekte koji su usmjereni prema srcu, više nego prema razumu. U svakom slučaju, odabrane, moderne i visoko kvalitetne informacije biti će neophodne.
- Svaka interpretativna prezentacija trebala bi biti osmišljena kao priča koja poučava, zabavlja i prosvjetljuje. Važno je koristiti različite tehnike, i svih pet osjetila.



- Interpretacija zahtijeva provokaciju, a ne instrukciju; pobuditi kod posjetitelja želju za znanjem i zaštitom.
- Posjeta bi trebala promovirati zaštitu nasljeđa i očuvanje, ne čineći pri tome nikakvu štetu. Kad interpretacija objašnjava upravljanje nasljeđem, zajedno sa svojim dobrim stranama i slabostima, posjetitelj je tada svjestan toga i prestaje biti samo promatrač, kako bi postao suučesnik.
- Poruke zabrane treba izbjegavati; poruke razjašnjavanja se onda umjesto toga preferiraju.
- Tumač bi trebao opisati ono što je vidljivo, a ne ono što se ne može vidjeti.
- I na kraju, zadnji dio posjete trebao bi privlačiti pozornost te, kad je to moguće, trebao bi ostaviti trajni dojam; stoga, praktičnu korist zadržavanja najbolje informacije u krajnjem ishoda.

Slijedom gore spomenutih sugestija, program je prvo bio osmišljen (vidi Aneks 3.) kako bi se prikupile informacije potrebne za svaki resurs koji bi bio korišten tijekom putnih ruta (ovaj program uključuje IP matricu).

Drugo, nakon što su upute osmišljene i distribuirane, sudionici programa treninga bili su grupirani zajedno u nekoliko timova koji su vodili istraživanja i osmislili rute. Svaka pojedina grupa bila je ovlaštena za specifičnu rutu ili geografsko područje. Vještine rada u timu pokazale su se temeljnim, a iskustvo je pružilo dokaze da su one izrazito poželjne za svaki tim, kako bi imali vođu koji organizira i distribuira zadatke, kao i nekoga tko ima podrobno znanje o području, bilo da su bili rođeni tamo ili zato što su živjeli na tom području.

Timski rad se definitivno dokazao kao najbolje sredstvo za upravljanje rutama. S druge strane, omogućio nam je iskoristiti prednosti svakog pojedinog člana; neki su dobro poznavali područje, drugi su prije bili osobe koje su bile vješte u nekom području, ostali su imali visoku razinu poznavanja engleskog jezika, a osim toga, raditi zajedno omogućilo je da se odgovornost dijeli te je zadatak onda bio, shodno tome, izveden na opušteniji način. Ne bi smjeli zaboraviti da su to bili stariji ljudi koji su volontirali u svoje slobodno vrijeme. I na kraju, svaka je osoba dala doprinos sa svoje različite točke gledišta, što je poticalo kreativnost i sprječavalo moguće jačanje egocentričnih stajališta.



Faza istraživanja bila je od velikog interesa za timove. Pored tradicionalnih tiskanih medija, tehnologija je bila korištena tako da se dođe do novih izvora, koji su im sa svoje strane omogućili razviti i povećati njihovo poznavanje pretraživanja Interneta. Spremanje u oblaku je također poslužilo dijeljenju slika i datoteka sa kojima su radili, a sudionici su također iskoristili prednost tehnologije mobilne telefonije za komunikaciju (npr. aplikacije za slanje trenutnih poruka, kao što je Whatsapp© ili Telegram©), geolokacije ili za korištenje stranog jezika. IKT su omogućile podršku za sve raznovrsne zadatke u vezu sa osmišljavanjem rute, a svi su sudionici poboljšali svoje vladanje ovim tehnologijama, što je i bila jedna od svrha ovoga projekta.

Osmišljavanje i testiranje ruta in situ bio je motivirajući zadatak, stoga što su sudionici, osim dijeljenja iskustava sa svojim kolegama, upoznali i stručnjake na mjestima koje su posjetili, a koji su im pomagali i pružali im savjete osobno, o tome kako prikladno interpretirati resurse koje su koristili. Kontakt sa lokalnim stanovništvom također je bio od velikog značaja sa gledišta etnologije i načina života.

Rad sudionika bio je završen prevođenjem ruta na engleski jezik i njihova postavljanja na web putem aplikacije Wikiloc©. Ovaj zadatak je postavio izazov za timove, obzirom da je to bila poprilično nova aktivnost i ne tako uvijek lagana za obaviti. Podrška dobivena od strane računalnih tehničara projekta pokazala se temeljnom za rješavanje problema, kao i poboljšanje, uz konsolidaciju tehničkih vještina grupa.



Konačna revizija točnosti i relevantnosti sadržaja, njegovo formuliranje i njegov točan prijevod na engleski jezik, bio je nadgledan od strane povjerenstva eksperata koji su nudili svoje savjete tijekom projekta. Na taj način kvaliteta rada bila je zagarantirana prije njegove objave, kako na engleskom jeziku tako i na pojedinim materinskim jezicima, objavljenim na web stranici Wikiloc©.



HeiM PROJEKT - PRIMJER DOBRE PRAKSE ZA GERAGOŠKI TRENING I SOCIJALNO DJELOVANJE

Završni prikaz bio je sproveden među sudionicima ruta radi svrhe prikupljanja njihova mišljenja o cijelome procesu. Prema velikoj većini intervjuiranih, razine kompetencija dostignutih tijekom projekta, posebice u vezi sa stjecanjem novoga znanja o kulturnom nasljeđu, njihove sposobnosti da ih prenesu drugima, ili u vezi njihovih vještina istraživanja, bile su ili zadovoljavajuće ili vrlo zadovoljavajuće.

Na kraju ove faze, održan je virtualni sastanak sa starijim ljudima koji su sudjelovali u istraživanju o rutama, kao i njihovom osmišljavanju u svakoj pojedinoj zemlji, gdje su mogli prezentirati svoj rad i podijeliti svoja iskustva, služeći se engleskim jezikom, a sve zajedno sa svojim kolegama iz ostalih zemalja partnera. Svi sudionici žalili su za time što nisu bili u mogućnosti osobno posjetiti i iskusiti rute partnera, radi trenutne situacije nastale uslijed Covid-19 pandemije, što je onemogućio bilo kakvo putovanje.



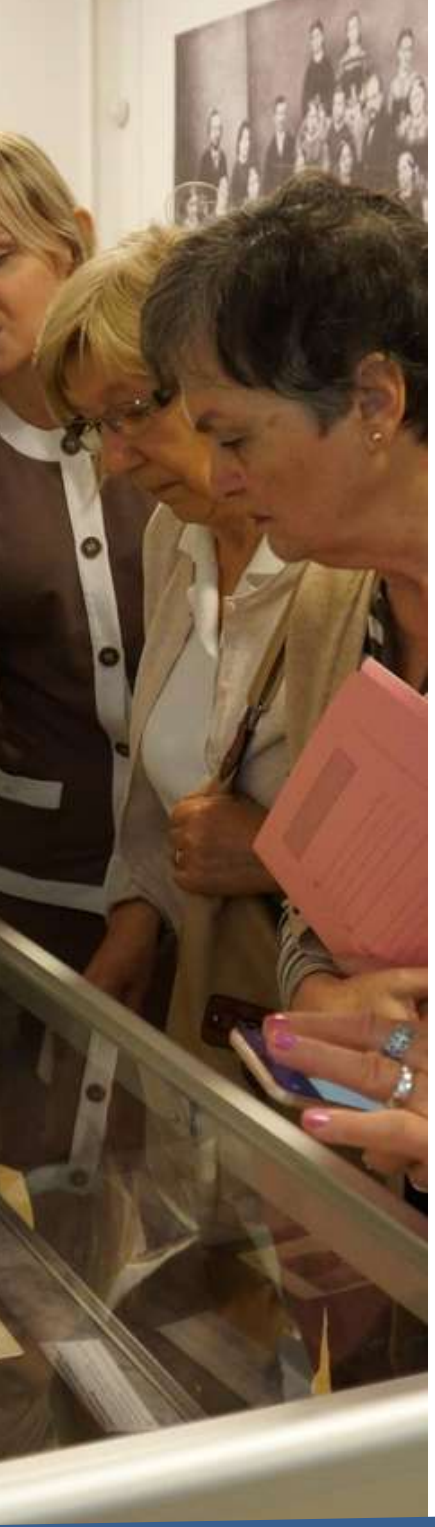


Sve u svemu, nakon što su objavljeni zaključci izvedeni od strane povjerenstva eksperata, naši su se timovi pokazali kao vrlo dobrim tumačima kulturnog nasljeđa, čije iskustvo i vještine u promoviranju tog tipa nasljeđa ne bi trebalo biti podcijenjeno. Korist učenja starijih osoba, uz usvajanje konstruktivnih i kognitivnih metoda treninga u našoj digitalnoj eri, ima temeljnu ulogu u današnjemu društvu, u onoj mjeri u kojoj je pokazalo da stariji polaznici mogu steći nove kompetencije i vještine, koje mogu na osobit način voditi do novih otkrića u pristupu nasljeđu. Ovo iskustvo o interpretaciji nasljeđa može biti primijenjeno kako od strane administracije tako i od strane profesionalaca, radi promocije aktivnog i sigurnog turizma usmjerenog na starije ljude. Nadalje, kako je procjena projekta također pokazala, njihov rad se može proširiti i na mlađe generacije, koje će razumjeti krajnju vrijednost rada provedenog od strane starijih osoba. Na taj način društvo može biti dovedeno u sklad sa starijom generacijom, priznajući njihov rad i vrijednost učenja koje se stječe u kasnijoj dobi života. Štoviše, europska dimenzija ovoga projekta također otvara vrata istraživanju kulturnog nasljeđa drugih zemalja. U tome smislu, ovaj projekt slijedi linije ciljeva koje slijedi Europska godina kulturnog nasljeđa (Odluka [EU] 2017./864): “poticati dijeljenje i uvažavanje europskog kulturnog nasljeđa kao priznatog zajedničkog resursa, potaknuti svjest o zajedničkoj povijesti i vrednotama te pojačati osjećaj pripadanja zajedničkom europskom prostoru”[15] (Europska Unija, 2018.).

15. "To encourage the sharing and appreciation of Europe’s cultural heritage as a jointly owned resource, to raise awareness of common history and values, and to reinforce a sense of belonging to a common European space"



RUTE



RUTE

Za sam kraj projekta svi partneri, osim Španjolske, osmislili su pet različitih ruta, a Španjolski tim je osmislio šest. Rute su osmišljene temeljem preporuka Odbora eksperata, kao i prijedloga te interesa koje su pokazali sami sudionici (starije osobe) uključeni u provedbu projekta. Svi partneri su se dogovorili kako će neke rute uključivati i odnos ljudi i prirode te pokušati naglasiti važne aspekte tog odnosa europskim posjetiteljima.

Iskustvo sudionika u osmišljavanju i implementaciji ruta razlikovalo se, u određenoj mjeri, od zemlje do zemlje, ali svi su se susreli s brojnim poteškoćama koje su nastale kao posljedica pandemije COVID-19. Osim toga, tim u Hrvatskoj se nosio i s problemima uslijed potresa koji je pogodio Zagreb 22.3.2020. u trenutku kada su rute nastajale te su tako odjednom ciljna mjesta kulturnog nasljeđa uništena odnosno nisu više bila dostupna. Važno je naglasiti i kako su neke rute u Varšavi vratile u sjećanje teške uspomene na Drugi svjetski rat, posebno među sudionicima koji imaju više od 70 godina kojima je sjećanje na uništenu Varšavu još uvijek živo.Na sljedećim stranicama biti će predstavljen rezultat našeg rada.



HRVATSKA



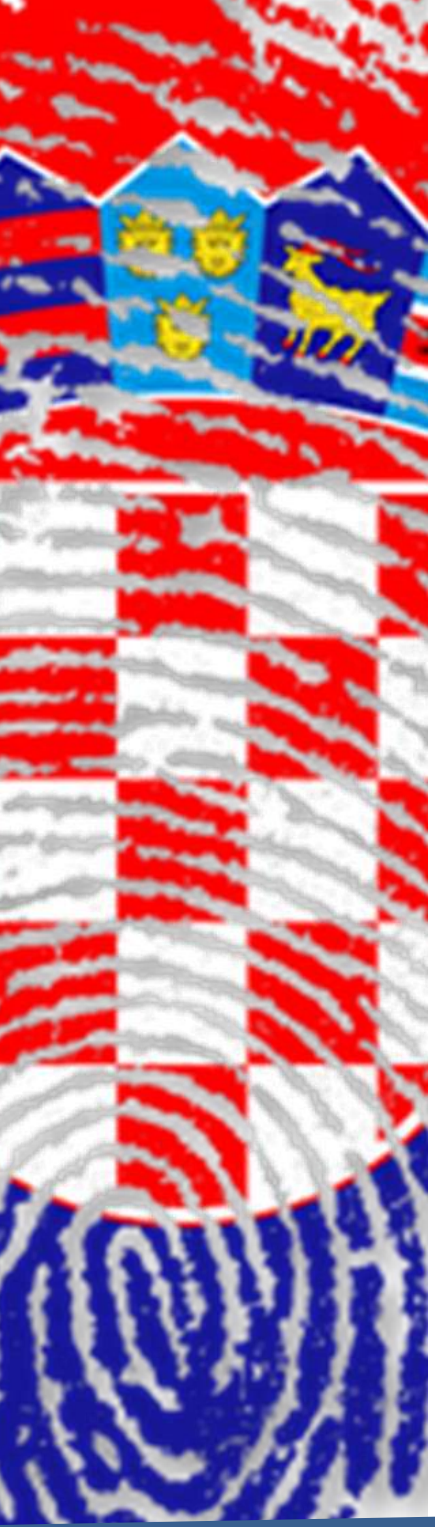
ISLAND



POLJSKA



ŠPANJOLSKA



HRVATSKA

ISTRAŽIVANJE O RUTAMA

U Hrvatskoj, svaka od pet grupa istražila je i opisala jednu rutu služeći se pri tome pametnim uređajima te ih je naknadno objavila u Wikilocu© na hrvatskom i engleskom jeziku.

ODABIR RUTA

Pri odabiru ruta vodili smo se za idejom da su i pokretno i nepokretno kulturno nasljeđe važan dio ne samo lokalnog već i nacionalnog identiteta, a osim toga uzeli smo u obzir i preporuke koje nam je dao Odbor eksperata. Sudionici projekta su se stoga odlučili pisati ne samo o nasljeđu koje je ključan dio njihova identiteta, već i o lokalitetima i aktivnostima uz koje su emotivno vezani. Nalazi li se taj lokalitet ili aktivnost na popisu zaštićenog kulturnog nasljeđa nije bio niti jedini niti ključni kriterij. Kako je za vrijeme provedbe projekta HeiM Zagreb pogodio potres, lokaliteti koje smo odabrali, fotografirali i o kojima smo pisali odjednom su dobili sasvim novo značenje za sve nas. To su postala mjesta koja su za nas imala posebno značenje, nosila uspomene, mjesta na kojima smo se susretali s prijateljima ili obitelji, mjesta na kojima smo voljeli provoditi svoje slobodno vrijeme i odmarati se. Nakon potresa, ta mjesta više ne možemo posjećivati, jer nisu sigurna. Muzeji su zatvoreni, a neki su se morali trajno preseliti, jer su oštećenja takva da se više neće moći popraviti, zatvoreni su naši kafići, restorani, neke knjižnice. Život u centru grada poprilično je drugačiji od onoga kakav je bio prije samo nekoliko mjeseci. Samim time, rute koje sada opisujemo uključuju dio nasljeđa koje je izmijenjeno, ali ipak mi smo se odlučili držati svog prvotnog plana, jer smo na taj način htjeli odati počast gradu kakav je nekoć bio.

HRVATSKA
AKTIVNE RUTE ZDRAVLJA PO EUROPSKOM NASLJEĐU



RUTA HR1

Kazalište, glazba i arhitektura

RUTA HR2

Stopama znamenitih Zagrepčana





RUTA HR3

Zagreb i moderna

RUTA HR4

Gornji grad i Kaptol – povijest i kultura





RUTA HR5

Priroda u srcu Zagreba

HRVATSKA
ISLAND
POLJSKA
ŠPANJOLSKA



RUTA

HR1
Kazalište, glazba i arhitektura

TIM

- D.Bebek Miletić
- V.Vidmar
- Z.Brlek
- J. Rodić
- K. Tamhina



Ruta HR1
Kazalište, glazba i arhitektura

U ovoj ruti željeli smo posjetiteljima i Zagrepčanima ispričati priče koje skrivaju zgrade pored kojih prolaze dok razgledavaju Zagreb, a da im pri tome te zgrade ne izgledaju niti važno niti interesantno. Zagreb ima bogat koncertni i kazališni život tijekom cijele godine i tako već godinama. Kako je Zagreb bio samo mali dio velike Monarhije (Austro – Ugarske) nikada nije imamo jako bogato plemstvo, niti dvor koji bi donosio novac gradu kako bi se mogle graditi zgrade važne za kulturni život. Unatoč tome, grad je imao kazalište, glazbeni institut, knjižnicu, arhiv i slično. Sve te institucije svoj su život započele u privatnim domovima, crkvama i tavernama. S vremenom su toliko narasle da su prerasle prostore u kojima su nastale i tražile su vlastiti prostor. Nakon potresa 1880. Zagreb se spustio s Gornjeg grada i Kaptola u Donji grad i napravljena je nova regulatorna osnova za širenje grada. U novim planovima predviđene su lokacije za izgradnju novih zgrada. U vrijeme kada su nastajale sve te zgrade i parkovi, koji se nalaze i u ovoj turi, bili su nešto novo, posebno. Neke od njih osmislili su poznati arhitekti i kipari poput Meštrovića, Lenucija, Bolléa i tako dalje. Vjerujemo da će posjetiteljima koji se odluče za ovu turu biti zanimljivo vidjeti da naša arhitektura jako sliči na onu koja se može vidjeti u Budimpešti, Grazu ili Beču, ona je najbolji dokaz da smo nekoć bili dijelom Austro-Ugarske Monarhije, a vjerujemo da je to dodana europska vrijednost ove ture.





POVEZNICA

https://www.wikiloc.com/walking-trails/en-theatre-music-and-architecture-50664916

INFORMACIJA

6,25 km.		140 m.	
23 m.		114 m.	
23 m.		Da	
Lagano		Da	

HRVATSKA
ISLAND
POLJSKA
ŠPANJOLSKA

Udaljenost	Penjanje	Spuštanje	Elevacijski maksimum	Elevacijski minimum	Tehničke poteškoće	Završetak na početnoj točci (petlja)	Pristupačnost



Ruta HR1
Kazalište, glazba i arhitektura

www.heimheritage.eu

Naziv rute	Kazalište, glazba i arhitektura
Tema rute	Kulturni život grada
Redni broj / Web poveznica	HR1 – Kazalište, glazba i arhitektura
Naziv osnovnog elementa	Kazališni i glazbeni život
Geografska dužina i širina	45° 48’ 45” SGŠ 015° 58' 40” IGD
Kratki opis	Kazališni život u Zagrebu dugo je bio vezan uz različite gostujuće trupe koje su nastupale što po brojnim gostionicama, a što u privatnim kućama zagrebačkog plemstva. Tek u 19. stoljeću stvaraju se uvjeti za otvaranje prvih javnih kazališta te glazbenih škola, a od tada njihov broj samo raste. Danas u Zagrebu imamo preko stotinu kazališta (što privatnih što javnih) i koncertnih dvorana.
Pristupne ceste	Ilica
Javni gradski prijevoz	Tramvaji broj 12, 17 i 1 - postaja Trg bana Jelačića
Pristupačnost za osobe s ograničenom mogućnosti kretanja	Da
Dodatni sadržaji	Na određenim lokacijama postoje panel ploče s brojnim informacijama
Tim	D.Bebek Miletić, V.Vidmar, Z.Brlek, J. Rodić, K. Tamhina

Opisna tablica

Kriterij	Izvrsno/Dobro/Loše	Ocjena
Jedinstveno	9-7 / 6-4 / 3-1	7
Privlačno za europske posjetitelje	9-7 / 6-4 / 3-1	9
Pristupačnost	9-7 / 6-4 / 3-1	7
Ugroženost lokaliteta s obzirom na broj posjetitelja	9-7 / 6-4 / 3-1	8
Pristup omogućen kroz cijelu godinu	6-5 / 4-3/ 2-1	6
Trenutačan broj posjetitelja	6-5 / 4-3/ 2-1	5
Dostupnost informacija	6-5 / 4-3/ 2-1	4
Lako za objasniti/opisati	3 / 2 / 1	3
Važnost sadržaja	3 / 2 / 1	3
Siguran pristup	3 / 2 / 1	2
Zanimljivo za osobe treće životne dobi	3 / 2 / 1	3
	Konačna ocjena	**57/66**



Ruta HR1
Kazalište, glazba i arhitektura













HRVATSKA
ISLAND
POLJSKA
ŠPANJOLSKA



RUTA	TIM	
HR2 Stopama znamenitih Zagrepčana	- D.Bebek Miletić - V.Vidmar - Z.Brlek	- J. Rodić - K. Tamhina



Ruta HR2
Stopama znamenitih Zagrepčana

U ovoj turi smo posjetitelje Zagreba htjeli upoznati s nekima od ljudi koji su Zagreb pretvorili u ono što je on sada. Kako je Zagreb jedan relativno malen glavni grad, a Hrvatska je površinski mala zemlja, naučeni smo na to da većina naših posjetitelja ne zna tko je bio Ivan Meštrović, što je to ilirski pokret, zašto imamo stube biskupa Duha, tko je bila dama koja ima svoj kip u Tkalčićevoj ulici i tako dalje. Shodno tomu, posjetitelji koji se odluče za ovu rutu će saznati tko su bili ovi ljudi te zašto se nam tako važni. Ova tura je posebna i zbog još jedne stvari, ona naime uključuje posjet groblju Mirogoju. Dugo smo raspravljali treba li groblje uključiti u rutu jer su neki od sudionika smatrali da posjet groblju neće biti interesantan posjetiteljima. No na kraju smo se odlučili uključiti ga u rutu jer Mirogoj nije obično groblje, posjetom njemu posjetitelj dobiva dobar pregled novije hrvatske povijesti (od kraja 19. stoljeća). Vjerujemo da će nakon ove ture posjetitelji Zagreba dobiti jasniju sliku o našoj povijesti.



