**Załącznik nr 1**

**Scenariusz szkolenia: Wolontariusz – asystent techniczny osoby zależnej w projekcie „Drżąca sieć”**

**Uczestnicy:** młodzież ze szkół technicznych lub z klas o profilu informatycznym

**Temat szkolenia: Wolontariusz – asystent techniczny osoby zależnej w projekcie „Drżąca sieć”**

**Cele edukacyjne:**

* zapoznanie z projektem „Drżąca sieć”,
* zapoznanie z objawami choroby Parkinsona,
* zapoznanie z ograniczeniami osób z chorobą Parkinsona dotyczącymi korzystania z komputera,
* jak się zachować w domu osoby zależnej,
* jak korzystać z narzędzia Google Hangouts w celu przeprowadzenia wideokonferencji

**Czas trwania:**5 godzin

**Trenerzy**:

1. Lekarz-neurolog zakresie objawów choroby Parkinsona oraz ograniczeń osób z chorobą Parkinsona .
2. Informatyk w zakresie korzystania z narzędzia Google Hangouts.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Zagadnienie** | **Czas**  | **Opis, przebieg szkolenia** | **Potrzebne środki techniczne, materiały** |
| **I część szkolenia (2h)** |
| Wstęp | 25 minut | * Przywitanie, prezentacja celów szkolenia i programu, ćwiczenie integracyjne (poznanie innowatorów z wolontariuszami).

Propozycja ćwiczeniaNa flipcharcie są napisane pytania uczestnicy stoją w dwóch kołkach zewnętrzne i wewnętrzne, ci od zew. się przesuwają albo w prawo albo w lewo wymieniając się ( 1.lubię robić … 2. udane wakacje to … 3. u ludzi lubię ...4.  w wolnym czasie … 5. moim autorytetem jest … 6. za 4 lata chcę …7. moja mocno stroną jest …8. Interesuje mnie … 9 Potrafię … | flipchart, mazaki |
| Prezentacja:- projektu „Drżąca sieć”- projektu Generator Innowacji Sieci Wsparcia | 25 minut | * Innowatorzy przedstawiają genezę projektu, informacje o projekcie Generator Innowacji Sieci Wsparcia. Główne zadanie projektu innowacyjnego polegać ma na przetestowaniu czy wideokonferencje podczas których członkowie stowarzyszenia podczas swoich spotkań mogą kontaktować się za pomocą komputera – używając narzędzia Google Hangouts - z osobami, które nie mogą uczestniczyć w spotkaniach ze względu na swoje ograniczenia(są osobami zależnymi). Gdy kontakt towarzyski zostanie zaakceptowany, wykorzystamy wideokonferencje do działań terapeutycznych – śpiewu, zajęć logopedycznych, ergoterapii, itp. Uczniowie – wolontariusze pomogą tym osobom zależnym w podłączeniu się do wideokonferencji , które maja największe problemy z obsługą komputera
 | Sala z rzutnikiem, komputer przenośny  |
| Choroba Parkinsona | 70 minut  | * Rozpoczęcie modułu poprzez zapytanie się uczestników z czym im się kojarzy choroba Parkinsona i zapisanie odpowiedzi na flipcharcie, następnie następuje podsumowanie spisanych odpowiedzi zaznaczając co jest prawidłowym skojarzeniem/odpowiedzią
* Prezentacja przez lekarza neurologa dot. m.in. objawów, rehabilitacji, rozwoju choroby.
1. Choroba Parkinsona to choroba zwyrodnieniowa mózgu, związana z zanikiem komórek dopaminergicznych. Profil chorych jest bardzo zróżnicowany. Mogą na nią zapaść osoby w wieku od 30 do 80 roku życia. Mamy 120 – 180 osób na 100 000 populacji ogólnej. Po 65 roku życia ta choroba dotyka 1 % osób. Nowe zachorowania to 20 osób na 100 000 na rok. W Polsce jest ok. 80 000 osób z chorobą Parkinsona. Znane osoby z ta choroba to papież Jan Paweł II, aktor Michael J. Fox, bokser Muhammad Ali, malarz Salvador Dali.
2. Objawy choroby: Pogorszenie sprawności np. zmiana charakteru pisma, zubożenie ruchów podczas chodzenia, uboższa gestykulacja, Drżenie spoczynkowe, asymetryczne, Spowolnienie - trudności z rozpoczęciem ruchu, uboższa mimika, pogorszenie chodu, Zaburzenia postawy -pochylenie ciała do przodu, zaburzenia równowagi. Choroba Parkinsona to nie tylko zaburzenia ruchowe. Mogą to być także: Spadki ciśnienia tętniczego, zaburzenia zachowania, pamięci i snu, zaparcia, zaburzenia oddawania moczu, łojotok, suchość w ustach, ślinienie się, pocenie się, duszność .
3. Diagnoza: lekarze mają trudności z rozpoznaniem choroby a chorzy trudności z z zaakceptowaniem rozpoznania, jest to choroba postępująca , ale u większości osób powoli. Nie ma idealnego leczenia ale to, które jest dostępne pozwala chorym funkcjonować przez wiele lat.
4. Rehabilitacja korzystnie wpływa na stan psychiczny, ogranicza ból, poprawia równowagę, sylwetkę, zapobiega zaparciom.
5. Rozwój choroby: po ok. 7 latach 50 % chorych jest mniej sprawnych niż na początku choroby. Pacjenci z chorobą Parkinsona żyją tyle, ile populacja ogólna.
* Prowadzący zwraca się do uczestników z pytanie m, Co wg nich jest ważne w

codziennym życiu osób z chorobą Parkinsona? Wspólna dyskusja.Na podsumowanie :1. Chorzy maja zaburzenia postawy, równowagi i upadki, nasilenie drżenia, narastające zaburzenia wegetatywne, zaburzenia pamięci i orientacji przestrzennej, zaburzenia mowy, zaburzenia połykania, silne poty, zaburzenia snu, depresja, pogorszenie orientacji (nowe miejsca, prowadzenie auta)
2. Ponieważ chorzy maja problem z pisaniem wskazane jest używanie grubszego długopisu lub pisaków.
3. W korzystaniu z komputera należy wybrać odpowiedni dla siebie sposób poprawy w tym korzystaniu. Niektóre osoby mogą zamiast myszki korzystać z touchpada lub, przy większych drżeniach, z trackballa (nieprzesuwna myszka z kulką). Niektórym pomaga używanie skrótów klawiaturowych.
4. Wolontariusz powinien zauważyć, jaka metodę wybrała dla siebie osoba zależna. Powinien zwrócić uwagę, czy komputer jest dobrze ustawiony a kamera