POVEZNICA

https://www.wikiloc.com/walking-trails/en-following-the-footsteps-of-famous-zagrebians-50749985

INFORMACIJA

Udaljenost	8,97 km.	Elevacijski maksimum	216 m.
Penjanje	122 m.	Elevacijski minimum	125 m.
Spuštanje	122 m.	Završetak na početnoj točci (petlja)	Da
Tehničke poteškoće	Lagano	Pristupačnost	Da

HRVATSKA

ISLAND

POLJSKA

ŠPANJOLSKA



Udaljenost | Penjanje | Spuštanje | Elevacijski maksimum | Elevacijski minimum | Tehničke poteškoće | Završetak na početnoj točci (petlja) | Pristupačnost



Ruta HR2
Stopama znamenitih Zagrepčana

www.heimheritage.eu

Naziv rute	Stopama znamenitih Zagrepčana
Tema rute	Zagrepčana koji su obilježili razvoj grada
Redni broj / Web poveznica	HR2 - Stopama znamenitih Zgrebčana
Naziv osnovnog elementa	Životi poznatih Zagrepčana
Geografska dužina i širina	45° 48’ 45” SGŠ 015° 58' 40” IGD
Kratki opis	Zagreb, odnosno Gornji grad se od 13. stoljeća razvija kao slobodan kraljevski grad što je privuklo brojne trgovce i obrtnike iz cijele Europe da se dosele i nastane u našem gradu. Tko su bili ti ljudi, kako su pridonijeli razvoju grada može se saznati kroz ovu šetnju gradom te posjetom poznatom zagrebačkom groblju Mirogoju.
Pristupne ceste	Ilica
Javni gradski prijevoz	Autobusna linija broj 106 Kaptol - Mirogoj
Pristupačnost za osobe s ograničenom mogućnosti kretanja	Da
Dodatni sadržaji	Na određenim lokacijama postoje panel ploče s brojnim informacijama
Tim	D.Bebek Miletić, V.Vidmar, Z.Brlek, J. Rodić, K. Tamhina

Opisna tablica

Kriterij	Izvrsno/Dobro/Loše	Ocjena
Jedinstveno	9-7 / 6-4 / 3-1	7
Privlačno za europske posjetitelje	9-7 / 6-4 / 3-1	9
Pristupačnost	9-7 / 6-4 / 3-1	7
Ugroženost lokaliteta s obzirom na broj posjetitelja	9-7 / 6-4 / 3-1	8
Pristup omogućen kroz cijelu godinu	6-5 / 4-3/ 2-1	6
Trenutačan broj posjetitelja	6-5 / 4-3/ 2-1	5
Dostupnost informacija	6-5 / 4-3/ 2-1	4
Lako za objasniti/opisati	3 / 2 / 1	3
Važnost sadržaja	3 / 2 / 1	3
Siguran pristup	3 / 2 / 1	2
Zanimljivo za osobe treće životne dobi	3 / 2 / 1	3
	Konačna ocjena	**57/66**



Ruta HR2
Stopama znamenitih Zagrepčana











HRVATSKA
ISLAND
POLJSKA
ŠPANJOLSKA



RUTA

HR3
Zagreb i moderna

TIM

- D.Bebek Miletić
- V.Vidmar
- G.Vidmar
- Z.Brlek
- J. Rodić
- K. Tamhina



Ruta HR3
Zagreb i moderna

Za razvoj ove ture inspiraciju smo pronašli u samoj zgradi POUZ-a. Činjenica je da je za većinu naših polaznika, a jednako tako i ostalih Zagrepčana pripadnika iste generacije ova zgrada igrala važnu ulogu u njihovim životima. Oni su ovdje znali dolaziti kao studenti na predavanja, u kino, a neki su se čak i vjenčali u ovoj zgradi. Kada je dakle odlučeno da ćemo zgradu uvrstiti u turu, htjeli smo budućim posjetiteljima Zagreba pokazati kako se grad razvijao od 19. stoljeća na ovamo, ali smo se željeli koncentrirati na radnike i industriju. Na žalost tijekom 90ih godina prošlog stoljeća većina zagrebačke industrije se ugasila, ali dijelovi zgrada su zaštićeni kao industrijsko nasljeđe koje je danas zbog manjka financijskih sredstava prepušteno propadanju. Mislili smo da će posjetiteljima Zagreba biti interesantno vidjeti kako je Zagreb započeo svoj rast, koliko su nekoć radnici bili važni, a gdje smo sada. Sudionicima rute ovo je bila jako draga tura jer je vratila brojna sjećanja iz njihove mladosti.



POVEZNICA

https://www.wikiloc.com/walking-trails/en-zagreb-and-postmodernism-49669592

INFORMACIJA

13,12 km.		141 m.	
51 m.		113 m.	
61 m.		Ne	
Umjereno		Da	



Udaljenost	Penjanje	Spuštanje	Elevacijski maksimum	Elevacijski minimum	Tehničke poteškoće	Završetak na početnoj točci (petlja)	Pristupačnost

HRVATSKA
ISLAND
POLJSKA
ŠPANJOLSKA



Ruta HR3
Zagreb i moderna

www.heimheritage.eu

Naziv rute	Zagreb i moderna
Tema rute	Moderni grad
Redni broj / Web poveznica	HR3 - Zagreb i moderna
Naziv osnovnog elementa	Zagreb i moderna
Geografska dužina i širina	45° 48’ 45” SGŠ 015° 58' 40” IGD
Kratki opis	Svoj razvoj Zagreb može zahvaliti brojnim obrtima i obrtnicima koji se na Gradec doseljavaju od njegova osnutka polovicom 13. stoljeća, kada je Gradec nosio titulu „slobodnog kraljevskog grada“. U drugoj polovici 19. stoljeća Zagreb se spušta prema Donjem gradu, počinje se razvijati industrija, a s industrijom dolazi i željeznica te novi stanovnici. U drugoj polovici 20. stoljeća Zagreb ulazi u eru postmoderne, grade se novi stambeni blokovi za radnike u novom dijelu Zagreba koji raste na drugoj obali Savi, a danas nosi naziv Novi Zagreb.
Pristupne ceste	Ilica
Javni gradski prijevoz	Tramvaji broj 11, 6, 2 i 1 - postaja Mandaličina
Pristupačnost za osobe s ograničenom mogućnosti kretanja	Da
Dodatni sadržaji	Na određenim lokacijama postoje panel ploče s brojnim informacijama
Tim	D.Bebek Miletić, V.Vidmar, G. Vidmar Z.Brlek, J. Rodić, K. Tamhina

Opisna tablica

Kriterij	Izvrsno/Dobro/Loše	Ocjena
Jedinstveno	9-7 / 6-4 / 3-1	7
Privlačno za europske posjetitelje	9-7 / 6-4 / 3-1	9
Pristupačnost	9-7 / 6-4 / 3-1	7
Ugroženost lokaliteta s obzirom na broj posjetitelja	9-7 / 6-4 / 3-1	8
Pristup omogućen kroz cijelu godinu	6-5 / 4-3/ 2-1	6
Trenutačan broj posjetitelja	6-5 / 4-3/ 2-1	5
Dostupnost informacija	6-5 / 4-3/ 2-1	4
Lako za objasniti/opisati	3 / 2 / 1	3
Važnost sadržaja	3 / 2 / 1	3
Siguran pristup	3 / 2 / 1	2
Zanimljivo za osobe treće životne dobi	3 / 2 / 1	3
	Konačna ocjena	**57/66**



Ruta HR3
Zagreb i moderna



HRVATSKA

ISLAND

POLJSKA

ŠPANJOLSKA



HRVATSKA
ISLAND
POLJSKA
ŠPANJOLSKA

RUTA

HR4
Gornji grad i Kaptol – povijest i kultura

TIM

- D.Bebek Miletić
- M.Hudina
- I.Topić
- V.Vidmar
- Z.Brlek
- J. Rodić
- K. Tamhina
- D.Benko



Ruta HR4
Gornji grad i Kaptol – povijest i kultura

www.heimheritage.eu

Svaki posjetitelj Zagreba, čak i onaj koji će ostati svega nekoliko sati u gradu posjetit će Katedralu i Trg svetog Marka, jer se radi o dva najpoznatija lokaliteta u Zagrebu. Imajući to na umu željeli smo osmisliti jednu turu koja bi omogućila posjetiteljima ne samo da vide ove dvije ključne lokacije, već i da nauče nešto o bogatoj gradskoj povijesti. Ova tura je idealna za nekoga tko će u gradu ostati svega nekoliko sati jer će moći vidjeti sve važnije zgrade poput Katedrale, tržnice Dolac, ulice Krvavi most, Kamenitih vrata, crkve svetog Marka i to sve u samo dva sata. S druge strane, posjetitelji koji imaju više vremena mogu to sve obići laganijim tempom, zaustaviti se na Dolcu (popiti kavu, doručkovati ili ručati), potom nastaviti svoju šetnju prema Gornjem gradu i na Kamenitim vratima ponovno popiti kavu, možda posjetiti jedan od gornjogradskih muzeja. Na ovaj način tura će trajati nekoliko sati. U oba slučaja posjetitelji će vidjeti i naučiti dosta toga iz naše povijesti s tim da ovisno o raspoloživom vremenu i njihovim interesima, ova tura može biti dulja ili kraća.





POVEZNICA

https://www.wikiloc.com/walking-trails/en-gornji-grad-and-kaptol-history-and-culture-49283344

INFORMACIJA

4,67 km.	167 m.
56 m.	126 m.
59 m.	Ne
Umjereno	Da

HRVATSKA
ISLAND
POLJSKA
ŠPANJOLSKA





Udaljenost | Penjanje | Spuštanje | Elevacijski maksimum | Elevacijski minimum | Tehničke poteškoće | Završetak na početnoj točci (petlja) | Pristupačnost



Ruta HR4
Gornji grad i Kaptol – povijest i kultura

HERITAGE IN MOTION
www.heimheritage.eu

Naziv rute	Gornji grad i Kaptol – povijest i kultura
Tema rute	Razvoj Zagreb
Redni broj / Web poveznica	HR4 - Gornji grad i Kaptol – povijest i kultura
Naziv osnovnog elementa	Arhitektura
Geografska dužina i širina	45° 48’ 45” SGŠ 015° 58' 40” IGD
Kratki opis	Zagreb se 1850. počeo spuštati prema Donjem gradu, nakon što je došlo do ujedinjenja Gradeca (Gornji grad), Kaptola, Laške vesi i Nove vesi. Do te godine cjelokupni život se odvijao na dva zagrebačka brda. Na tom površinski malom prostoru u prošlosti je bilo puno življe nego li danas, zahvaljujući ponajprije brojnim obrtnicima koji su tu živjeli. Mada su obrtnici u velikom dijelu nestali niti jedno od ova dva dijela nije izgubilo na svome šarmu i ljepoti.
Pristupne ceste	Ilica
Javni gradski prijevoz	Tramvaji broj 12, 17, 11, 6, 13 i 1 - postaja Trg bana Josipa Jelačića
Pristupačnost za osobe s ograničenom mogućnosti kretanja	Da
Dodatni sadržaji	Na određenim lokacijama postoje panel ploče s brojnim informacijama
Tim	D.Bebek Miletić, M.Hudina, I.Topić, V.Vidmar, Z.Brlek, J. Rodić, K. Tamhina, D.Benko

Opisna tablica

Kriterij	Izvrsno/Dobro/Loše	Ocjena
Jedinstveno	9-7 / 6-4 / 3-1	6
Privlačno za europske posjetitelje	9-7 / 6-4 / 3-1	9
Pristupačnost	9-7 / 6-4 / 3-1	7
Ugroženost lokaliteta s obzirom na broj posjetitelja	9-7 / 6-4 / 3-1	8
Pristup omogućen kroz cijelu godinu	6-5 / 4-3/ 2-1	6
Trenutačan broj posjetitelja	6-5 / 4-3/ 2-1	5
Dostupnost informacija	6-5 / 4-3/ 2-1	6
Lako za objasniti/opisati	3 / 2 / 1	3
Važnost sadržaja	3 / 2 / 1	3
Siguran pristup	3 / 2 / 1	2
Zanimljivo za osobe treće životne dobi	3 / 2 / 1	3
	Konačna ocjena	**58/66**



Ruta HR4
Gornji grad i Kaptol – povijest i kultura











HRVATSKA
ISLAND
POLJSKA
ŠPANJOLSKA



HERITAGE IN MOTION
www.heimheritage.eu

HRVATSKA
ISLAND
POLJSKA
ŠPANJOLSKA

RUTA

HR5
Priroda u srcu Zagreba

TIM

- D.Bebek Miletić
- M.Hudina
- I.Topić
- V.Vidmar
- Z.Brlek
- Z. Veber



Ruta HR5
Priroda u srcu Zagreba

Zagrepčani su jako ponosni na gradske parkove, jezera i vrtove. Ovom turom htjeli smo posjetiteljima pokazati kako su utjecala (i još uvijek utječu) dva prirodna obilježja na razvoj grada. Osim toga primijetili smo da većina posjetitelja Zagreba rijetko kada posjete Maksimir ili Ribnjak, a da Dubravkin put ili Cmrok niti ne spominjemo. Vjerujemo da za potonja dva posjetitelji nisu niti čuli, a oba lokaliteta su predivna i vrijedi ih posjetiti. Ova tura je najdulja i za nju će trebati izdvojiti nešto više vremena. Idealna je za sve one koji će u gradu provesti nekoliko dana i vole prirodu.

.









POVEZNICA

https://www.wikiloc.com/walking-trails/en-nature-in-the-heart-of-zagreb-49235447

INFORMACIJA

9,54 km.		165 m.	
65 m.		117 m.	
69 m.		Ne	
Umjereno		Da	

Udaljenost | Penjanje | Spuštanje | Elevacijski maksimum | Elevacijski minimum | Tehničke poteškoće | Završetak na početnoj točci (petlja) | Pristupačnost

HRVATSKA
ISLAND
POLJSKA
ŠPANJOLSKA



Ruta HR5
Priroda u srcu Zagreba

www.heimheritage.eu

Naziv rute	Priroda u srcu Zagreba
Tema rute	Parkovi, vrtovi i jezera Zagreba
Redni broj / Web poveznica	HR5 – Priroda u srcu Zagreba
Naziv osnovnog elementa	Priroda
Geografska dužina i širina	45° 48’ 45” SGŠ 015° 58' 40” IGD
Kratki opis	Zagreb se smjestio između planine Medvednice te rijeke Save, koju je prešao tek nakon završetka Drugog svjetskog rata. Ove dvije prirodne granice utjecale su na širenje grada, koji se razvijao u smjeru istok-zapad, a istovremeno su zaslužne i za prirodu koja stanovnicima Zagreba omogućuje da žive u gradu, a da istovremeno koristeći javni gradski prijevoz ili bicikle mogu pecati, planinariti, brati kestenje, šumske jagode te se zimi sanjkati i skijati, a da pri tome ne napuštaju Zagreb.
Pristupne ceste	Maksimirska cesta
Javni gradski prijevoz	Tramvaj broj 12 – Postaja: “Maksimir”
Pristupačnost za osobe s ograničenom mogućnosti kretanja	Da
Dodatni sadržaji	Na određenim lokacijama postoje panel ploče s brojnim informacijama
Tim	D.Bebek Miletić, M.Hudina, I.Topić, V.Vidmar, Z.Brlek, Z. Veber

Opisna tablica

Kriterij	Izvrsno/Dobro/Loše	Ocjena
Jedinstveno	9-7 / 6-4 / 3-1	6
Privlačno za europske posjetitelje	9-7 / 6-4 / 3-1	8
Pristupačnost	9-7 / 6-4 / 3-1	6
Ugroženost lokaliteta s obzirom na broj posjetitelja	9-7 / 6-4 / 3-1	8
Pristup omogućen kroz cijelu godinu	6-5 / 4-3/ 2-1	6
Trenutačan broj posjetitelja	6-5 / 4-3/ 2-1	5
Dostupnost informacija	6-5 / 4-3/ 2-1	5
Lako za objasniti/opisati	3 / 2 / 1	3
Važnost sadržaja	3 / 2 / 1	2
Siguran pristup	3 / 2 / 1	2
Zanimljivo za osobe treće životne dobi	3 / 2 / 1	5
	Konačna ocjena	**53/66**

HRVATSKA
ISLAND
POLJSKA
ŠPANJOLSKA



Ruta HR5
Priroda u srcu Zagreba





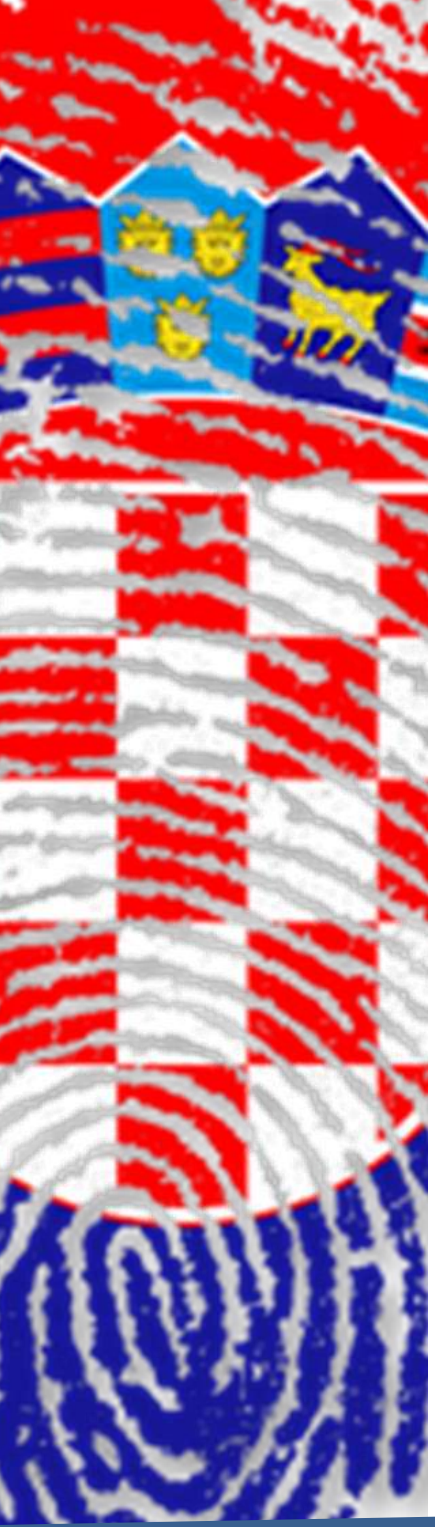


HRVATSKA
ISLAND
POLJSKA
ŠPANJOLSKA

ZAKLJUČAK

Htjeli bismo naglasiti da se hrvatski tim susreo s brojnim problemima i to ne samo zbog pandemije COVID-19. Uspjeli smo osmisliti rute, pronaći literaturu, odraditi *in-situ* posjete, napraviti nekoliko fotografija, ali nas je onda zadesila pandemija i svi smo ostali zatvoreni u svojim domovima. No, svega tjedan dana nakon što smo bili zatvoreni, pogodio nas je potres. Kada smo u lipnju 2020. mogli napokon izaći iz stanova i slobodno se kretati po gradu, ipak se nismo kretali po samom centru grada, osim ako to nije bilo nužno, jer je sam centar bio preopasan za šetnje. Problem koji se pojavio s potresom jest taj da je većina zgrada koje smo opisali i za koje smo smatrali da ih vrijedi posjetiti (iznutra ne samo izvana), su zatvorene za posjete i ostat će zatvorene još dugo vremena. Neke od institucija (kao primjerice zgrada nekadašnjeg kazališta Amadeo, danas zgrada Hrvatskog prirodoslovnog muzeja) morat će se preseliti, jer je zgrada u tako lošem stanju, da se ne smije koristiti.





ZAKLJUČAK

Dodatni problem s kojim smo se suočili bila je i upotreba Wikiloca©. Zagrebačkom timu bilo je jednostavnije osmisliti rutu, napisati tekst i proći onda rutu u živo i tek nakon toga je postaviti na Wikiloc© tj. postaviti rutu ručno. Nekim od studenta bilo je jednostavnije osmišljavanje ruta, te naknadno dodavanje tekstova i fotografija. Vjerujemo da bi to sve bilo puno jednostavnije i lakše da smo u ožujku imali mogućnost sjesti zajedno i raditi u Wikilocu© korak po korak, kao što smo inicijalno i planirali.

Pokušali smo koristiti Zoom platformu za sastanke, ali i to se pokazalo kao problem, jer neki od sudionika žive, u samom centru i nakon potresa morali su se nositi s cijelim nizom problema kao što su nedostatak grijanja, tople vode, Interneta te je bilo nemoguće organizirati sastanak sa svim polaznicima u isto vrijeme.Polaznici su stoga dolazili do POU Zagreb individualno kako bismo mogli proći kroz Wikiloc© i riješiti probleme. Polaznici su naglasili kako im je jako nedostajao timski rad.

ISLAND

ISTRAŽIVANJE O RUTAMA

Na Islandu je svaka od pet grupa pratila i opisala jednu ruta koristeći se pri tome pametnim uređajima i objavljujući rute na engleskom i islandskom jeziku na Wikiloc©. Grupe su se sastojale od ljudi koji su prošli kroz trening program projekta HeiM, a neki od njih su bili uključeni u rad više grupa.

ODABIR RUTA

Svih pet ruta koje su islandski timovi osmislili fokusirane su na šire područje Reykjavika. Većinom su se vezale uz povijesni razvoj grada koji je svoju povijest počeo kao mali ribarski grad, da bi s vremenom postao metropola, a naglasak smo stavili na posljednjih nekoliko stotina godina. Ruta *Laugarnes* primjerice opisuje urbani razvoj regije koja se nekoć nalazila izvan grada, a sada je u samom središtu. Ona je prošla put od stočarskih i ribarskih aktivnosti do industrijskog urbanog razvoja, njezina povijest se veže uz naselje koje datira iz 9. stoljeća. Ova ruta, kao i ostale, ima blisku vezu s utjecajima, poslovnim i kulturnim razmjenama s ostatkom Europe.

Svaka ruta bavi se čovjekovim utjecajem na prirodu te interakcijom jednog i drugog. Tako se primjerice solsticijska šetnja na najdulji dan u godini na sjevernoj polutci odnosi na stari običaj slavljenja Sunca kao snage koja daje život i vuče korijene iz daleke prošlosti.

Europska povezanost postaje posebno vidljiva u ruti koja povezuje gradske skulpture, a fokusira se na umjetnicima koji su se školovali u različitim europskim zemljama i koji su moderne umjetničke trendove donijeli na Island. Jedna od ruta, stara šetnica, otkriva promjene nastale djelovanjem čovjeka na razvoj grada i pokazuje vezu između čovjeka i prirode tj. kada i kako su se prirodne sile odnosno vodopadi, sada sastavni dio grada, nekoć koristili za proizvodnju struje. Šetnja među spomenicima na jednom od starih groblja u Reykjaviku nudi nevjerojatan prikaz razvoja tehnike lijevanog željeza i oživljava povijest.

ISLAND
AKTIVNE RUTE ZDRAVLJA PO EUROPSKOM NASLJEĐU



RUTA IS1

Šetnja u priodi po dolini Ellidaar

RUTA IS2

Povijesno i kulturno nasljeđe u Laugarnesu i Kirkjusanduru





RUTA IS3

Ljetna solsticijska šetnja

RUTA IS4

Kulturno i umjetničko nasljeđe groblja Hólavallagarður





RUTA IS5

Povijesne skulpture Reykjavika

HRVATSKA
ISLAND
POLJSKA
ŠPANJOLSKA





HRVATSKA
ISLAND
POLJSKA
ŠPANJOLSKA

RUTA

IS1
Šetnja u priodi po dolini Ellidaar

TIM

- Dagrun Thordardottir
- Birgir Jonsson



Ruta IS1
Šetnja u priodi po dolini Ellidaar

Dolina Ellidaar je najomiljenija i najveća zelena površina u Reykjaviku, a pokriva različite okoliše koji nude bogat geološki, ornitološki, ihtiološki i vegetacijski život, ali najveća atrakcija je svakako sama rijeka. Ljudi ovu dolinu posjećuju tijekom cijele godine, a posebno okolno stanovništvo. Na sjevernom rubu doline nalazi se muzej na otvorenom *Arbaer* smješten na staroj farmi *Arbaer* koja je stoljećima pružala smještaj putnicima i stočarima koji su u grad nosili različite poljoprivredne proizvode, ali i vodili stoku na sajmove. Šetnja počinje kod *Ellidaar* hidroelektrane. Radi se o 3MW hidroelektrani koju je 1921. godine službeno otvorilo Njegovo veličanstvo Christian X. kralj Danske i u to vrijeme i kralj Islanda. Klasična elektrana u obliku crkve ima gotovo stogodišnju mašineriju koja riječnu vodu pod pritiskom pretvara u održivu struju pokretanjem vodenih turbina koje su povezane s električnim generatorima. Ova elektrana je radila gotovo cijelo stoljeće.

Šetnja nastavlja dalje prema južnom dijelu doline do kojeg se dolazi preko otoka nastalog od lave. Nakon toga se prelazi kroz *Arbaer* branu i dolazi se do etno muzeja *Arbaer*. Od tamo put kreće natrag prema početnoj točci uz stazu koja se nalazi na staroj cesti za Reykjavik.





POVEZNICA

https://www.wikiloc.com/walking-trails/nature-hiking-trail-in-ellidaar-valley-51278767

INFORMACIJA

Udaljenost	4,28 km.	Elevacijski maksimum	58 m.
Penjanje	81 m.	Elevacijski minimum	1 m.
Spuštanje	81 m.	Završetak na početnoj točci (petlja)	Da
Tehničke poteškoće	Umjereno	Pristupačnost	Da

HRVATSKA
ISLAND
POLJSKA
ŠPANJOLSKA



Ruta IS1
Šetnja u priodi po dolini Ellidaar

www.heimheritage.eu

Naziv rute	Šetnja u prirodi po dolini Ellidaar
Tema rute	Priroda, ekološka energija, stare zgrade, stare ceste za Reykjavik
Redni broj / Web poveznica	IS1 - *Ellidaar Valley*
Naziv osnovnog elementa	Priroda i infrastruktura
Geografska dužina i širina	64°07'10.8"SGŠ 21°50'16.6"ZGD
Kratki opis	Šetnja od hidroelektrane *Ellidaar,* otvorene 1921. godine, kroz samu dolinu preko otoka od lave prema jugu. Šetnja se nastavlja preko brane *Arbaer* sve do etno muzeja *Arbaer*. Nakon muzeja staza, koji ide uz staru cestu za Reykjavik, vodi natrag prema početnoj točci.
Pristupne ceste	Stekkjarbakki, Hofdabakki, Laxakvisl, Seidakvisl, Silungakvisl
Javni gradski prijevoz	Uz početnu točku nalazi se parkiralište. Autobusna linija broj 24 ima postaju kod etno muzeja *Arbaer.*
Pristupačnost za osobe s ograničenom mogućnosti kretanja	Dobra većim dijelom puta. Potrebna je manja pomoć pri prelasku mosta preko brane *Arbaer.*
Dodatni sadržaji	Dobri putovi i jasna obilježja uz putove.
Dodatne informacije	Kratka i jednostavna staza (4,3 km)
Primjedbe	Lako se mogu odabrati i druge staze koje prolaze kroz dolinu i ostalo susjedstvo.
Tim	Dagrun Thordardottir i Birgir Jonsson

Opisna tablica

Kriterij	Izvrsno/Dobro/Loše	Ocjena
Jedinstveno	9-7 / 6-4 / 3-1	9
Privlačno za europske posjetitelje	9-7 / 6-4 / 3-1	7
Pristupačnost	9-7 / 6-4 / 3-1	9
Ugroženost lokaliteta s obzirom na broj posjetitelja	9-7 / 6-4 / 3-1	7
Pristup omogućen kroz cijelu godinu	6-5 / 4-3/ 2-1	5
Trenutačan broj posjetitelja	6-5 / 4-3/ 2-1	5
Dostupnost informacija	6-5 / 4-3/ 2-1	6
Lako za objasniti/opisati	3 / 2 / 1	2
Važnost sadržaja	3 / 2 / 1	3
Siguran pristup	3 / 2 / 1	3
Zanimljivo za osobe treće životne dobi	3 / 2 / 1	3
	Konačna ocjena	**59/66**

HRVATSKA
ISLAND
POLJSKA
ŠPANJOLSKA



Ruta IS1
Šetnja u priodi po dolini Ellidaar







RUTA

IS2
Povijesno i kulturno nasljeđe u Laugarnesu i Kirkjusanduru

TIM

- Elsa Ísfold Arnórsdóttir
- Hörður Gíslason
- Ingibjörg Rannveig Guðlaugsdóttir



Ruta IS2
Povijesno i kulturno nasljeđe u Laugarnesu i Kirkjusanduru

Ova ruta vodi kroz kulturno nasljeđe Laugarnes i nekadašnji industrijski prostor, Kirkjusandur. Prepuna je zanimljivih priča o ranom naseljavanju Laugarnesa, kada on još nije bio dio Reykjavika, do današnjih vremena. Ruta objašnjava i planove o velikom industrijskom razvoju Kirkjusandura početkom 20. stoljeća koji je kasnije morao biti napušten te kako su osmišljeni novi, inovativni planovi korištenja postojećih objekata. Ruta opisuje vezu čovjeka i prirode te objašnjava kako je čovjek iskoristio postojeće prirodne resurse kako bi ne samo preživio već si i izgradio život zahvaljujući njima. Ruta govori i o tome kako je jedan od proizvoda – usoljeni bakalar (*baccalá*), koji se prerađivao u Kirkjusanduru, pronašao svoj put do juga Europe.





POVEZNICA

https://www.wikiloc.com/walking-trails/heritage-in-laugarnes-and-kirkjusandur-50727311





INFORMACIJA

2,47 km.		43 m.	
73 m.		4 m.	
73 m.		Da	
Lagano		Da	

Udaljenost	Penjanje	Spuštanje	Elevacijski maksimum	Elevacijski minimum	Tehničke poteškoće	Završetak na početnoj točci (petlja)	Pristupačnost

HRVATSKA

ISLAND

POLJSKA

ŠPANJOLSKA



Ruta IS2
Povijesno i kulturno nasljeđe u Laugarnesu i Kirkjusanduru

Naziv rute	Povijesno i kulturno nasljeđe *Laugarnesa* i *Kirkjusandura*
Tema rute	Naselje u Laugarnesu i industrijski razvoj Kirkjusandura
Redni broj / Web poveznica	IS2 - *Laugarnes and Kirkjusandur*
Naziv osnovnog elementa	Čovjek i priroda; čovjek i planiranje grada
Geografska dužina i širina	64°08'47.4"SGŠ 21°53'36.4"ZGD
Kratki opis	Rutu obilježava zanimljiva i istovremeno istinita povijest o razdoblju od ranog naseljavanja na prostoru Reykjavika – a počelo je još u 9. stoljeću – do današnjih dana. Neki dijelovi su otvoreni za posjetitelje, kao i moderni umjetnički muzej u kojemu se nalaze djela jednog od vodećih islandskih kipara. Osim toga ruta progovara o ambicioznim planovima industrijskog rasta.
Pristupne ceste	Sæbraut, Klettagarðar, Laugarnesvegur i Kringlumýrarbraut
Javni gradski prijevoz	Autobusne linije 13 i 16 na uglu između Sundlaugavegur i Laugarnesvegur.
Pristupačnost za osobe s ograničenom mogućnosti kretanja	Da, ali zimi može biti sklisko.
Dodatni sadržaji	Dostupne su panel ploče s brojnim informacijama na engleskom i islandskom.
Dodatne informacije	Za rutu je potrebno oko 1.5h hodanja.
Primjedbe	Ruta je jednostavna i ugodna za šetnju za sve one koji su u dobnoj skupini 50+ i koji uživaju u šetnji u prekrasnom okolišu.
Tim	Elsa Ísfold Arnórsdóttir, Hörður Gíslason i Ingibjörg Rannveig Guðlaugsdóttir

Opisna tablica

Kriterij	Izvrsno/Dobro/Loše	Ocjena
Jedinstveno	9-7 / 6-4 / 3-1	8
Privlačno za europske posjetitelje	9-7 / 6-4 / 3-1	6
Pristupačnost	9-7 / 6-4 / 3-1	9
Ugroženost lokaliteta s obzirom na broj posjetitelja	9-7 / 6-4 / 3-1	9
Pristup omogućen kroz cijelu godinu	6-5 / 4-3/ 2-1	6
Trenutačan broj posjetitelja	6-5 / 4-3/ 2-1	6
Dostupnost informacija	6-5 / 4-3/ 2-1	6
Lako za objasniti/opisati	3 / 2 / 1	3
Važnost sadržaja	3 / 2 / 1	3
Siguran pristup	3 / 2 / 1	3
Zanimljivo za osobe treće životne dobi	3 / 2 / 1	3
	Konačna ocjena	**62/66**



Ruta IS2

Povijesno i kulturno nasljeđe u Laugarnesu i Kirkjusanduru

www.heimheritage.eu









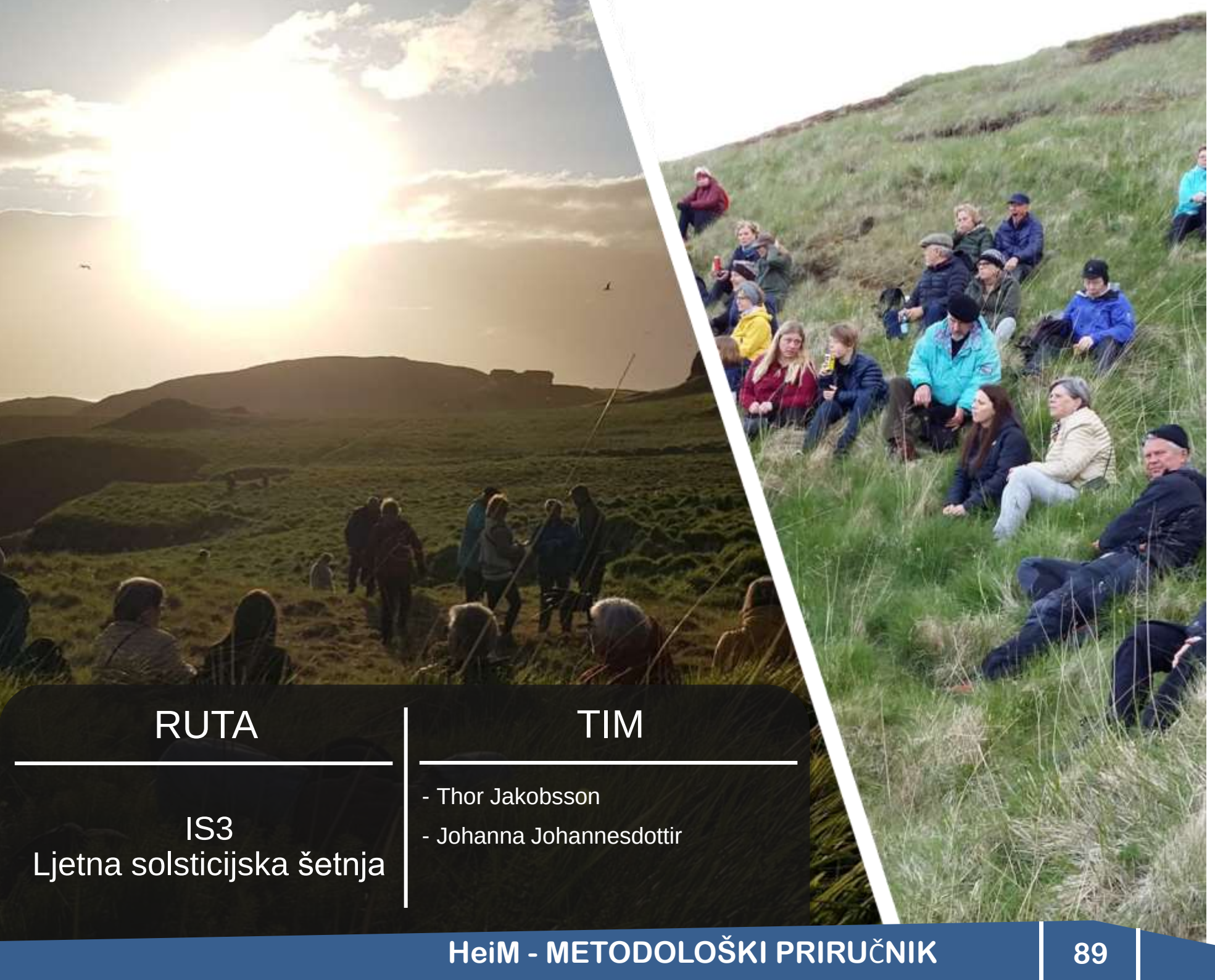


HRVATSKA

ISLAND

POLJSKA

ŠPANJOLSKA



HERITAGE IN MOTION
www.heimheritage.eu

HRVATSKA
ISLAND
POLJSKA
ŠPANJOLSKA

RUTA

IS3
Ljetna solsticijska šetnja

TIM

- Thor Jakobsson
- Johanna Johannesdottir



Ruta IS3
Ljetna solsticijska šetnja

Ljudi proslavljaju ljetni i zimski solsticij već tisućama godina ne samo diljem Europe već cijelog svijeta. Unatoč tome što nisu jednako važni kao u prošlosti, ljudima su solsticiji jednako fascinantni te organiziraju različite tipove festivala koji obilježavaju tu važnu vezu između Zemlje i Sunca. Od 1985. godine u Reykjaviku se održavaju ljetne solsticijske šetnje, a zadnjih 10 godina i na otoku Viðey preko puta luke u Reykjaviku. Trenutačna Wikiloc© staza jedna je od dvije glavne solsticijske staze na otoku Viðey. Ruta počinje vožnjom trajektom koja traje manje od 10 minuta, a njome se prelazi uski kanal.

Povijest ovog otoka od 12. stoljeća na ovamo nam je relativno poznata. On je nekada bio mjesto bogatog kulturnog života na Islandu, a u drugom razdoblju je pak bio samo plodna poljoprivredna zemlja koju su nastanjivali obični građani. U posljednje vrijeme otok postaje sve življi jer je lokalitet poznat po arheološkim ostacima i obnovljenim povijesnim građevinama. Osim što se radi o povijesno značajnoj lokaciji, otok je trenutačno popularan i kao lokalitete bogatih prirodnih atrakcija koji posjećuju brojne obitelji iz Reykjavika i okolice.

Najvažniji element kulturnog nasljeđa je velika zgrada iz 18. stoljeća koja je bila dom Skulia Magnussona, nositelja titule Šerif Islanda, te osnivača modernog Reykjavika. Skuli je među brojnim generacijama poštovan ponajviše zbog brojnih novina i poboljšanja koja je donio Islandu. Sam otok predstavlja fascinantnu kombinaciju prirode i važnih uspomena vezanih ne samo uz povijesti Islanda već i događanja vezanih uz Dansku i Englesku.



POVEZNICA

https://www.wikiloc.com/walking-trails/heim-solstice-walk-path-in-videy-en-47527582

INFORMACIJA

Udaljenost	5,46 km.	Elevacijski maksimum	44 m.
Penjanje	23 m.	Elevacijski minimum	-2 m.
Spuštanje	23 m.	Završetak na početnoj točci (petlja)	Da
Tehničke poteškoće	Umjereno	Pristupačnost	Ne

HRVATSKA
ISLAND
POLJSKA
ŠPANJOLSKA



Ruta IS3
Ljetna solsticijska šetnja

HERITAGE IN MOTION
www.heimheritage.eu

Naziv rute	Ljetna solsticijska šetnja
Tema rute	Proslava života i kulture
Redni broj / Web poveznica	IS3 - *Summer Solstice*
Naziv osnovnog elementa	Arheološki lokaliteti i povijesne zgrade.
Geografska dužina i širina	64°09'22.2"SGŠ 21°52'03.0"ZGD
Kratki opis	Tisućama godina ljudi diljem Europe, ali i cijelog svijeta obilježavaju ljetni i zimski solsticij. Čak i u današnje vrijeme ljudima su solsticiji interesantni i obilježavaju ovu važnu vezu između Zemlje i Sunca. Ovo je kružna šetnica na otoku Viðey, na kojem se ljetne solsticijske šetnje organiziraju tijekom zadnjih 10 godina, a na prostoru regije Reykjavik od 1985.
Pristupne ceste	Nema cesta.
Javni gradski prijevoz	Prijelaz do otoka preko uskog kanala trajektom.
Pristupačnost za osobe s ograničenom mogućnosti kretanja	Za osobe s ograničenom mogućnošću kretanja, ova ruta je dosta teška.
Dodatni sadržaji	Dobri.
Dodatne informacije	Može se odabrati ruta koja bi više odgovarala osobama s ograničenim mogućnostima kretanja.
Primjedbe	Osim što je dobra za naše fizičko zdravlje, ruta je dobra i za naš duh!
Tim	Thor Jakobsson i Johanna Johannesdottir

Opisna tablica

Kriterij	Izvrsno/Dobro/Loše	Ocjena
Jedinstveno	9-7 / 6-4 / 3-1	8
Privlačno za europske posjetitelje	9-7 / 6-4 / 3-1	8
Pristupačnost	9-7 / 6-4 / 3-1	5
Ugroženost lokaliteta s obzirom na broj posjetitelja	9-7 / 6-4 / 3-1	7
Pristup omogućen kroz cijelu godinu	6-5 / 4-3/ 2-1	5
Trenutačan broj posjetitelja	6-5 / 4-3/ 2-1	4
Dostupnost informacija	6-5 / 4-3/ 2-1	4
Lako za objasniti/opisati	3 / 2 / 1	3
Važnost sadržaja	3 / 2 / 1	3
Siguran pristup	3 / 2 / 1	3
Zanimljivo za osobe treće životne dobi	3 / 2 / 1	3
	Konačna ocjena	**53/66**

HRVATSKA
ISLAND
POLJSKA
ŠPANJOLSKA



Ruta IS3
Ljetna solsticijska šetnja



HRVATSKA
ISLAND
POLJSKA
ŠPANJOLSKA



RUTA

IS4
Kulturno i umjetničko nasljeđe groblja Hólavallagarður

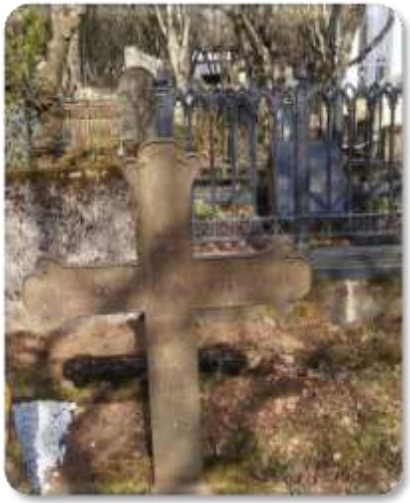
TIM

- Ingibjörg Rannveig Guðlaugsdóttir



Ruta IS4
Kulturno i umjetničko nasljeđe groblja Hólavallagarður

Ova ruta vodi kroz dio kulturnog i umjetničkog nasljeđa groblja Hólavallagarður, a fokusirana je na spomenike rađene od lijevanog željeza sa željeznim križevima. Jedan od razloga zašto se ovo groblje smatra jedinstvenim je zbog velikog broja takvih spomenika, a za jednog od njih se kaže da bi „se isticao na bilo kojem sjeverno-europskom groblju“. Kroz ovu šetnju se može naučiti nešto o groblju, križevima i simbolima koji se nalaze na nekim od križeva te u određenoj mjeri o životima ljudi koji su tu pokopani. Ovo je alternativna ruta za one koji ne mogu dugo hodati ili preferiraju posjete mjestima kulturnog nasljeđa koja su bliža njihovim domovima.







POVEZNICA

https://www.wikiloc.com/walking-trails/cultural-and-artistic-heritage-in-holavallagardur-51329616

INFORMACIJA

0,69 km.		19 m.	
1 m.		2 m.	
1 m.		Da	
Umjereno		Da	

HRVATSKA
ISLAND
POLJSKA
ŠPANJOLSKA

Udaljenost	Penjanje	Spuštanje	Elevacijski maksimum	Elevacijski minimum	Tehničke poteškoće	Završetak na početnoj točci (petlja)	Pristupačnost



Ruta IS4
Kulturno i umjetničko nasljeđe groblja Hólavallagarður

www.heimheritage.eu

Naziv rute	Kulturno i umjetničko nasljeđe groblja Hólavallagarður
Tema rute	Spomenici napravljeni od lijevanog željeza, posebno križevi iz 18. stoljeća koji su svjedoci ondašnje kulture i umjetnosti u kojoj se koristilo lijevano željezo.
Redni broj / Web poveznica	IS4 - *Hólavallagarður Cemetery*
Naziv osnovnog elementa	Groblje, križevi izrađeni od lijevanog željeza
Geografska dužina i širina	64°08'43.1"SGŠ 21°56'43.7"ZGD
Kratki opis	Ruta vodi kroz dio kulturnog i umjetničkog nasljeđa koje postoji na groblju Hólavallagarður gdje se mogu vidjeti spomenici rađeni od lijevanog željeza i koji stoga čine ovo groblje jedinstvenim. Vidjet ćete i spomenik koji bi se „isticao i da se nalazi na bilo kojem drugom sjeverno-europskom groblju“, a osim toga vidjet ćete i željezne križeve koji su podignuti u 19. stoljeću. Moći ćete pročitati i kratke priče i životima pokojnika.
Pristupne ceste	Ljósvallagata, Hólavellir, Kirkjugarðsstígur, Suðurgata, Hringbraut.
Javni gradski prijevoz	Autobusne linije broj 1, 3 i 6 ispred obližnjeg sveučilišnog kampusa
Pristupačnost za osobe s ograničenom mogućnosti kretanja	Većina rute je pristupačna, jedan kraći dio bi mogao predstavljati poteškoću, ali se on može izbjeći.
Dodatni sadržaji	Dostupne su panel ploče s brojnim informacijama na engleskom i islandskom jeziku kroz cijelo groblje.
Dodatne informacije	Ruta je kratka, ali obiluje kulturnim nasljeđem iz prošlih stoljeća.
Primjedbe	Ovo je alternativna ruta za one koji ne mogu ili ne žele dugo hodati.
Tim	Ingibjörg Rannveig Guðlaugsdóttir

Opisna tablica

Kriterij	Izvrsno/Dobro/Loše	Ocjena
Jedinstveno	9-7 / 6-4 / 3-1	8
Privlačno za europske posjetitelje	9-7 / 6-4 / 3-1	6
Pristupačnost	9-7 / 6-4 / 3-1	8
Ugroženost lokaliteta s obzirom na broj posjetitelja	9-7 / 6-4 / 3-1	9
Pristup omogućen kroz cijelu godinu	6-5 / 4-3/ 2-1	6
Trenutačan broj posjetitelja	6-5 / 4-3/ 2-1	5
Dostupnost informacija	6-5 / 4-3/ 2-1	6
Lako za objasniti/opisati	3 / 2 / 1	3
Važnost sadržaja	3 / 2 / 1	3
Siguran pristup	3 / 2 / 1	3
Zanimljivo za osobe treće životne dobi	3 / 2 / 1	2
	Konačna ocjena	**59/66**

HRVATSKA
ISLAND
POLJSKA
ŠPANJOLSKA



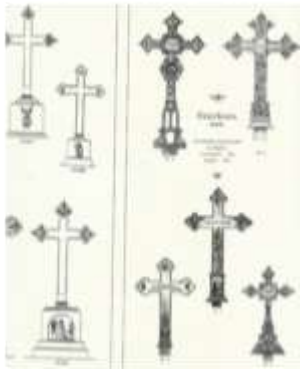
Ruta IS4
Kulturno i umjetničko nasljeđe groblja Hólavallagarður











HRVATSKA

ISLAND

POLJSKA

ŠPANJOLSKA



RUTA

IS5
Povijesne skulpture
Reykjavika

TIM

- Birna Halldórsdóttir
- Elsa Ísfold Arnórsdóttir
- Þórunn Ólafsdóttir



Ruta IS5
Povijesne skulpture Reykjavika

Šetnja među skulpturama u Reykjaviku se može opisati kao tura kroz mješavinu europske i islandske povijesti umjetnosti. Skulpture su važno obilježje Reykjavika i one odražavaju povijest nacije. Šetnja počinje od *Arnarhólla* gdje se nalazi skulptura Ingólfura Arnarsona – prvog doseljenika na Islandu. Ruta nakon toga nastavlja kružno slijedeći svojevrsnu povijesnu vremensku kartu, koja vodi između skulptura najutjecajnijih pojedinaca kada su u pitanju povijest i umjetnost, a mogu se pronaći i kratki opisi skulptura i životopisi kipara. Većina umjetnika koja je stvarala ova umjetnička djela školovana je u umjetničkim školama kontinentalne Europe, a to je vidljivo u njihovim radovima, ali je interesantno vidjeti kako se miješaju njihovo stečeno znanje i islandska kultura. Godine 2019. je Muzej za umjetnost u Reykjaviku ustanovio godinu umjetnosti u javnim prostorima te su osmislili aplikaciju *Reykjavik Outdoor Artworks* koja se može besplatno skinuti za Android telefone i iOS.



POVEZNICA

https://www.wikiloc.com/walking-trails/reykjavik-historical-statues-48744578





INFORMACIJA

3,21 km.		9 m.	
14 m.		-5 m.	
14 m.		Da	
Umjereno		Da	

Udaljenost	Penjanje	Spuštanje	Elevacijski maksimum	Elevacijski minimum	Tehničke poteškoće	Završetak na početnoj točci (petlja)	Pristupačnost

HRVATSKA
ISLAND
POLJSKA
ŠPANJOLSKA



Ruta IS5
Povijesne skulpture Reykjavika

Naziv rute	Povijesne skulpture Reykjavika
Tema rute	Skulpture u povijesnom i kulturnom kontekstu od prvotnih naselja do današnjeg vremena.
Redni broj / Web poveznica	IS5 - *Reykjavik Statues*
Naziv osnovnog elementa	Skulpture ljudi koji su obilježili povijest zemlje i nacije.
Geografska dužina i širina	64°08'52.0"SGŠ 21°55'58.9"ZGD
Kratki opis	Skulpture su važno obilježje Reykjavika i pokazatelj su povijesti nacije. Šetnja počinje u *Arnarhólla* gdje se nalazi skulptura Ingólfura Arnarsona – prvog doseljenika na Island. Ruta nakon toga nastavlja kružno slijedeći svojevrsnu povijesnu vremensku kartu, koja vodi između skulptura najutjecajnijih pojedinaca kada su u pitanju povijest i umjetnost.
Pristupne ceste	Ingólfsstræti, Hverfisgata, Lækjargata, Kirkjustræti, Vonarstræti, Fríkirkjuvegur, Skothúsvegur, Tjarnargata, i Aðalstræti
Javni gradski prijevoz	Autobusne linije 1, 6, 11, 12, 13 na Stjórnarráðið, (ili Arnarhóll/Lækjargata)
Pristupačnost za osobe s ograničenom mogućnosti kretanja	Cijelim putem staze su jako dobre.
Dodatni sadržaji	Staze su većinom opločane ili asfaltirane, a uz put se nalaze klupice za odmor i kafići.
Dodatne informacije	Dobra šetnja za one koji ne mogu dugo hodati.
Primjedbe	Krug skulptura prolazi kroz centar Reykjavika te posjetitelji za vrijeme razgledavanja mogu stati i sjesti na brojnim mjestima.
Tim	Birna Halldórsdóttir, Elsa Ísfold Arnórsdóttir i Þórunn Ólafsdóttir

Opisna tablica

Kriterij	Izvrsno/Dobro/Loše	Ocjena
Jedinstveno	9-7 / 6-4 / 3-1	9
Privlačno za europske posjetitelje	9-7 / 6-4 / 3-1	9
Pristupačnost	9-7 / 6-4 / 3-1	9
Ugroženost lokaliteta s obzirom na broj posjetitelja	9-7 / 6-4 / 3-1	9
Pristup omogućen kroz cijelu godinu	6-5 / 4-3/ 2-1	5
Trenutačan broj posjetitelja	6-5 / 4-3/ 2-1	6
Dostupnost informacija	6-5 / 4-3/ 2-1	5
Lako za objasniti/opisati	3 / 2 / 1	3
Važnost sadržaja	3 / 2 / 1	3
Siguran pristup	3 / 2 / 1	3
Zanimljivo za osobe treće životne dobi	3 / 2 / 1	3
	Konačna ocjena	**64/66**

HRVATSKA
ISLAND
POLJSKA
ŠPANJOLSKA



Ruta IS5
Povijesne skulpture Reykjavika











ZAKLJUČCI

Najzanimljivija faza projekta HeiM bila je „Istraživanje o rutama“ jer smo njome stekli vrijedno iskustvo o tome kako obučiti druge i steći potrebne vještine i znanja koristeći se modernim informacijsko-komunikacijskim tehnologijama (IKT) s posebnim naglaskom na potrebe, interese i mogućnosti ciljne skupine projekta (osobe koje su u dobnoj skupini 50+). Interes i uspjeh islandskih timova bio je izvanredan na više različitih razina. Istraživanje provedeno među članovima timova, nakon što je završena faza osmišljavanja ruta i izvještaja, pokazalo je da svi članovi smatraju kako mogu samostalno odrediti rutu, pronaći je i postaviti na Wikiloc© te naravno naučiti svoje kolege da naprave isto to. Svi su spomenuli koliko im je bilo vrijedno iskustvo koje su stekli kroz program treninga, ali i vođenje kroz sam proces učenja.



ZAKLJUČCI

Što se tiče nastavka korištenja Wikiloca©, timovi su naveli kako ga planiraju koristiti i u budućnosti za pisanje osobnih i obiteljskih povijesti, nadalje planiraju podučiti članove svojih grupa za hodanje/planinarenje tomu kako koristiti ovu tehnologiju i razviti mogućnost da postave multimedijalne materijale na rute. Predlažu da se u budućnosti kao važno kulturno nasljeđe postave lokaliteti vezani uz prirodu, povijest, legende i industriju.

Rezultati su spremni i dostupni svima koji ih žele preuzeti i slijediti rute koje su pune informacija o kulturnom nasljeđu Reykjavika te njegovom povijesnom razvoju od malenog ribarskog grada do metropole u svega nekoliko stotina godina, i to stalno idući prema naprijed. Posao koji se odradio, kao i rezultati osmišljavanja ruta te istraživanja su pokazala da su ljudi treće životne dobi očito savršeni prenositelji kulturne povijesti te nasljeđa koje mogu podijeliti sa svojim kolegama iste dobi, ali i budućim generacijama. Oni su izvrsni prenositelji kulturnog nasljeđa.

POLJSKA

ISTRAŽIVANJE O RUTAMA

U Poljskoj je svaka od pet grupa istražila i opisala jednu rutu koristeći se pri tome pametnim uređajima te su te rute objavili na Wikilocu© na engleskom i poljskom jeziku. Grupe su se sastojale od sudionika programa treninga koji se održao u sklopu projekta HeiM u jesen 2019. godine.

ODABIR RUTA

Četiri rute koje su poljski timovi odabrali nalaze se u samoj Varšavi, a peta je smještena u nekadašnjem predivnom odmarališta u neposrednoj blizini Varšave. Rute pokrivaju povijesna mjesta koja su vezana uz Poljake koji su odigrali važnu ulogu u povijesti Europe, a istovremeno su lokaliteti važni za sve stanovnike Varšave i vezani su uz njihove obiteljske tradicije.

Grad Varšava je u potpunosti razrušen tijekom Drugog svjetskog rata, a mi smo željeli pokazati tragove, uspomene i priče vrsnih Poljaka koji su nekoć živjeli i radili u Varšavi i koji su bliski mnogim Europljanima. Dvije rute su vezane uz živote Poljaka čija se slava proširila diljem svijeta, a obje prominentne osobe rođene su u Varšavi. Radi se o Marii Skłodowski-Curie i Fryderyku Chopinu.

Varšava je osim toga i grad prekrasnih vrtova, parkova i mjesta za rekreaciju. Jedna od staza posjetitelje vodi kroz predivan prirodni rezervat koji je smješten u samom gradu. Ova šetnja daje osjećaj koliko je priroda važna da bismo mogli voditi ispunjen život ili samo ispunjene trenutke dok smo vani.

Isto tako, jedna od ruta slijedi tragove nestajuće drvene arhitekture tipične za odmarališta koje je smješteno u blizini Varšave. Ruta koja slijedi nekadašnje slastičarnice Varšave vodi nas kroz mjesta koja su ostala u sjećanju na djetinjstvo svih stanovnika Varšave.

POLJSKA
AKTIVNE RUTE ZDRAVLJA PO EUROPSKOM NASLJEĐU



RUTA PL1
Varšava Marie Skłodowski-Curie

RUTA PL2
Las Bielański – Šuma u središtu grada





RUTA PL3
Slatka Varšava

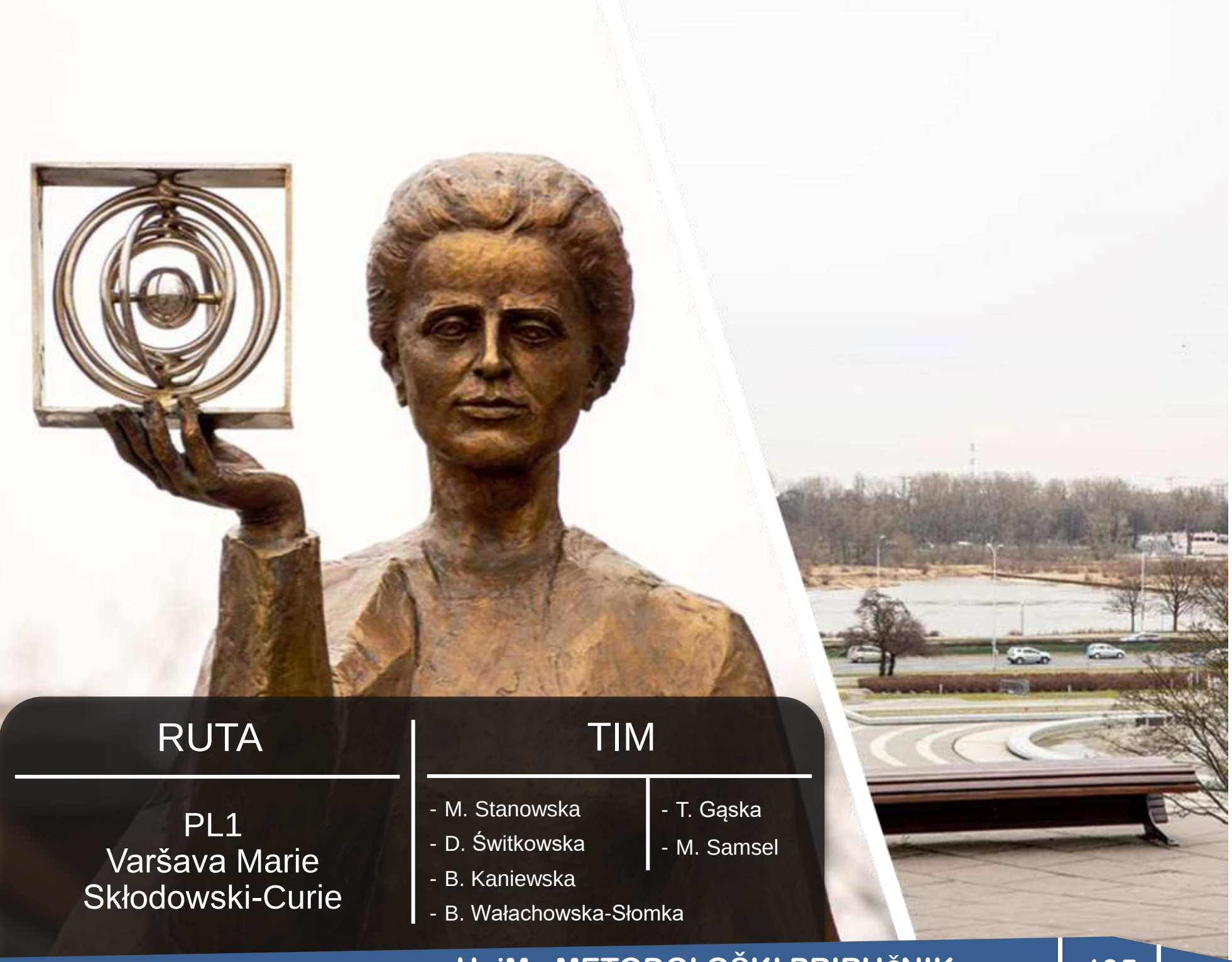
RUTA PL4
Varšava Fryderyka Chopina





RUTA PL5
Świdermajers – drvene vile u Otwocku

HRVATSKA
ISLAND
POLJSKA
ŠPANJOLSKA



RUTA

PL1
Varšava Marie Skłodowski-Curie

TIM

- M. Stanowska
- D. Świtkowska
- B. Kaniewska
- B. Wałachowska-Słomka
- T. Gąska
- M. Samsel

HRVATSKA
ISLAND
POLJSKA
ŠPANJOLSKA



Ruta PL1
Varšava Marie Skłodowski-Curie

Ova tura pokriva mjesta koja su vezana uz djetinjstvo i mladost Marie Skłodowski-Curie. Ruta slijedi korake prve žene koja je dobila Nobelovu nagradu i, za sada, jedine koja je Nobelovu nagradu primila za dvije različite znanstvene discipline (kemija i fizika). Maria Skłodowska-Curie rođena je u Varšavi u kojoj je provela svoje djetinjstvo i mladost. Još kao dijete šetala se uz rijeku Vislu, a danas je njezina skulptura u novom dijelu Varšave okrenuta prema Visli te je to ujedno i početna točka ove rute.

Maria Skłodowska je pripadala generaciji emancipiranih Poljakinja koje su se zahvaljujući školama za djevojke i takozvanom „Plutajućem sveučilištu“ (Uniwersytet Latający) u Varšavi školovale, a to im je omogućilo da se upišu na fakultet, što je u ono doba ženama u carskoj Rusiji bilo onemogućeno. Šetnja nas vodi kroz mjesta na kojima je Maria Skłodowska živjela, gdje je studirala, odrastala i postala slavna zahvaljujući svome uspjehu.







POVEZNICA

https://www.wikiloc.com/hiking-trails/pl-maria-sklodowska-curies-warsaw-1-51205933

INFORMACIJA

4,99 km.		151 m.	
21 m.		82 m.	
31 m.		Ne	
Umjereno		Da	

HRVATSKA
ISLAND
POLJSKA
ŠPANJOLSKA

Udaljenost	Penjanje	Spuštanje	Elevacijski maksimum	Elevacijski minimum	Tehničke poteškoće	Završetak na početnoj točci (petlja)	Pristupačnost



Ruta PL1
Varšava Marie Skłodowski-Curie

www.heimheritage.eu

Naziv rute	Varšava Marie Skłodowski-Curie Od malene Mania do svjetski poznate Marie Skłodowski-Curie
Tema rute	Lokaliteti vezani uz djetinjstvo i mladost Marie Skłodowski-Curie
Redni broj / Web poveznica	PL1 - *Maria Skłodowska-Curie's Warsaw*
Naziv osnovnog elementa	Stari grad Varšava
Geografska dužina i širina	52°15'14.447"SGŠ, 21°0'33.143"IGD
Kratki opis	Šetnja prati korake prve žene koja je dobila Nobelovu nagradu te, za sada, jedine koje je nagradu dobila iz dva različita znanstvena polja (kemija i fizika). Rođena i odrasla u Varšavi, bila je prva žena koja je nosila titulu profesorice na Sveučilištu Sorbona u Parizu kao i prva žena članica Medicinske akademije u Parizu. Bila je i prva žena koja je zbog svojih zasluga pokopana u Panthéonu u Parizu.
Pristupne ceste	637; Ulica Wybrzeze Gdanskie
Javni gradski prijevoz	Autobusne linije 118, 186 – Autobusna postaja: "Sanguszki 01"
Pristupačnost za osobe s ograničenom mogućnosti kretanja	Da
Dodatni sadržaj	Sve zgrade su otvorene za javnosti. Informacije su dostupne na poljskom jeziku. U muzeju su svi opisi dostupni na poljskom i engleskom jeziku.
Tim	M. Stanowska, T. Gąska, D. Świtkowska, B. Wałachowska-Słomka, B. Kaniewska, M. Samsel

Opisna tablica

Kriterij	Izvrsno/Dobro/Loše	Ocjena
Jedinstveno	9-7 / 6-4 / 3-1	7
Privlačno za europske posjetitelje	9-7 / 6-4 / 3-1	7
Pristupačnost	9-7 / 6-4 / 3-1	9
Ugroženost lokaliteta s obzirom na broj posjetitelja	9-7 / 6-4 / 3-1	9
Pristup omogućen kroz cijelu godinu	6-5 / 4-3/ 2-1	6
Trenutačan broj posjetitelja	6-5 / 4-3/ 2-1	5
Dostupnost informacija	6-5 / 4-3/ 2-1	5
Lako za objasniti/opisati	3 / 2 / 1	3
Važnost sadržaja	3 / 2 / 1	3
Siguran pristup	3 / 2 / 1	3
Zanimljivo za osobe treće životne dobi	3 / 2 / 1	3
	Konačna ocjena	**60/66**



Ruta PL1
Varšava Marie Skłodowski-Curie











HRVATSKA
ISLAND
POLJSKA
ŠPANJOLSKA



RUTA

PL2
Las Bielański – Šuma u središtu grada

TIM

- K. Kowalska
- M. Stanowska
- K. Adamski
- A. Grabowska-Jóźwiak
- P. Gąska
- B. Okine



Ruta PL2
Las Bielański – Šuma u središtu grada

Las Bielański [šuma Bielany], jedna je od dva velika rezervata u samom gradu, otvorena 1973. godine, a čine ju preostali dijelovi nekadašnje Mazovianske prašume iz srednjega vijeka, a koja zauzima površinu od 130 hektara. Od 2011. ovaj lokalitet je zaštićen pod europskom ekološkom mrežom Natura 2000 (PLH140041 "Las Bielański"). Šuma ima bogatu floru i faunu u kojoj su svoj dom pronašli hrastovi stariji od 400 godina, a nisu ih zasadili ljudi, već su samo zasađeni. Ne samo hrastovi, već i druge biljke ovdje su se razvijale tijekom nekoliko stoljeća.











POVEZNICA

https://www.wikiloc.com/walking-trails/pl-bielany-forest-forest-in-the-city-centre-2-47718580

INFORMACIJA

5,12 km.		101 m.	
22 m.		67 m.	
0 m.		Ne	
Umjereno		Da	

HRVATSKA

ISLAND

POLJSKA

ŠPANJOLSKA

Udaljenost	Penjanje	Spuštanje	Elevacijski maksimum	Elevacijski minimum	Tehničke poteškoće	Završetak na početnoj točci (petlja)	Pristupačnost



Ruta PL2
Las Bielański – Šuma u središtu grada

Naziv rute	Las Bielański - Šuma u središtu grada. Od asketizma do zabavnog centra.
Tema rute	Kulturno nasljeđe i prirodna staza
Redni broj / Web poveznica	PL2 - *Las Bielański - Forest in the city center*
Naziv osnovnog elementa	Prirodni rezervat i samostan
Geografska dužina i širina	52°17'7.609"SGŠ, 20°58'14.499"IGD
Kratki opis	Las Bielański [šuma Bielany], jedna je od dva velika rezervata u samom gradu, otvorena 1973. godine, a čine ju preostali dijelovi nekadašnje Mazovianske prašume iz srednjega vijeka, a koja zauzima površinu od 130 hektara. Od 2011. ovaj lokalitet je zaštićen pod europskom ekološkom mrežom Natura 2000 (PLH140041 “Las Bielański”). Šuma ima bogatu floru i faunu u kojoj su svoj dom pronašli hrastovi stariji od 400 godina, a nisu ih zasadili ljudi, već su samo zasađeni. Ne samo hrastovi, već i druge biljke ovdje su se razvijale tijekom nekoliko stoljeća
Pristupne ceste	Ulica Podlesna
Javni gradski prijevoz	Autobusne linije broj 121, 157, 185, 197 – Autobusna postaja: "Klaudyny 01"
Pristupačnost za osobe s ograničenom mogućnosti kretanja	Da
Dodatni sadržaj	Panel ploče s informacijama na engleskom i poljskom jeziku.
Dodatne informacije	Staza prolazi kroz šumu. Uvjeti za opuštanje i odmaranje su jako dobri.
Tim	K. Adamski, B. Okine, A. Grabowska-Jóźwiak, K. Kowalska, M. Stanowska, P. Gąska

Opisna tablica

Kriterij	Izvrsno/Dobro/Loše	Ocjena
Jedinstveno	9-7 / 6-4 / 3-1	9
Privlačno za europske posjetitelje	9-7 / 6-4 / 3-1	9
Pristupačnost	9-7 / 6-4 / 3-1	9
Ugroženost lokaliteta s obzirom na broj posjetitelja	9-7 / 6-4 / 3-1	6
Pristup omogućen kroz cijelu godinu	6-5 / 4-3/ 2-1	6
Trenutačan broj posjetitelja	6-5 / 4-3/ 2-1	4
Dostupnost informacija	6-5 / 4-3/ 2-1	6
Lako za objasniti/opisati	3 / 2 / 1	3
Važnost sadržaja	3 / 2 / 1	3
Siguran pristup	3 / 2 / 1	3
Zanimljivo za osobe treće životne dobi	3 / 2 / 1	3
	Konačna ocjena	**61/66**

HRVATSKA
ISLAND
POLJSKA
ŠPANJOLSKA



Ruta PL2
Las Bielański – Šuma u središtu grada







HRVATSKA
ISLAND
POLJSKA
ŠPANJOLSKA



HRVATSKA
ISLAND
POLJSKA
ŠPANJOLSKA

RUTA

PL3
Slatka Varšava

TIM

- B. Kaczanowska
- M. Stanowska
- M. Olszewska
- K. Kowalska
- P. Gąska
- K. Fronc



Ruta PL3
Slatka Varšava

Nudimo vam šetnju po starim kavanama i slastičarnicama Varšave. Zajedno možemo upoznati slatka mjesta koja su vezana uz sjećanja na djetinjstvo svih stanovnika Varšave. Već je godine 1792. u gradu bilo preko stotinu kavana. Ime Wedel poznato je danas svima u Poljskoj. Karol Wedel, pripadnik Evangeličke augsburške konfesije doselio se u Varšavu 1845. i kao slastičar s iskustvom zajedno s Karolom Grohnertom otvara slastičarnicu u ulici Piwna broj 12. U to vrijeme slastičari diljem Europe stižu u Varšavu učiti, a tvrtka i danas postoji i posluje u nešto drugačijem obliku.

Svakome od nas ova su mjesta jako draga. Mjesta, posebno ona koja su vezana uz lijepa sjećanja, povezana su obično s mirisima, okusima i bojama. Ova ruta nudi turu po starim kavanama i slastičarnicama Varšave te sa sobom nosi puno lijepih emocija, pa čak i malo melankoličnih sjećanja na djetinjstvo.







POVEZNICA

https://www.wikiloc.com/walking-trails/pl-sweet-warsaw-in-the-footsteps-of-warsaws-confectioners-3-47644325

INFORMACIJA

Udaljenost	3,95 km.	Penjanje	155 m.
Spuštanje	7 m.	Elevacijski maksimum	96 m.
Elevacijski minimum	0 m.	Tehničke poteškoće	Lagano
Završetak na početnoj točci (petlja)	Ne	Pristupačnost	Da

HRVATSKA
ISLAND
POLJSKA
ŠPANJOLSKA



Ruta PL3
Slatka Varšava

HERITAGE IN MOTION
www.heimheritage.eu

Naziv rute	Slatka Varšava. Stopama varšavskih slastičarnica
Tema rute	Tura po najstarijim varšavskim slastičarnicama i kavanama – okusi djetinjstva.
Redni broj / Web poveznica	PL3 - *Sweet Warsaw*
Naziv osnovnog elementa	Slastičarnice Varšave
Geografska dužina i širina	52°14'55.349"SGŠ, 21°0'43.901"IGD
Kratki opis	Ime Wedel poznato je danas svima u Poljskoj. Karol Wedel, pripadnik Evangeličke augsburške konfesije doselio se u Varšavu 1845. i kao slastičar s iskustvom zajedno s Karolom Grohnertom otvara slastičarnicu u ulici Piwna broj 12. U to vrijeme slastičari diljem Europe stižu u Varšavu učiti, a tvrtka i danas postoji i posluje u nešto drugačijem obliku.
Pristupne ceste	Sve ulice koje vode do starog gradskog trga u Varšavi.
Javni gradski prijevoz	Tramvajske linije broj 4, 13, 23, 26,28 – postaja: "Stare Miasto 01/02"
Pristupačnost za osobe s ograničenom mogućnosti kretanja	Da
Dodatni sadržaj	Ne
Dodatne informacije	Pješačka ruta za ljubitelje slatkoga s mogućnošću isprobavanja tradicionalnih slatkiša.
Tim	M. Stanowska, P. Gąska, M. Olszewska, B. Kaczanowska, K. Kowalska, K. Fronc

Opisna tablica

Kriterij	Izvrsno/Dobro/Loše	Ocjena
Jedinstveno	9-7 / 6-4 / 3-1	7
Privlačno za europske posjetitelje	9-7 / 6-4 / 3-1	6
Pristupačnost	9-7 / 6-4 / 3-1	9
Ugroženost lokaliteta s obzirom na broj posjetitelja	9-7 / 6-4 / 3-1	9
Pristup omogućen kroz cijelu godinu	6-5 / 4-3/ 2-1	6
Trenutačan broj posjetitelja	6-5 / 4-3/ 2-1	6
Dostupnost informacija	6-5 / 4-3/ 2-1	6
Lako za objasniti/opisati	3 / 2 / 1	3
Važnost sadržaja	3 / 2 / 1	3
Siguran pristup	3 / 2 / 1	3
Zanimljivo za osobe treće životne dobi	3 / 2 / 1	3
	Konačna ocjena	**60/66**



Ruta PL3
Slatka Varšava



HRVATSKA
ISLAND
POLJSKA
ŠPANJOLSKA



RUTA

PL4
Varšava Fryderyka Chopina

TIM

- B. Swierzewska
- M. Stanowska
- R. Baranowska
- M. Sobczyk
- B. Tichy
- P. Gąska
- M. Samsel
- T. Gaska

HRVATSKA
ISLAND
POLJSKA
ŠPANJOLSKA



Ruta PL4
Varšava Fryderyka Chopina

Fryderyk Chopin (1810. -1849.), vrsni pijanist i skladatelj te jedan od najpoznatijih svjetskih glazbenika rođen je u mjestu Żelazowa Wola, ali se njegova obitelj seli u Varšavu prije nego li je Chopin napunio godinu dana. Upravo o ovom gradu dječak odrasta i ovdje se razvija njegov talent, završava glazbenu školu i doživljava prvu koncertnu slavu. Chopin je živio u Varšavi do 1810. do 1830. Prošećimo stoga Varšavom slijedeći korake ovog velikog virtuoza.











POVEZNICA

https://www.wikiloc.com/outdoor-trails/pl-fryderyk-chopins-warsaw-the-virtuosos-legacy-4-51882637

INFORMACIJA

Udaljenost	2,83 km.	Elevacijski maksimum	120 m.
Penjanje	8 m.	Elevacijski minimum	104 m.
Spuštanje	7 m.	Tehničke poteškoće	Ne
	Lagano	Pristupačnost	Da

Udaljenost | Penjanje | Spuštanje | Elevacijski maksimum | Elevacijski minimum | Tehničke poteškoće | Završetak na početnoj točci (petlja) | Pristupačnost

HRVATSKA
ISLAND
POLJSKA
ŠPANJOLSKA



Ruta PL4
Varšava Fryderyka Chopina

HERITAGE IN MOTION
www.heimheritage.eu

Naziv rute	Varšava Fryderyka Chopina. Nasljeđe virtuoza
Tema rute	Varšava Fryderyka Chopina. Nasljeđe virtuoza
Redni broj / Web poveznica	PL4 - *Fryderyk Chopin's Warsaw*
Naziv osnovnog elementa	Gradska staza za ljubitelje glazbe
Geografska dužina i širina	52°14'56.353"SGŠ, 21°0'21.943"IGD
Kratki opis	Fryderyk Chopin jedan je od najpoznatijih stanovnika Varšave. Skladatelj je umro s 39 godina, a od toga je polovicu svoga života proveo u glavnom gradu Poljske. Upravo u ovom gradu je veliki genij, kojemu će se kasnije diviti cijeli svijet bio otkriven. Chopin je naučio svirati klavir u Varšavi, a i svoje prve koncerte je održao ovdje. Šetajući danas ulicama grada možemo pronaći brojne lokalitete koje je i sam skladatelj posjećivao prije 200 godina.
Pristupne ceste	Ulica Krakowskie Przedmiescie
Javni gradski prijevoz	Autobusne linije 116, 178, 180, 503, 518 – Autobusna postaja: "Plac Krasinskich 01/02"
Pristupačnost za osobe s ograničenom mogućnosti kretanja	Da
Dodatni sadržaj	Ne
Dodatne informacije	Klupe Chopin (glazbene klupe) su postavljene na različitim mjestima uz ovu rutu, a pružaju mogućnost slušanja Chopinove glazbe.
Tim	B. Tichy, M. Stanowska, P. Gaska, R. Baranowska, B. Swierzewska, M. Sobczyk, M. Samsel, T. Gaska

Opisna tablica

Kriterij	Izvrsno/Dobro/Loše	Ocjena
Jedinstveno	9-7 / 6-4 / 3-1	9
Privlačno za europske posjetitelje	9-7 / 6-4 / 3-1	9
Pristupačnost	9-7 / 6-4 / 3-1	9
Ugroženost lokaliteta s obzirom na broj posjetitelja	9-7 / 6-4 / 3-1	9
Pristup omogućen kroz cijelu godinu	6-5 / 4-3/ 2-1	6
Trenutačan broj posjetitelja	6-5 / 4-3/ 2-1	6
Dostupnost informacija	6-5 / 4-3/ 2-1	5
Lako za objasniti/opisati	3 / 2 / 1	3
Važnost sadržaja	3 / 2 / 1	3
Siguran pristup	3 / 2 / 1	3
Zanimljivo za osobe treće životne dobi	3 / 2 / 1	3
	Konačna ocjena	**65/66**



Ruta PL4
Varšava Fryderyka Chopina

www.heimheritage.eu











HRVATSKA

ISLAND

POLJSKA

ŠPANJOLSKA



RUTA

PL5
Świdermajers – drvene vile u Otwocku

TIM

- T. Gąska
- M. Nadolny
- K. Adamski
- B. Wałachowska-Słomka
- P. Gąska
- J. Stanowska



Ruta PL5
Świdermajers – drvene vile u Otwocku

Ova ruta slijedi tragove nestajuće drvene arhitekture, tipične za mala ljetna odmarališta u blizini Varšave. Świdermajer definira arhitektonski stil lječilišta izvan Varšave.

Tvorac arhitektonskog stila Świdermajer je Michael Andriolli. Drvena arhitektura koja je inspirirana planinskim područjem karakteristična je za desnu obalu Visle od Nałęczów do Varšave. Mali broj primjeraka ove arhitekture ostao je u dobrom stanju, ali šećući po Otwocku možemo doživjeti njihovu nekadašnju ljepotu.

Lječilište, ali istovremeno i odmarалište rezultat je rada „benevolentne vojske borova u Otwocku“ koji su tako razgranati da u šumi tvore nadstrešnice koje skrivaju esencijalna ulja i proizvode velike količine klorofila, a istovremeno su smješteni na visokim pješčanim terasama.

Prije Drugog svjetskog rata ovdje se nalazilo na stotine drvenih vila, ali ove bajkovite kuće s drvenim terasama i otvorenim balustradama pomalo nestaju s karte Otwocka. Lokalni arhitekti su različite svjetske stilove doveli na Otwock na rijeci Świder. Promatrajući lijepe, bogato ukrašene kuće švicarskih Alpa, kao i kolibe u carskoj Rusiji, krajem 19. stoljeća počele su u borovoj šumi na rijeci Świder nicati bogato ukrašene kuće.

Svoju šetnju počinjemo u novo obnovljenom sanatoriju Abrama Gurewicza, najvećoj drvenoj građevini u Poljskoj, a možda čak i u Europi. Put u Świder završava u najstarijoj i najreprezentativnijoj ulici u Otwocku.





POVEZNICA

https://www.wikiloc.com/hiking-trails/pl-swidermajers-the-wooden-villas-of-otwock-5-51971280

INFORMACIJA

Udaljenost	5,22 km.	Elevacijski maksimum	128 m.
Penjanje	7 m.	Elevacijski minimum	95 m.
Spuštanje	7 m.	Završetak na početnoj točci (petlja)	Da
Tehničke poteškoće	Umjereno	Pristupačnost	Da

HRVATSKA
ISLAND
POLJSKA
ŠPANJOLSKA



Ruta PL5
Świdermajers – drvene vile u Otwocku

HeiM HERITAGE IN MOTION
www.heimheritage.eu

Naziv rute	Świdermajers – drvene vile u Otwocku
Tema rute	Drvena arhitekura
Redni broj / Web poveznica	PL5 - *Świdermajers – the wooden villas of Otwock*
Naziv osnovnog elementa	Drvene vile u nekadašnjem lječilištu u blizini Varšave
Geografska dužina i širina	52°6'30.845"SGŠ, 21°15'50.181"IGD
Kratki opis	Tvorac arhitektonskog stila Świdermajer je Michael Andriolli. Drvena arhitektura koja je inspirirana planinskim područjem karakteristična je za desnu obalu Visle od Nałęczów do Varšave. Mali broj primjeraka ove arhitekture ostao je u dobrom stanju, ali šećući po Otwocku možemo doživjeti njihovu nekadašnju ljepotu.
Pristupne ceste	637; Ulica Wybrzeze Gdanskie
Javni gradski prijevoz	Željeznička postaja, linije R1 i S7; Cesta 801 ili S17 i 721
Pristupačnost za osobe s ograničenom mogućnosti kretanja	Da
Dodatni sadržaj	Panel ploče s informacijama na poljskom jeziku
Dodatne informacije	Pješačka ruta je dugačka između dvije informacijske točke. Nema klupa i kavana, tako da ne postoji mogućnost odmaranje. U zgrade se ne može ući i nedostaju informacije i opisi na engleskom jeziku.
Tim	K. Adamski, B. Wałachowska-Słomka, T. Gaska, P. Gaska, M. Nadolny, J. Stanowska

Opisna tablica

Kriterij	Izvrsno/Dobro/Loše	Ocjena
Jedinstveno	9-7 / 6-4 / 3-1	9
Privlačno za europske posjetitelje	9-7 / 6-4 / 3-1	9
Pristupačnost	9-7 / 6-4 / 3-1	9
Ugroženost lokaliteta s obzirom na broj posjetitelja	9-7 / 6-4 / 3-1	9
Pristup omogućen kroz cijelu godinu	6-5 / 4-3/ 2-1	6
Trenutačan broj posjetitelja	6-5 / 4-3/ 2-1	3
Dostupnost informacija	6-5 / 4-3/ 2-1	4
Lako za objasniti/opisati	3 / 2 / 1	2
Važnost sadržaja	3 / 2 / 1	3
Siguran pristup	3 / 2 / 1	3
Zanimljivo za osobe treće životne dobi	3 / 2 / 1	2
	Konačna ocjena	**56/66**

Ruta PL5
Świdermajers – drvene vile u Otwocku













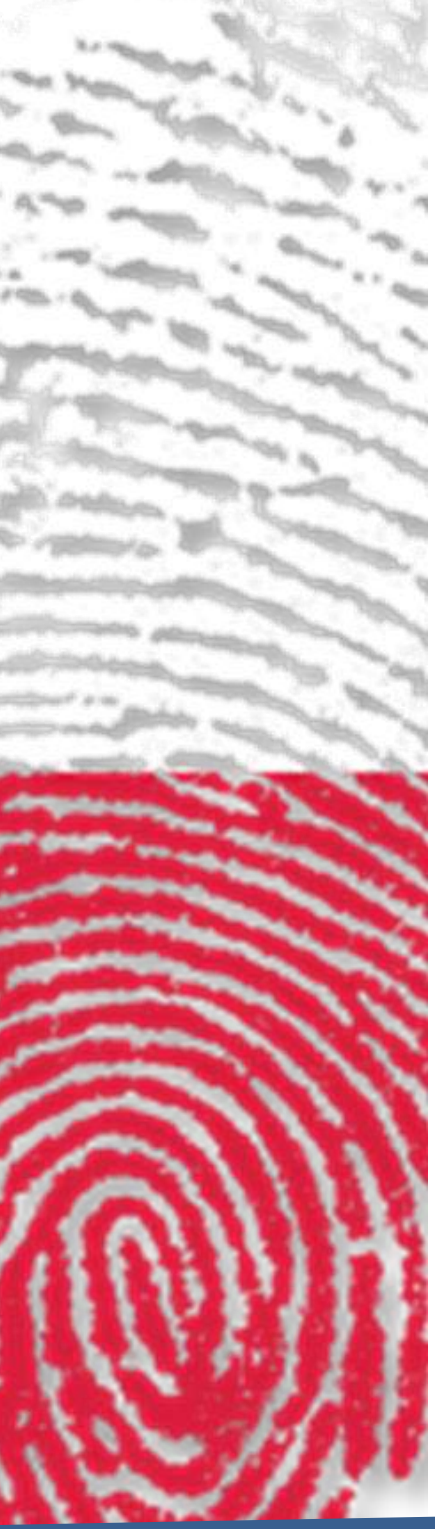
HRVATSKA
ISLAND
POLJSKA
ŠPANJOLSKA

ZAKLJUČAK

Poljske rute za projekt HeiM osmislili su sudionici programa treninga, koji su većinom bili u dobnoj skupini od 55 do 75 godina te su bili visoke stručne spreme. Što se tiče tehnologije većinom je svim sudionicima nedostajalo prethodno iskustvo u korištenju navigacije putem mobitela i Wikiloca©. Nadalje, kada se aplikacija trebala početi koristiti za nešto kompleksnije zadatke, nekoliko sudionika je reklo da su naišli na velike probleme. Upravo zbog toga bila im je potrebna dodatna pomoć (posebice s Wikilocom©) kako bi unaprijedili svoje tehnološke vještine. Po pitanju timskog rada, neki sudionici su inzistirali na raspravljanju određenih problema s cijelim timom.

Nadalje, što se tiče vještina koje su stekli u fazi osmišljavanje ruta, 90% sudionika je reklo da smatraju kako su dosegnuli zadovoljavajuću razinu novog znanja o kulturnom nasljeđu, u mogućnosti da to isto znanje prenesu na nekog drugoga, kao i da, prema svojim kapacitetima, naprave znanstveno istraživanje služeći se pri tome različitim dokumentima. Smatraju da i dalje postoji potreba za novim sastancima i treninzima, posebice na polju korištenja tehnoloških alata, naime od 40 do 60 % njih smatra da su svladali digitalne tehnologije, Wikiloc©, upute o zdravom starenju i interpretativne tehnike.





ZAKLJUČAK

Većina sudionika je istaknula kako smatraju da nisu imali dovoljno mogućnosti poboljšati svoje komunikacijske vještine na engleskom jeziku. Manjak vještina i konverzacije predstavljali su veliki problem za poljske timove. Nakon tura, različite grupe su identificirale arhitekturu i vezu između prirode i čovjeka kao najreprezentativnijeg aspekta svojih prijedloga. Posjetitelji bi morali naučiti više o suvremenoj umjetnosti i lokalnom načinu života.

Brojne rute su vratile u sjećanje teške uspomene iz Drugog svjetskog rata, među sudionicima koji imaju više od 70 godina. Sjećanja na razrušenu Varšavu još uvijek su živa i danas mi još uvijek možemo hodati ulicama koje su pune sjećanja na te tragične događaje. Što se tiče osmišljavanja novih ruta, većina sudionika je rekla da će to moći napraviti samostalno i da bi željeli tome podučiti druge te u budućnosti proširiti svoje iskustvo. Predložili su osmišljavanje europskih ruta koje bi se temeljile na osobnim sjećanjima i osobnom doživljaju kulturnog nasljeđa. U konačnici najveći dio sudionika vjeruje da su im rezultati dobri i vide potrebu za češćim susretima uz nadgledanje eksperata i bili su zadovoljni timskim radom. Ovo bi moglo biti jako važno za sektor kulturnog turizma.



ŠPANJOLSKA

ISTRAŽIVANJE O RUTAMA

U Španjolskoj je pet grupa odraslih osoba osmislilo i opisalo šest ruta koristeći se pri tome pametnim uređajima te su ih naknadno objavili na Wikilocu© na engleskom i španjolskom jeziku. Dvadeset sudionika je sudjelovalo u istraživanju i svi su prethodno sudjelovali u programu treninga.

ODABIR RUTA

Sveučilište za treću životnu dob, na Sveučilištu u Alicanteu radilo je na šest ruta na različitim lokacijama provincije Alicante. Rute su se odabrane temeljem preporuka Odbora eksperata s prethodnih sastanaka kao i prijedloga i interesa odraslih osoba sudionika projekta.

Kao što je dogovoreno s partnerima, UPUA-ine grupe su razmatrale vezu čovjeka i okoliša u osmišljavanju ruta. Od korištenja prirodnih resursa u antičkom razdoblju u Serra Geladi, kroz tradicionalnu upotrebu kamena u regiji Marina Alta do industrijske transformacije sirovina koje se nalaze u okolici Alcoya, veza prirode i kulture vjerno je prikazana na španjolskim rutama.

Naši prijedlozi nisu mogli izostaviti niti europsku dimenziju projekta. Španjolski tim se bavio rimskim nasljeđem (koje se nalazi u temeljima velikog dijela naše civilizacije) u ruti *Serra Gelada i rimska vila L'Albir*, tradicionalne tehnike gradnje koje se nalaze i na popisu Svjetske kulturne baštine u ruti *Xàbia, sedra i suhozid*; prisutnost i cijenjenost lokalnih proizvoda kao što su primjerice vino Fondillón u turi *Otkrijte Alicante*, naporan rad ribara u sjevernim morima Europe u ruti *La Vila Joiosa – more susreta*, a nismo mogli zaboraviti niti vezu s najvažnijim gradovima moderne i industrije u ruti *Alcoy – priroda i industrija, dragulj secesije*.

HRVATSKA
ISLAND
POLJSKA
ŠPANJOLSKA

ŠPANJOLSKA
AKTIVNE RUTE ZDRAVLJA PO EUROPSKOM NASLJEĐU



RUTA SP1

Otkrijte Alicante

RUTA SP2

Alcoy – priroda i industrija, dragulj secesije





RUTA SP3

La Vila Joiosa – more susreta

RUTA SP4

Fontilles, model kolonije i zdravstvene arhitekture





RUTA SP5

La Serra Gelada i rimska Villa El Albir

RUTA SP6

Xàbia, sedra i suhozid



HRVATSKA
ISLAND
POLJSKA
ŠPANJOLSKA



HERITAGE IN MOTION
www.heimheritage.eu

HRVATSKA
ISLAND
POLJSKA
ŠPANJOLSKA

RUTA

SP1
Otkrijte Alicante

TIM

- José Luis Casal
- Rafael Torres



Ruta SP1
Otkrijte Alicante

Ova ruta nudi putniku putovanje gradom kroz glavne točke interesa u gradu koji je otvoren prema moru, kozmopolitski i pruža dobrodošlicu svima.

Ruta je kružna, opuštajuća i ugodna s jednostavnim i jasnim objašnjenjima, kako bi putnik mogao steći opću sliku i uživati u šetnji. Tura je dugačka 7,5 km, većinom je po ravnom tlu (visinska razlika je svega 55m), traje otprilike 3 sata i pruža mogućnost uživanja u kulturnom nasljeđu Alicantea s različitih aspekata: arhitektonskog, kulturnog, prirodnog te povijesnog.

Tura se može organizirati u bilo koje godišnje doba, ali valja naglasiti da je festival *Hogueras de San Juan* (Ivanjski kresovi), proglašen događajem od nacionalnog turističkog značaja i odvija se treći i četvrti tjedan u lipnju, kada je grad pun ljudi, različitih događanja, parada… ovo možda nije idealno vrijeme za mirnu šetnju, ali svakako daje dodatni čar razgledavanju.







POVEZNICA

https://www.wikiloc.com/walking-trails/insights-into-alicante-en-52394521

INFORMACIJA

Udaljenost	8,97 km.	Maksimum	141 m.
Penjanje	236 m.	Minimum	2 m.
Spuštanje	236 m.	Završetak na početnoj točci (petlja)	Da
Tehničke poteškoće	Umjereno	Pristupačnost	Da

HRVATSKA

ISLAND

POLJSKA

ŠPANJOLSKA



Ruta SP1
Otkrijte Alicante

www.heimheritage.eu

Naziv rute	Otkrijte Alicante
Tema rute	Šetnja vodi kroz najreprezentativnija mjesta iz povijesti Alicantea
Redni broj / Web poveznica	SP1 – *Insights into Alicante*
Naziv osnovnog elementa	Arhitektonsko nasljeđe, povijest, tradicija i gastronomija
Geografska dužina i širina	38°20'41.7"SGŠ 0°29'27.9"ZGD
Kratki opis	Šetnja kroz najvažnija povijesna mjesta Alicantea: dvorac Santa Barbara, konkatedrala, luka i *Explanada de España*.
Pristupne ceste	N-332
Javni gradski prijevoz	Tramvajske linije broj 1, 2, 3 & 4, Autobusi broj 2, 6, 9, 12
Pristupačnost za osobe s ograničenom mogućnosti kretanja	Pristupačne, osim za dvorac
Dodatni sadržaj	Vrtovi, klupe, barovi i kavane. Do dvorca vodi lift
Dodatne informacije	https://www.alicanteturismo.com/
Tim	José Luis Casal, Rafael Torres

Opisna tablica

Kriterij	Izvrsno/Dobro/Loše	Ocjena
Jedinstveno	9-7 / 6-4 / 3-1	8
Privlačno za europske posjetitelje	9-7 / 6-4 / 3-1	8
Pristupačnost	9-7 / 6-4 / 3-1	7
Ugroženost lokaliteta s obzirom na broj posjetitelja	9-7 / 6-4 / 3-1	7
Pristup omogućen kroz cijelu godinu	6-5 / 4-3/ 2-1	6
Trenutačan broj posjetitelja	6-5 / 4-3/ 2-1	6
Dostupnost informacija	6-5 / 4-3/ 2-1	6
Lako za objasniti/opisati	3 / 2 / 1	2
Važnost sadržaja	3 / 2 / 1	3
Siguran pristup	3 / 2 / 1	3
Zanimljivo za osobe treće životne dobi	3 / 2 / 1	3
	Konačna ocjena	**59/66**



Ruta SP1
Otkrijte Alicante













RUTA

SP2
Alcoy – priroda i industrija, dragulj secesije

TIM

- I. Capitán
- R. Arenillas
- L. Florence
- M.A. Molas
- A. de la Torre
- M. Alesón



Ruta SP2
Alcoy – priroda i industrija, dragulj secesije

Neka geografska područja mogu definirati ne samo karakteristike tipične za to područje već i trgovinu kojom će se na tom prostoru baviti, ukratko daje sjeme za budućnost određenog mjesta, ljudi i njihovih zanimanja. Najbolji primjer toga je grad Alcoy, u kojemu su industrija i orografija, zajedno s prirodnim okolišem utjecali na povijesni, industrijski, ekonomski i društveni razvoj koji ga je doveo do toga da postane dragulj secesije.

Zahvaljujući specifičnoj lokaciji Alcoya, po pitanju orografije, zanimljivo je da se prva industrijalizacija na prostoru Valencije dogodila upravo ovdje i da je grad bio jedan od prvih industrijskih točki na Iberskom poluotoku, pobijajući pri tome prvo mjesto koje Barcelona ima na nacionalnoj razini.

Industrijski razvoj je bez sumnje bio pokretačka snaga koja je promijenila društveni milje ovog grada, ali i njegovu arhitekturu koja nam danas omogućava da uživamo u vrijednom kulturnom nasljeđu industrijske arhitekture, ali i zgrada iz vremena moderne zahvaljujući kojima možemo putovati do vremena koji je svjedočio ključnim društvenim sukobima u teškim vremenima industrijske revolucije.





POVEZNICA

https://www.wikiloc.com/walking-trails/heim-alcoy-nature-industry-and-a-jewel-of-art-nouveau-en-61950584

INFORMACIJA

Udaljenost	3,42 km.	Maksimum	579 m.
Penjanje	99 m.	Minimum	506 m.
Spuštanje	99 m.	Završetak na početnoj točci (petlja)	Da
Tehničke poteškoće	Lagano	Pristupačnost	Da

HRVATSKA
ISLAND
POLJSKA
ŠPANJOLSKA



Ruta SP2
Alcoy – priroda i industrija, dragulj secesije

HERITAGE IN MOTION
www.heimheritage.eu

Naziv rute	Alcoy, priroda i industrija, dragulj secesije
Tema rute	Priroda i industrija su obilježili razvoj i plan širenja grada Alcoya
Redni broj / Web poveznica	SP2 - *Alcoy: nature and industry, the jewel of Art Nouveau*
Naziv osnovnog elementa	Arhitektura, priroda i društveni razvoj
Geografska dužina i širina	38°41'51.8"SGŠ 0°28'23.4"ZGD
Kratki opis	Neka geografska područja mogu definirati ne samo karakteristike tipične za to područje već i trgovinu kojom će se na tom prostoru baviti, ukratko daje sjeme za budućnost određenog mjesta, ljudi i njihovih zanimanja. Ova šetnja će posjetitelju omogućiti razumijevanje kako se industrija spojila s prirodom i pri tome utjecala na razvoj grada i društva.
Pristupne ceste	A7 od Alicante ili Valencia
Javni gradski prijevoz	Alcoy Autobusna linija broj 1 (autobusna postaja) i 2 – Linija Alicante-Alcoy (Vectalia-La Alcoyana)
Pristupačnost za osobe s ograničenom mogućnosti kretanja	Pristupačno – osim za C/ Gurugú
Dodatni sadržaj	Vrtovi, klupe, barove, kavane, restorani i panel ploče s informacijama.
Dodatne informacije	https://www.alcoyturismo.com/alcoy/web_php/index.php
Tim	I. Capitán, R. Arenillas, L. Florence, M.A. Molas, A. de la Torre, M. Alesón

Opisna tablica

Kriterij	Izvrsno/Dobro/Loše	Ocjena
Jedinstveno	9-7 / 6-4 / 3-1	8
Privlačno za europske posjetitelje	9-7 / 6-4 / 3-1	9
Pristupačnost	9-7 / 6-4 / 3-1	7
Ugroženost lokaliteta s obzirom na broj posjetitelja	9-7 / 6-4 / 3-1	9
Pristup omogućen kroz cijelu godinu	6-5 / 4-3/ 2-1	5
Trenutačan broj posjetitelja	6-5 / 4-3/ 2-1	5
Dostupnost informacija	6-5 / 4-3/ 2-1	5
Lako za objasniti/opisati	3 / 2 / 1	3
Važnost sadržaja	3 / 2 / 1	3
Siguran pristup	3 / 2 / 1	3
Zanimljivo za osobe treće životne dobi	3 / 2 / 1	3
	Konačna ocjena	**60/66**

HRVATSKA
ISLAND
POLJSKA
ŠPANJOLSKA



Ruta SP2
Alcoy – priroda i industrija, dragulj secesije











HRVATSKA
ISLAND
POLJSKA
ŠPANJOLSKA





RUTA

SP3
La Vila Joiosa – more susreta

TIM

- Jesús Regaño
- Felipe Castejón
- María Soler
- José Gil
- Emilia Abad
- Paula Doncel



Ruta SP3
La Vila Joiosa – more susreta

Ova ruta prolazi kroz ulice mjesta La Vila Joiosa, glavni grad *comarcae* (administrativna podjela) La Marina Baixa u Alicanteu – poznat među lokalnim stanovništvom samo kao „La Vila“.

La Marina Baixa je obalna regija izolirana planinama i usjecima, prostor koji je definirao odnos stanovnika La Vila Joiosae i njihova okoliša. Mada je do 19. stoljeća kopnena veza bila jako ograničena, velika morska vrata su uvijek bila otvorena.

More je omogućilo velikim civilizacijama da dođu i donesu sa sobom luksuzne predmete, da odvede brojne ljude u potragu za bogatstvom i da nas upozna s najslađim *habanerasom* (ples i glazba), sve to stiglo je preko mora.

Ova tura nam pokazuje slike vezane uz povijest, kulturu, umjetnost, tradicije i botaniku La Vila Joisae, u kojoj je more jedina nepromjenjiva točka.

Procijenjeno vrijeme trajanja ove ture je 5 sati, s pauzom, kako bi se mogla kušati lokalna gastronomija. Postoje prijedlozi za posjete, koji ovise o tome koliko vremena posjetitelj ima, kao i o tome jesu li predloženi lokaliteti u tom trenutku otvoreni za posjetitelje. Naša procjena odgovara vremenu koje je potrebno za opuštenu šetnju uz čitanje dostupnih informacija i uživanje u ruti korištenjem svih pet osjetila.





POVEZNICA

https://www.wikiloc.com/walking-trails/la-vila-joiosa-a-sea-for-encounters-en-47683383

INFORMACIJA

7,42 km.		48 m.	
138 m.		1 m.	
138 m.		Da	
Lagano		Da	

Udaljenost | Penjanje | Spuštanje | Elevacijski maksimum | Elevacijski minimum | Tehničke poteškoće | Završetak na početnoj točci (petlja) | Pristupačnost

HRVATSKA
ISLAND
POLJSKA
ŠPANJOLSKA



Ruta SP3
La Vila Joiosa – more susreta

www.heimheritage.eu

Naziv rute	La Vila Joiosa – more susreta
Tema rute	Utjecaj mora definirao je povijest, gospodarstvo i tradicije Vile Joiosae, izolirane od kopna
Redni broj / Web poveznica	SP3 - *La Vila Joiosa, a sea for encounters*
Naziv osnovnog elementa	Arheologija, povijest, etnologija i industrija
Geografska dužina i širina	38°30'31.6"SGŠ 0°13'56.3"ZGD
Kratki opis	Ova ruta objašnjava kako je more značajno obilježilo povijest ovog grada, kroz ostatke antičkih civilizacija, izgradnju obrambenih zidina (kako bi se zaštitili od gusara), emigraciju stanovništva, festivale i razvoj industrije čokolade.
Pristupne ceste	N-332, A-7
Javni gradski prijevoz	Tramvajska linija – Line 1
Pristupačnost za osobe s ograničenom mogućnosti kretanja	Pristupačno, osim ulaza na riblju tržnicu
Dodatni sadržaj	Dostupan sanitarni čvor, pokretne stepenice, taktilni modeli, panel ploče s informacijama.
Dodatne informacije	http://www.villajoyosa.com/sites/lavilaturistica/v1/index.php?idioma=Ingles
Tim	Jesús Regaño, Felipe Castejón, María Soler, José Gil, Emilia Abad, Paula Doncel

Opisna tablica

Kriterij	Izvrsno/Dobro/Loše	Ocjena
Jedinstveno	9-7 / 6-4 / 3-1	9
Privlačno za europske posjetitelje	9-7 / 6-4 / 3-1	8
Pristupačnost	9-7 / 6-4 / 3-1	8
Ugroženost lokaliteta s obzirom na broj posjetitelja	9-7 / 6-4 / 3-1	8
Pristup omogućen kroz cijelu godinu	6-5 / 4-3/ 2-1	6
Trenutačan broj posjetitelja	6-5 / 4-3/ 2-1	5
Dostupnost informacija	6-5 / 4-3/ 2-1	6
Lako za objasniti/opisati	3 / 2 / 1	3
Važnost sadržaja	3 / 2 / 1	3
Siguran pristup	3 / 2 / 1	3
Zanimljivo za osobe treće životne dobi	3 / 2 / 1	3
	Konačna ocjena	**62/66**

HRVATSKA
ISLAND
POLJSKA
ŠPANJOLSKA

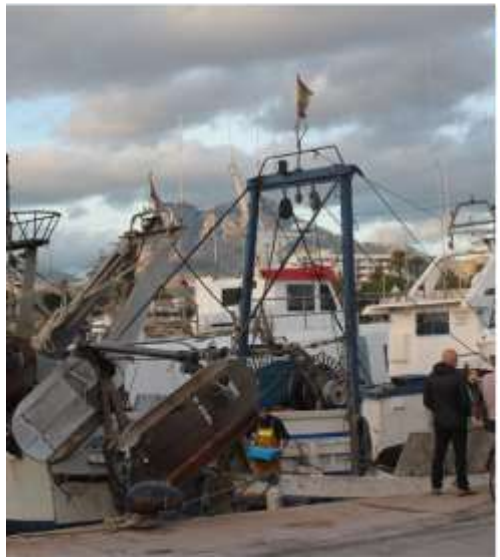
Ruta SP3
La Vila Joiosa – more susreta













HRVATSKA
ISLAND
POLJSKA
ŠPANJOLSKA



RUTA

SP4
Fontilles, model kolonije i zdravstvene arhitekture

TIM

- Daniel Riera
- Miguel Ángel Ballester
- Concepción Bru Ronda



Ruta SP4
Fontilles, model kolonije i zdravstvene arhitekture

Fontilles u Španjolskoj označava jedinstven primjer autonomne uprave posvećene istraživanju, liječenju i razvoju politika fokusiranih na društvenu integraciju kronično bolesnih ljudi u standardiziranu samo-održivu društvenu strukturu.

Sanatorij kolonija Fontilles nalazi se na 250 metara nadmorske visine u okolišu koji ima veliku prirodnu vrijednost, a nastao je kako bi primio oboljele od gube odnosno Hansenove bolesti (ime je dobila po norveškom liječniku koji ju je otkrio 1873.) Pacijenti koji su tada živjeli na rubu društva, u špiljama ili kućama udaljenim od grada, boravili su u lošim higijenskim uvjetima i nedostajalo im je hrane. Sanatorij Fontilles je inauguriran 1909. pod pokroviteljstvom isusovca Carlosa Ferrisa i odvjetnika Joaquína Ballestera koji su računali na pomoć odbora San Francisco de Borja – koji je stvoren upravo s tom svrhom.

Danas je Fontilles posljednji europski leprozorij u kojemu su se tijekom više od pola stoljeća odvijali brojni specijalizirani tečajevi. Više od 26 projekata za borbu protiv gube i drugih bolesti vezanih uz siromaštvo još uvijek se provodi u 14 Afričkih, Latinoameričkih i Azijskih zemalja, od čega gotovo pola milijuna ljudi ima korist.





POVEZNICA

https://www.wikiloc.com/walking-trails/fontilles-a-model-of-colony-and-healthcare-architecture-en-52876083

INFORMACIJA

3,65 km.	281 m.
66 m.	231 m.
99 m.	Ne
Umjereno	Da

HRVATSKA
ISLAND
POLJSKA
ŠPANJOLSKA

Udaljenost | Penjanje | Spuštanje | Elevacijski maksimum | Elevacijski minimum | Tehničke poteškoće | Završetak na početnoj točci (petlja) | Pristupačnost



Ruta SP4
Fontilles, model kolonije i zdravstvene arhitekture

Naziv rute	Fontilles, model kolonije i zdravstvene arhitekture
Tema rute	Fontilles, posljednji europski leprozorij, koji je najbolji pokazatelj higijenskih načela s početka 20. stoljeća
Redni broj / Web poveznica	SP4 - *Fontilles, a model of colony and sanitary architecture*
Naziv osnovnog elementa	Povijesne zgrade i priroda
Geografska dužina i širina	38°46'48.8"SGŠ 0°05'45.7"ZGD
Kratki opis	Fontilles je nastao početkom 20. stoljeća kako bi se tu smjestili pacijenti oboljeli od kuge, a koji su tada živjeli na rubu društva, u špiljama. Kompleks se i dalje pridržava svih higijenskih principa i zadnji je leprozorij u Europi.
Pristupne ceste	CV-721
Javni gradski prijevoz	-
Pristupačnost za osobe s ograničenom mogućnosti kretanja	Pristupačno
Dodatni sadržaj	Sanitarni čvor, bar, prodajni automati
Dodatne informacije	https://fontilles.org/
Tim	Daniel Riera, Miguel Ángel Ballester, Concepción Bru Ronda

Opisna tablica

Kriterij	Izvrsno/Dobro/Loše	Ocjena
Jedinstveno	9-7 / 6-4 / 3-1	9
Privlačno za europske posjetitelje	9-7 / 6-4 / 3-1	8
Pristupačnost	9-7 / 6-4 / 3-1	9
Ugroženost lokaliteta s obzirom na broj posjetitelja	9-7 / 6-4 / 3-1	9
Pristup omogućen kroz cijelu godinu	6-5 / 4-3/ 2-1	5
Trenutačan broj posjetitelja	6-5 / 4-3/ 2-1	4
Dostupnost informacija	6-5 / 4-3/ 2-1	5
Lako za objasniti/opisati	3 / 2 / 1	2
Važnost sadržaja	3 / 2 / 1	3
Siguran pristup	3 / 2 / 1	2
Zanimljivo za osobe treće životne dobi	3 / 2 / 1	3
	Konačna ocjena	**59/66**



Ruta SP4
Fontilles, model kolonije i zdravstvene arhitekture













RUTA

SP5
La Serra Gelada i rimska Villa El Albir

TIM

- Jesús Regaño
- Felipe Castejón
- María Soler
- José Gil
- Emilia Abad
- Paula Doncel



Ruta SP5
La Serra Gelada i rimska Villa El Albir

Serra Gelada je jedinstveno mjesto zbog svoje strateške lokacije, geološke jedinstvenosti i mikro-rezervi flore. Takva obilježja su dovela do toga da je ovo područje zaštićeno kao prvi kopneno-morski prirodni park u Autonomnoj regiji Valenciji, a ističe se i kao najposjećeniji zaštićeni prirodni lokalitet.

Optimalan za preživljavanje brojnih vrsta različite flore i faune, ovaj grubi okoliš karakteriziraju usjeci, padine, nedostatak vode, ali i neplodno tlo koji ljudima nikada nisu dali priliku da se trajno nastane na planinama.

Rimljani su 218. g.pr.Kr. počeli naseljavati Hispaniu. Rimska vila L'Albir, smještena u općini L'Alfàs del Pi, arheološki je lokalitet koji nam može pomoći pri razumijevanju toga kakav je život bio u ruralnom okolišu u zadnjoj fazi rimskog carstva. Mada je nizina uz more pružala bolji teren za naseljavanja, resursi kojima je planina obilovala nisu se mogli samo tako zanemariti.

Predložena ruta slijedi stazu do svjetionika L'Albir, a koja već ima panel ploče s objašnjenjima o različitim temama. Na našoj ruti, mi ćemo promatrati okoliš iz druge perspektive, zaustavljajući se kako bismo uživali u nekim dijelovima okoliša Serra Gelade i prokomentirali legende, zanimljivosti i ostale usluge poznate Rimljanima još prije puno stoljeća.

Na kraju ture, posjetit ćemo muzej na otvorenom, rimsku vilu L'Albir, koja će pokazati kako su se resursi koje smo analizirali na našem itinereru koristili. Muzej će nam pomoći da bolje razumijemo rimski način života koristeći se pri tome novijim tehnologijama kao što su proširena stvarnost i virtualna stvarnost.





POVEZNICA

https://www.wikiloc.com/walking-trails/serra-gelada-and-the-roman-villa-of-lalbir-en-52477530

INFORMACIJA

Udaljenost	6,75 km.	Elevacijski maksimum	92 m.
Penjanje	353 m.	Elevacijski minimum	0 m.
Spuštanje	353 m.	Završetak na početnoj točci (petlja)	Da
Tehničke poteškoće	Lagano	Pristupačnost	Da

HRVATSKA
ISLAND
POLJSKA
ŠPANJOLSKA



Ruta SP5
La Serra Gelada i rimska Villa El Albir

www.heimheritage.eu

Naziv rute	La Serra Gelada i rimska Villa El Albir
Tema rute	Planina je davala sirovinu nužnu za svakodnevni život u antičkoj rimskoj vili
Redni broj / Web poveznica	SP5 - *La Serra Gelada and the Roman Villa of L'Albir*
Naziv osnovnog elementa	Priroda i infrastruktura
Geografska dužina i širina	38°34'22.8"SGŠ 0°03'55.8"ZGD
Kratki opis	Serra Gelada je prvi kopneno-morski prirodni parku u Autonomnoj regiji Valenciji. Savršena za različite vrste flore i faune i još od antičkih vremena nudi važne resurse koji su pojednostavljivali život stanovnicima L'Albira, uključujući i vlasnike rimske vile.
Pristupne ceste	N-332
Javni gradski prijevoz	Autobusne linije: 10, 12, 31
Pristupačnost za osobe s ograničenom mogućnosti kretanja	U potpunosti pristupačno
Dodatni sadržaj	Sanitarni čvor, taktilni modeli i panel ploče s potrebnim informacijama
Dodatne informacije	https://www.visitalbir.com/
Tim	Jesús Regaño, Felipe Castejón, María Soler, José Gil, Emilia Abad, Paula Doncel

Opisna tablica

Kriterij	Izvrsno/Dobro/Loše	Ocjena
Jedinstveno	9-7 / 6-4 / 3-1	8
Privlačno za europske posjetitelje	9-7 / 6-4 / 3-1	8
Pristupačnost	9-7 / 6-4 / 3-1	9
Ugroženost lokaliteta s obzirom na broj posjetitelja	9-7 / 6-4 / 3-1	8
Pristup omogućen kroz cijelu godinu	6-5 / 4-3/ 2-1	6
Trenutačan broj posjetitelja	6-5 / 4-3/ 2-1	5
Dostupnost informacija	6-5 / 4-3/ 2-1	6
Lako za objasniti/opisati	3 / 2 / 1	3
Važnost sadržaja	3 / 2 / 1	3
Siguran pristup	3 / 2 / 1	3
Zanimljivo za osobe treće životne dobi	3 / 2 / 1	3
	Konačna ocjena	**62/66**



Ruta SP5
La Serra Gelada i rimska Villa El Albir













RUTA

SP6
Xàbia, sedra i suhozid

TIM

- Josep Durá
- Miguel Ángel Ballester
- Concepción Bru Ronda



Route SP6
Xàbia, sedra i suhozid

Općina Xàbia smještena je na pola puta između gradova Valencija i Alicante i pripada *comarcai* (administrativna podjela) La Marina Alta, koju karakteriziraju oštri, a istovremeno prekrasni kontrasti u okolišu: planine i doline u unutrašnjosti te plaže i klifovi na obali.

Strateški smještaj na zapadnoj obali Sredozemlja pridonio je njezinoj velikoj važnosti, ne samo kao tradicionalne ribarske luke, već i kao mjesta dolaska i odlaska brojnih ljudi, roba i proizvoda, kao što su primjerice riba, ulje, žitarice, vino, grožđice. Trenutačno je gospodarska aktivnost u padu, ali njezina preobrazba u nautičku luku, odnosno luku za odmor održala je privlačnost Xàbiae i kod lokalnog stanovništva, ali i turista.

Početna točka ove rute je obalna crta koja se kupa u Sredozemnom moru, a nosi naziv Muntanyar i dom je kamenolomima iz kojih se vadi sedra – ključni element etnografskog nasljeđa ovog cijelog kraja. O tome ćemo više naučiti u obližnjem gradu, čije su najznačajnije zgrade ukrašene i dovršene ovim kamenom koji se lako kleše.

Drugi dio rute, fokusiran je na suhozide, tradicionalnu tehniku gradnje, prepoznatu kao nepokretno kulturno nasljeđe. Imat ćemo priliku vidjeti terasaste suhozide, vjetrenjače i fantastičan pogled na Sredozemno more s rta San Antonio, a radi se o predivnom prirodnom balkonu iznad obale.





POVEZNICA

https://www.wikiloc.com/walking-trails/heim-xabia-tuff-stone-and-dry-stone-en-53288440

INFORMACIJA

13,87 km.		196 m.	
258 m.		2 m.	
130 m.		Ne	
Umjereno		Ne	

HRVATSKA
ISLAND
POLJSKA
ŠPANJOLSKA

Udaljenost	Penjanje	Spuštanje	Elevacijski maksimum	Elevacijski minimum	Tehničke poteškoće	Završetak na početnoj točci (petlja)	Pristupačnost



Route SP6
Xàbia, sedra i suhozid

www.heimheritage.eu

Naziv rute	Xàbia, sedra i suhozid
Tema rute	Upotreba sedre i suhozida kao reprezentativnih primjera arhitekture Xàbiae
Redni broj / Web poveznica	SP6 - *Xàbia, tuff stone and dry stone*
Naziv osnovnog elementa	Arhitektura, povijest, arheologija, priroda i gastronomija
Geografska dužina i širina	38°46'05.3"SGŠ 0°11'55.5"IGD
Kratki opis	Tura se prvo fokusira na kamenolome iz kojih se vadi sedra – ključni element etnografskog nasljeđa ovog cijelog kraja, potom na najznačajnije zgrade rađene od sedre u Xàbiai i konačno na arhitekturu suhozida, tradicionalne tehnike gradnje, prepoznate kao nepokretno kulturno nasljeđe
Pristupne ceste	CV-734
Javni gradski prijevoz	-
Pristupačnost za osobe s ograničenom mogućnosti kretanja	Ograničeno
Dodatni sadržaj	Vrtovi, klupe, barovi i kavane
Tim	Josep Durá, Miguel Ángel Ballester, Concepción Bru Ronda

Opisna tablica

Kriterij	Izvrsno/Dobro/Loše	Ocjena
Jedinstveno	9-7 / 6-4 / 3-1	8
Privlačno za europske posjetitelje	9-7 / 6-4 / 3-1	8
Pristupačnost	9-7 / 6-4 / 3-1	8
Ugroženost lokaliteta s obzirom na broj posjetitelja	9-7 / 6-4 / 3-1	8
Pristup omogućen kroz cijelu godinu	6-5 / 4-3/ 2-1	6
Trenutačan broj posjetitelja	6-5 / 4-3/ 2-1	6
Dostupnost informacija	6-5 / 4-3/ 2-1	5
Lako za objasniti/opisati	3 / 2 / 1	3
Važnost sadržaja	3 / 2 / 1	3
Siguran pristup	3 / 2 / 1	2
Zanimljivo za osobe treće životne dobi	3 / 2 / 1	3
	Konačna ocjena	**60/66**



Route SP6
Xàbia, sedra i suhozid











ZAKLJUČAK

Španjolske rute u projektu HeiM osmislilo je dvadeset sudionika koji su prethodno sudjelovali u programu treninga. Članovi grupa su imali između 60 i 70 godina i svi su bili visoke stručne spreme, te su bili podijeljeni u 5 grupa u kojima je bilo između dva do pet članova, ovisno o njihovom slobodnom vremenu i interesu.

Timovi su upoznati s metodologijom koju su trebali slijediti kako bismo osigurali da će sve rute biti ocijenjene i napravljene na isti način. Tijekom provedbe projekta oni su savjetovani kako se odnositi prema odabranim sadržajima te kako prepoznati njihovu relevantnost: primjerice poštivanje tema rute i smjernica koje su nam dali stručnjaci za vrijeme programa treninga.

Što se tiče same tehnologije, samo jedna osoba nije imala prethodno iskustvo u korištenju navigacije na mobitelu, ali su s druge strane kod upotrebe Wikiloca©, kada se trebalo aplikaciju koristiti za neke kompleksnije zadatke, neki sudionici naišli na određene probleme. Na takvim mjestima informatički stručnjak je ponudio svoju pomoć kada je smatrao da je ona nužna.





ZAKLJUČAK

U upitniku koji se popunjavao na kraju ove faze neki ispitanici su naglasili važnost timskog rada i inzistirali na tome da tim treba činiti najmanje troje sudionika. Jednako tako smatrali su da su pri donošenju odluka trebali imati veću samostalnost.

Kada smo ih pitali o vještinama koje su stekli pri osmišljavanju ruta, 80-90% ispitanika je reklo da su stekli zadovoljavajuće ili vrlo zadovoljavajuće razine novog znanja po pitanju kulturnog nasljeđa, ali i svoje mogućnosti da to znanje prenesu drugima, kao i u pogledu samog procesa istraživanja, koji se provodio korištenjem različitih izvora. Od 70 do 75% ispitanika naglasilo je da su svladali aspekte kao što su upotreba digitalnih tehnologija, Wikiloc© platforme, zdravog starenja i tehnike interpretacije. I na samom kraju polovica sudionika je istaknula da su poboljšali svoje komunikacijske vještina na engleskom jeziku.

Velika većina sudionika smatrala je da su njihovi rezultati dobri, odnosno jako dobri, osim dvoje koji su smatrali da je nedostajalo empatije. Bili su zadovoljni timskim radom.

Rezultati posljednjeg upitnika pokazuju da sudionici smatraju kako su stekli osnovne vještine i sposobnosti koje su im potrebne da bi mogli postati dobri kulturni vodiči i aktivni u prenošenju svog vlastitog nasljeđa. Štoviše mogli su iskusiti i razumjeti vrijednost nasljeđa kroz uključenost i promoviranje fizičke i mentalne aktivnosti, koja je bila u skladu s filozofijom samog projekta o promoviranju aktivnog starenja.

Svi sudionici španjolskog tima izjavili su da su ispunili ranije spomenute ciljeve i da jedva čekaju nastaviti raditi na sličnim projektima.

ZAKLJUČCI I PREPORUKE



ZAKLJUČCI I PREPORUKE

Dobrobiti učenja u svakoj dobi su brojne i važan su faktor ljudske dobrobiti (pa tako primjerice UN koristi obrazovanje kako bi dao ocjenu Indeksa razvoja), te u tome leži važnost poboljšavanja obrazovnih standarda posebice u onim područjima u kojima su napori još uvijek slabi, kao što je slučaj s obrazovanjem starijih osoba. Obrazovanje bi moralo biti ključni faktor kada se uzima u obzir kvaliteta života odraslih osoba, jer starijim osobama daje alat za zdravije, aktivnije, uključenije i smislenije postojanje. Kao što je i naglašeno u pravilniku o aktivnom starenju Svjetske zdravstvene organizacije (WHO, 2002, str.13): „Ako starenje treba biti pozitivno iskustvo, dulji životni vijek mora biti praćen stalnim mogućnostima za zdravlje, sudjelovanje i sigurnost“[16], a te mogućnosti mogu biti dosegnute samo ako su građani obrazovani i pripremljeni da ih iskoriste.

Obaveza je institucija, vlada i edukatora da omoguće djelotvoran obrazovni scenarij za sve dobne skupine. Ovo postaje nepobitno za mlađe generacije, jer su ti scenariji jasni, s jasnim i određenim potrebama za učenje: cilj njihovog obrazovanja je da uspiju u svom budućem profesionalnom životu. Ta točka nije tako jasna kada se govori o obrazovanju starijih osoba jer je većina starijih osoba već završila sa svojim karijerama i u mirovini su. Nužno je stoga, dati kvalitetne mogućnosti za učenje i podučavanje koje njeguju cjeloživotno učenje bez obzira na godine i uvjete. Štoviše, učenje bi trebalo voditi odrasle osobe prema razvijanju novih kompetencija i sposobnosti sa svrhovitim ciljevima. Postaje nužno imati cilj, jer to je gorivo koje hrani aktivnosti; njeguje motivaciju, pa čak i onda kada je cilj samo „čista ljubav prema učenju“. Ako ta svrhovitost ima za cilj promijeniti ili poboljšati društvo i svijet u kojemu žive, onda to znači da odrasle osobe postaju glavni društveni provoditelji promjena. Primjer projekta HeiM, koji je opisan u ovom priručniku, može pomoći edukatorima i institucijama da osmisle projekte koji su smisleni i koji nude promjenu te pomažu starijim osoba da ponovno zauzmu svoje mjestu u društvu kao njegovi produktivni i korisni članovi.

16. “If ageing is to be a positive experience, longer life must be accompanied by continuing opportunities for health, participation and security”.



ZAKLJUČCI I PREPORUKE

Projekt HeiM također ima za cilj njegovati inovativnost unutar procesa učenja, u smislu da promovira koncept učenja koji još uvijek nije u potpunosti razvijen.

Geragogija je definirana kao znanost koja se fokusira na potrebe i posebne karakteristike starijih osoba kao učenika, na isti način na koji se pedagogija bavi mlađim učenicima, a andragogija odraslim (Formosa, 2019.; Gibbons & Wentworth, 2001.; Ozuah & Chairman, 2005.). Štoviše, predložili smo primjenu ključnog stava u praksi Geragogija, unatoč tome što to nije u potpunom skladu s programom kritičke geragogije (Formosa, 2011.), ali pokušava prevazići tipične greške koje se pojavljuju u praksi (Formosa & Galea, 2020., str. 67–69), nudeći izvedive prakse koje nude promjenu i stavljaju stariju osobu u središte društvenih aktivnosti. Štoviše, mi smo obučili starije osobe da postanu aktivni prenositelji i promotori vlastitog kulturnog nasljeđa ne samo za pripadnike svoje generacije, već i za pripadnike mlađih generacija.

Rezultati istraživanja i konzultacija s ekspertima na tom polju potvrdile su da su starije osobe koje su bile uključene u projekt, stekle vještine i sposobnosti nužne da bi postali kvalitetni kulturni vodiči, što je u skladu s filozofijom projekta, da se kulturnom nasljeđu pristupi i da se doživi kroz aktivnost, učenje i društvenu uključenost. Mogli su odmah upotrijebiti novostečene vještine i sposobnosti te koristiti novostečeno znanje i kompetencije u realnom trenutku. Nadalje, osim isključivo obrazovne koristi ovog programa, temeljni cilj projekta je postignut jer su starije osobe, sudionici projekta, bili uključeni u:

- očuvanje i brigu o kulturnom nasljeđu;
- istraživanje o kulturnom nasljeđu što im je omogućilo da istaknu određene elemente koji, prema njihovom mišljenu, trebaju biti održavani i očuvani za buduće generacije;
- diseminaciju nasljeđa, lokalnog i međunarodnog, razmjenom znanja i ruta s drugim europskim partnerima na projektu HeiM;
- otkrivanje, poboljšavanje, očuvanje, održavanje i komunikaciju o vrijednostima kulturnog nasljeđa u njihovom kraju, i konačno
- cilj ostajanja aktivnim i punopravnim članom društva pridonoseći svojim radom i trudom društvu općenito, ali i drugim odraslim osobama i mlađim generacijama.



ZAKLJUČCI I PREPORUKE

Sve u svemu, uspjeli su stvoriti dobar turistički materijal kojim su pridonijeli diseminaciji kulturnog nasljeđa jednako uspješno kao i drugi društveni akteri. Štoviše, priznanje koje su dobili od eksperata i drugih profesionalaca za posao koji su odradili dao im je snagu. Stoga inovativnost projekta HeiM u konačnici ima za cilj pružiti nova rješenja i ukloniti prepreke te pomoći starijim osoba da dođu do ciljeva koje do sada nisu mogli dosegnuti.















DODATCI

HeiM HERITAGE IN MOTION
INOVATIVNE METODE ZA OBRAZOVANJE ODRASLIH O KULTURNOM NASLJEĐU - AKTIVNOM STARENJU

Zahvaljujemo vam što ste pristali ispuniti upitnik nastao u sklopu projekta Heritage in Motion (Baština u pokretu) – HeiM.

„Heritage in Motion“ odnosno Baština u pokretu ima za cilj promovirati znanje o kulturnoj baštini na lokalnoj i europskoj razini u svrhu promicanja temeljnih vrijednosti kulturne baštine među građanima. Cilj ovog upitnika je saznati mišljenje ciljne skupine 50+ o različitim pitanjima koja se tiču kulturnog nasljeđa, a koja će nam pomoći u razvijanju materijala potrebnih za trening, za definiranje i osmišljavanje ruta kulturnog nasljeđa za starije osobe služeći se pri tome novim tehnologijama dostupnima na kompjuterima i pametnim telefonima.

Informacije koje nam date u ovom upitniku, koristit će se samo za gore navedene svrhe. One se neće koristiti na način koji bi omogućio da se otkriju vaši osobni odgovori. Anonimni podaci, dobiveni upitnikom biti će arhivirani kod voditelja projekta, Sveučilišta u Alicanteu.

DODATAK 1

Molimo vas da odgovorite na ovih nekoliko osobnih pitanja i odaberete odgovore primjenjive na vas.

1. Iz koje zemlje dolazite?
   - ☐ Španjolska
   - ☐ Island
   - ☐ Poljska
   - ☐ Hrvatska
2. Spol
   - ☐ Muški
   - ☐ Ženski
3. Dob
   - ☐ 50 - 64
   - ☐ 65 - 74
   - ☐ 75 - 84
   - ☐ 85+
4. Imate li neki oblik invaliditeta i/ili ograničenu mogućnost kretanja?
   - ☐ Da
     - ☐ Problemi sa sluhom
     - ☐ Problemi s vidom
     - ☐ Fizička ograničenja ili ograničeno kretanje
     - ☐ Ostalo _____
   - ☐ Ne
5. Koristite li Internet na svome pametnom telefonu?
   - ☐ Da
   - ☐ Ne
6. Koristite li navigacijske sustave na svome mobilnom telefonu?
   - ☐ Da
   - ☐ Ne
7. Kada idete na put što od navedenog birate radije?
   Molimo, odaberite samo jedan od ponuđenih odgovora:
   - ☐ Individualna putovanja
   - ☐ Putovanje u manjoj grupi s prijateljima /obitelji
   - ☐ Vođene ture
8. 8. Prema vašem mišljenju koje je optimalno vrijeme trajanja rute kulturne baštine uzevši u obzir godine i potrebe sudionika ovog projekta?
   Molimo, odaberite samo jedan od ponuđenih odgovora:
   - ☐ Od 1 do 2 sata
   - ☐ Od 3 do 5 sati
   - ☐ Cijeli dan

9. Kojem od navedenih primjera nacionalne kulturne baštine bi trebalo u aktivnoj kulturnoj ruti posvetiti pažnju?

   Označite jedan odgovor za svaku od ponuđenih mogućnosti.

	Uopće ne	U malom dijelu	Osrednje	U velikom dijelu	Izrazito jak interes
Likovna umjetnost	☐	☐	☐	☐	☐
Umjetnost i obrt	☐	☐	☐	☐	☐
Arhtektura	☐	☐	☐	☐	☐
Književnost i jezik	☐	☐	☐	☐	☐
Glazba	☐	☐	☐	☐	☐
Muzeji	☐	☐	☐	☐	☐
Legende	☐	☐	☐	☐	☐
Prapovijest i antika	☐	☐	☐	☐	☐
Srednji vijek i rani novi vijek (od 1200. do 1600.)	☐	☐	☐	☐	☐
Novi vijek (posljednjih 300 godina)	☐	☐	☐	☐	☐
Moderno doba (posljednjih 50 godina)	☐	☐	☐	☐	☐
Priroda	☐	☐	☐	☐	☐
Industrija	☐	☐	☐	☐	☐
Popularne tradicije	☐	☐	☐	☐	☐
Lokalni način života	☐	☐	☐	☐	☐
Gastronomija	☐	☐	☐	☐	☐
Proslave	☐	☐	☐	☐	☐
Sumorni turizam (logori, ratna stradanja)	☐	☐	☐	☐	☐

10. Ocijenite svoj interes za posjećivanjem mjesta kulturne baštine u drugim europskim zemljama (konkretno na Islandu, u Poljskoj i Španjolskoj)? Označite jedan odgovor za svaku od ponuđenih mogućnosti.

	Uopće ne	U malom dijelu	Osrednje	U velikom dijelu	Izrazito jak interes
Likovna umjetnost	☐	☐	☐	☐	☐
Umjetnost i obrt	☐	☐	☐	☐	☐
Arhtektura	☐	☐	☐	☐	☐
Književnost i jezik	☐	☐	☐	☐	☐
Glazba	☐	☐	☐	☐	☐
Muzeji	☐	☐	☐	☐	☐
Legende	☐	☐	☐	☐	☐
Prapovijest i antika	☐	☐	☐	☐	☐
Srednji vijek i rani novi vijek (od 1200. do 1600.)	☐	☐	☐	☐	☐
Novi vijek (posljednjih 300 godina)	☐	☐	☐	☐	☐
Moderno doba (posljednjih 50 godina)	☐	☐	☐	☐	☐
Priroda	☐	☐	☐	☐	☐
Industrija	☐	☐	☐	☐	☐
Popularne tradicije	☐	☐	☐	☐	☐
Lokalni način života	☐	☐	☐	☐	☐
Gastronomija	☐	☐	☐	☐	☐
Proslave	☐	☐	☐	☐	☐
Sumorni turizam (logori, ratna stradanja)	☐	☐	☐	☐	☐

11. Koje su, za vas osobno, glavne prepreke pri posjećivanju mjesta lokalne/nacionalne kulturne baštine i što vas priječi da učite o lokalnoj/nacionalnoj kulturnoj baštini? Molimo, odaberite **samo jedan** od ponuđenih odgovora.
    - ☐ Područje mi je nepristupačno
    - ☐ Nemam vremena za takvu vrstu aktivnosti
    - ☐ Ne zanimaju me takvi programi
    - ☐ Cijena takvih programa je previsoka (ulaznice, stručno vođenje itd.)
    - ☐ Programi nisu usklađeni s interesima starijih osoba
    - ☐ Ne osjećam se ugodno u takvim situacijama (očito je da organizatori i drugi posjetitelji imaju predrasude prema starijim osobama)
    - ☐ Ostalo: ____

12. U kojoj od predloženih vrsta lokalnih tura biste rado sudjelovali?
    Molimo, odaberite **samo jedan** od ponuđenih odgovora:
    - ☐ Kamen grada Zagreba
    - ☐ Arhitektura i urbanizam moderne u Zagrebu
    - ☐ Sakralni Zagreb
    - ☐ Epikurejska tura
    - ☐ Zagrebačka groblja
    - ☐ Vrtovi Zagreba
    - ☐ Žene i Zagreb
    - ☐ Glazbeno-scenski Zagreb
    - ☐ Industrijsko nasljeđe Zagreba

13. Ocijenite važnost različitih nastavnih predmeta potrebnih onima koji će stvarati i vodite aktivne rute kulturnog nasljeđa za dobnu skupinu 50+. Molimo, odaberite **samo jedan** od ponuđenih odgovora.

	Uopće ne	U malom dijelu	Osrednje	U velikom dijelu	Izrazito jak interes
Znanje o sadržaju (primjerice povijest, prirodni izvori, industrijsko nasljeđe itd.)	☐	☐	☐	☐	☐
Vještine komunikacije i interpretiranja baštine	☐	☐	☐	☐	☐
Europske/nacionalne vrijednosti i identitet	☐	☐	☐	☐	☐
Digitalne vještine (IKT)	☐	☐	☐	☐	☐
Poznavanje stranih jezika	☐	☐	☐	☐	☐
Znanje o sadržaju (primjerice povijest, prirodni izvori, industrijsko nasljeđe itd.)	☐	☐	☐	☐	☐

14. Ako imate neki prijedlog za aktivnu rutu kulturne baštine (vezanu uz neko specifično kulturno nasljeđe, u vašem gradu, području na kojemu živite ili ste nekada živjeli, nešto interesantno što ste doživjeli itd.) opišite je u jednoj rečenici.

Hvala vam što ste izdvojili vrijeme kako biste ispunili upitnik!



EVALUACIJSKI UPITNIK ZA SUDIONIKE PROGRAMA TRENINGA

ZADNJA EVALUACIJA (NAKON PROVEDBE PROGRAMA)

Hvala vam što ste pristali ispuniti upitnik u projektu *Heritage in Motion* (Baština u pokretu) – od sada nadalje HeiM.

Program treninga dio je projekta HeiM i njegov glavni cilj je poboljšati kompetencije sudionika kako bi mogli sudjelovati na izradi aktivnih kulturnih ruta za dobnu skupinu 50+.

Vaši odgovori će se koristiti samo za potrebe upitnika.

Podaci se neće koristiti na način koji bi omogućio identificiranje vaših individualnih odgovora. Anonimni podaci će biti arhivirani kod voditelja projekta na Sveučilištu u Alicanteu (Španjolska).

DODATAK 2

1. Koji je bio glavni poticaj ili razlog da se priključite programu treninga? Molimo vas da označite najviše **tri** odgovora.

   ☐ Poboljšati osobno znanje o lokalnom i nacionalnom kulturnom nasljeđu
   ☐ Upoznati se s kulturnim nasljeđem drugih zemalja
   ☐ Naučiti predstaviti drugima svoje nacionalno kulturnom nasljeđe
   ☐ Poboljšati osobne komunikacijske vještine
   ☐ Poboljšati svoje informacijsko-komunikacijske vještine
   ☐ Sudjelovati u EU projektu
   ☐ Pokazati kako vrijednost i kvalitete starijih odraslih osoba treba cijeniti
   ☐ Kako bih konstruktivno iskoristio svoje slobodno vrijeme
   ☐ U ranim fazama samog projekta sam već sudjelovao kao ispitanik i htio sam nastaviti

2. Koji su najznačajniji rezultati koje ste postigli pohađajući ovaj program treninga? Molimo vas da označite najviše **tri** odgovora.

   ☐ Novostečeno znanje o kulturnom nasljeđu
   ☐ Novostečene vještine za predstavljanje kulturnog nasljeđa drugima
   ☐ Novostečene informacijsko-komunikacijske vještine
   ☐ Dublje razumijevanje zajedničkih elemenata u europskom kulturnom nasljeđu
   ☐ Novostečeno znanje o interesima starijih odraslih osoba i posebnosti procesa učenja kod ove skupine
   ☐ Novostečene informacije o zdravom starenju
   ☐ Upoznavanje s članovima projektnog tima i stvaranje bliskih odnosa s njima
   ☐ Upoznavanje svih elemenata projekta
   ☐ Upoznavanje drugih ljudi koji imaju slične interese kao i ja

DODATAK 2

3. Molimo vas da ocjenom od 1 (jako slabo) do 5 (izrazito zadovoljavajuće) ocijenite kompetencije koje ste stekli na sljedećim područjima po završetku programa treninga:

VJEŠTINA	1	2	3	4	5
Opisivanje nacionalnog i lokalnog kulturnog nasljeđa	☐	☐	☐	☐	☐
Sposobnost da predstavim kulturno nasljeđe na zanimljiv način	☐	☐	☐	☐	☐
Komunikacija na engleskom jeziku	☐	☐	☐	☐	☐
Upotreba digitalnih uređaja	☐	☐	☐	☐	☐
Upotreba informacija o zdravstvenim aspektima starenja	☐	☐	☐	☐	☐

4. Molimo vas da ocjenom od 1 (jako slabo) do 5 (izuzetno zadovoljavajuće) ocijenite vaše meke vještine:

MEKE VJEŠTINE	1	2	3	4	5
Komunikacijske vještine	☐	☐	☐	☐	☐
Vještine potrebna za rješavanje konfliktnih situacija	☐	☐	☐	☐	☐
Timski rad	☐	☐	☐	☐	☐
Samostalnost	☐	☐	☐	☐	☐
Samopouzdanje	☐	☐	☐	☐	☐
Prilagodljivost	☐	☐	☐	☐	☐
Organizacijske vještine	☐	☐	☐	☐	☐
Vještine potrebne za rješavanje problema	☐	☐	☐	☐	☐
Otpornost na stres	☐	☐	☐	☐	☐

DODATAK 2

5. Molimo vas da označite svoje slaganje sa sljedećim izjavama vezanim uz različite aspekte programa treninga od uopće se ne slažem do u potpunosti se slažem:

	1	2	3	4	5
Program treninga bio je dobro organiziran	☐	☐	☐	☐	☐
Ciljevi programa treninga bili su jasno definirani	☐	☐	☐	☐	☐
Ciljevi programa treninga bili su u skladu s potrebama sudionika	☐	☐	☐	☐	☐
Sudionici su ispunili ciljeve treninga	☐	☐	☐	☐	☐
Materijali vezani uz program treninga bili su korisni	☐	☐	☐	☐	☐
Trajanje programa treninga bilo je zadovoljavajuće	☐	☐	☐	☐	☐
Sadržaj pojedinih predmeta bio je dobro organiziran i bilo ga je lako slijediti	☐	☐	☐	☐	☐
Sudionici programa treninga bili su aktivno uključeni u aktivnosti treninga	☐	☐	☐	☐	☐
Voditelji programa treninga bili su dobro pripremljeni, otvoreni i zanimljivi	☐	☐	☐	☐	☐
Metode korištene u programu treninga bile su odgovarajuće	☐	☐	☐	☐	☐

6. Molimo vas da ocijenite svoje meke vještine na ljestvici od 1 (jako slabe) do 5 (izuzetno zadovoljavajuće)
   - ☐ Povećano znanje o lokalnom i nacionalnom kulturnom nasljeđu
   - ☐ Upoznatost s kulturnim nasljeđem drugih zemalja
   - ☐ Sposobnost predstavljanja nacionalnog kulturnog nasljeđa drugima
   - ☐ Poboljšanje mojih komunikacijskih vještina

7. Molimo vas da ocijenite do koje mjere bi se trebalo pozabaviti i/ili unaprijediti sljedeće elemente pri implementaciji projekta. Ocjene su od 1 (svakako se treba pozabaviti/unaprijediti) do 5 (uopće se ne treba time pozabaviti/unaprijediti)

	1	2	3	4	5
Pažljiv odabir zanimljivog sadržaja	☐	☐	☐	☐	☐
Uzeti u obzir posebnost interesa starijih odraslih osoba	☐	☐	☐	☐	☐
Uzeti u obzir zdravstvene mogućnosti te potrebe starijih odraslih osoba	☐	☐	☐	☐	☐
Pristupačnosti odabranih lokaliteta kulturnog nasljeđa	☐	☐	☐	☐	☐
Visoka razina znanja pri kulturnom vođenju	☐	☐	☐	☐	☐
Učiniti predstavljanje informacija zanimljivim i zabavnim	☐	☐	☐	☐	☐
Prihvatljive cijene tura kulturnog nasljeđa	☐	☐	☐	☐	☐
Odgovarajuća upotreba digitalnih uređaja	☐	☐	☐	☐	☐
Uzeti u obzir interese specifičnih skupina	☐	☐	☐	☐	☐
Vještine vezane uz engleski jezik	☐	☐	☐	☐	☐

Hvala!

DODATAK 3

HeiM HERITAGE IN MOTION	**BAŠTINA U POKRETU** Inovativne metode za obrazovanje odraslih o kulturnom nasljeđu i aktivnom starenju
Naziv rute	
Tema rute	
Redni broj / web poveznica	
Naziv osnovnog elementa	
Geografska dužina i širina	
Kratki opis	
Pristupne ceste	
Javni gradski prijevoz	
Pristupačnost za osobe s ograničenom mogućnosti kretanja	
Dodatni sadržaji	
Dodatne informacije	
Primjedbe	

DODATAK 3

Opisna tablica	**Kriterij**	**Izvrsno/Dobro/Loše**	**Ocjena**
	Jedinstveno	9-7 / 6-4 / 3-1	
	Privlačno za europske posjetitelje	9-7 / 6-4 / 3-1	
	Pristupačnost	9-7 / 6-4 / 3-1	
	Ugroženost lokaliteta s obzirom na broj posjetitelja	9-7 / 6-4 / 3-1	
	Pristup omogućen kroz cijelu godinu	6-5 / 4-3/ 2-1	
	Trenutačan broj posjetitelja	6-5 / 4-3/ 2-1	
	Dostupnost informacija	6-5 / 4-3/ 2-1	
	Lako za objasniti/opisati	3 / 2 / 1	
	Važnost sadržaja	3 / 2 / 1	
	Siguran pristup	3 / 2 / 1	
	Zanimljivo za osobe treće životne dobi	3 / 2 / 1	
		Konačna ocjena	**0/66**
Fotografije			
Datum			
Tim			



BIBLIOGRAFIJA

BIBLIOGRAFIJA

AIUTA. (2014). Universities of the Third Age Charter. https://doi.org/10.1300/J021v11n01_09

Alesón-Carbonell, M. (2015). No more course-books: learning English through interactivity, WW1 poetry, and social action. *AiUTA INTERNATIONAL CONFERENCE: U3A's, Citizenship and Social Cohesion*. poster [Not published].

Badaracco, R. & Scull, J. (1978). Megascale Interpretive Planning, *The Interpreter, 10(3),* 4-10.

Brooks, D. C., Gyorke, A., & Morril, J. (2013). "But Is It Innovative?" A Systematic Approach to Assessing & Evaluating Innovation in Educational Technology. *Educase*.

Brown, J. D. (2016). *Introducing needs analysis and English for specific purposes*. Routledge.

Bru, & Alesón-Carbonell, M. (2017). The Role of OAUPs in the Preparation of retirement: Perceptions and Necessities of Older Adults in Spain. *Annals of Social Sciences*, *45*(2), 27–44. https://doi.org/http://czasopisma.tnkul.pl/index.php/rns/article/view/8468

Bru Ronda, C., Alesón-Carbonell, M., & Pina Medina, V. M. (2016). *Looking Forward to a Dynamic Third Age - Comparative Survey Report*. Preuzeto s http://hdl.handle.net/10045/52175

Bru Ronda, C., Pina Medina, V. M., Alesón-Carbonell, M., Ruiz Armero, N., López Blanes, A., & Sarrión Cano, V. (2016). *Looking Forward to a Dynamic Third Age – Awareness Campaign*. Preuzeto s http://hdl.handle.net/10045/60037

Bru Ronda, C., Valero Escandell, J. R., Pina Medina, V. M., Alesón-Carbonell, M., Ruiz Armero, N., López Blanes, A., & Sarrión Cano, V. (2015). *Looking Forward to a Dynamic Third Age – Spanish Mapping Report*. Preuzeto s http://hdl.handle.net/10045/45265

BIBLIOGRAFIJA

Chen, J. C. (2013). *Teaching in Higher Education Teaching nontraditional adult students: adult learning theories in practice*. https://doi.org/10.1080/13562517.2013.860101

Creech, A., & Hallam, S. (2015). Critical geragogy: A framework for facilitating older learners in community music. *London Review of Education*, *13*(1), 43–57. https://doi.org/10.18546/LRE.13.1.05

Elínardóttir, J., Gudmundsson, H. K., Björnsson, J., Gudlaugsdottir, I. R., Adamczyk, M., Bru Ronda, C., & Valero Escandell, J. R. (2015). *Looking Forward to a Dynamic Third Age - Comparative Mapping Report*. Preuzeto s http://rua.ua.es/dspace/handle/10045/45265

European Union. (2018). *Decision (EU) 2017/864 of the European Parliament and of the Council of 17 May 2017 on a European Year of Cultural Heritage*. Preuzeto s https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/?uri=CELEX%3A32017D0864

Fernández-Ballesteros, R., Olmos, R., Pérez-Ortiz, L., & Sánchez-Izquierdo, M. (2020). Cultural aging stereotypes in European Countries: Are they a risk to Active Aging? *PLoS ONE*, *15*(5). https://doi.org/10.1371/journal.pone.0232340

Fleer, M. (2016). The Vygotsky project in education. In L. L. Rowell, C. D. Bruce, J. M. Shosh, & M. M. Riel (Eds.), *Activity Theory in Education* (pp. 1–15). Rotterdam: SensePublishers.

Flowerdew, L. (2013). Needs Analysis and Curriculum Development in ESP. In B. Paltridge & S. Starfield (Eds.), *The Handbook of English for Specific Purposes* (pp. 325–346). London: Blackwell & Wiley.

Foote, L. S. (2015). Transformational learning. *Adult Learning*, *26*(2), 84–86. https://doi.org/Retrieved from EBSCO HOST

BIBLIOGRAFIJA

Formosa, M. (2011). Critical educational gerontology: A third statement of first principles. *International Journal of Education and Ageing*, *2*(1), 317–332.

Formosa, M. (2012). Critical Geragogy: Situating Theory in Practice. *Journal of Contemporary Educational Studies*, *5*(January 2012), 36–54.

Formosa, M. (2019). Educational Gerontology. *Encyclopedia of Gerontology and Population Aging*, 1–8. https://doi.org/10.1007/978-3-319-69892-2_411-1

Formosa, M., & Galea, R. (2020). Critical educational gerontology at a senior center in Malta: possibilities and limitations for critical consciousness. *Educational Gerontology*, *46*(2), 59–71. https://doi.org/10.1080/03601277.2020.1711587

Gibbons, H. S., & Wentworth, G. P. (2001). Andrological and pedagogical training differences for online instructors. *Online Journal of Distance Learning Administration*, *3*(3), 221–228. Preuzeto s http://www.westga.edu/~distance/ojdla/fall43/gibbons_wentworth43.html

Gollin-Kies, S., Hall, D. R., & Moore, S. H. (2015). *Language for Specific Purposes*. Houndmills: Palgrave Macmillan.

Guðjónsdóttir, A. M., Guðlaugsdóttir, I. R., Guðmundsson, Hans Kristján Bru Ronda, C., Aleson-Carbonell, M., Stanowska, M., & Adamczyk, M. (2016). Looking Forward to a Dynamic Third Age. Lublin: Towarzystwo Wolnej Wszechnicy Polskiej Oddział w Lublinie U3A

Ham, S. H. (1992). *Environmental interpretation--A practical guide for people with big ideas and small budgets*. Golden, CO: Fulcrum Publishing.

Ham, S. H. (2013). *Interpretation: making a difference on purpose*. Golden, CO: Fulcrum Publishing.

BIBLIOGRAFIJA

Hill, L. H. (2000). Facilitating the Learning of Adults. *Adult Learning*, *11*(4), 3–4.

Holton, E. F., Wilson, L. S., & Bates, R. A. (2009). Toward development of a generalized instrument to measure andragogy. *Human Resource Development Quarterly*. https://doi.org/10.1002/hrdq.20014

Jasso-Aguilar, R. (1999). Sources, Methods and Triangulation in Needs Analysis: a Critical Perspective in a Case Study of Waikiki Hotel Maids. *English for Specific Purposes*, *18*(1), 27–46. https://doi.org/10.1016/S0889-4906(97)00048-3

Larsen, D. L. (2003). *Meaningful Interpretation. How to Connect Hearts and Minds to Places, Objects, and Other Resources*. Washington: Eastern National, National Park Service.

Morales, J. F., & Varela, M. I. (1986). El índice del Potencial Interpretativo (IPI): Un aporte a las futuras demandas de los futuros parques y a lo que aún resta en los actuales. In *Actas del I Congreso Nacional de Parques Naturales*. Sevilla: Junta de Andalucía.

Morales, J. (1998). *Guía práctica para la Interpretación del Patrimonio. El arte de acercar el legado natural y cultural al público visitante,*. Sevilla: Consejería de Cultura (Junta de Andalucía) y TRAGSA.

O'Toole, S., & Essex, B. (2012). The adult learner may really be a neglected species. *Australian Journal of Adult Learning*.

Ozuah, P. O. (2005). First, There Was Pedagogy And Then Came Andragogy. *Einstein Journal of Biology and Medicine*, *21*(8), 83–87.

Ramírez Gómez, D. (2016). Critical geragogy and foreign language learning: An exploratory application. *Educational Gerontology*, *42*(2), 136–143. https://doi.org/10.1080/03601277.2015.1083388

BIBLIOGRAFIJA

Redding, S., Twyman, J. S., & Murphy, M. (2013). What Is an Innovation in Learning? In *Handbook on Innovations in Learning* (pp. 3–14). Preuzeto s http://www.centeril.org/handbook/resources/fullchapter/What_is_an_Innovation_SA.pdf

Sahlberg, P. (2009). Creativity and Innovation through Lifelong Learning. *Journal of Lifelong Learning in Europe*, *14*, 53–60.

Tilden, F. (1957). *Interpreting our heritage*. Chapel Hill: University of North Carolina Press.

WHO. (2002). *Active ageing: a Policy Framework* (Vol. 7). https://doi.org/10.19043/ipdj.7sp.003

WHO. (2015). *Informe mundial sobre el envejecimiento y la salud.* Preuzeto s https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/186466/9789240694873_spa.pdf?sequence=1

HeiM

METODOLOŠKI PRIRUČNIK

https://www.facebook.com/ProjectHeiM

https://twitter.com/HeimProject

www.heimheritage.eu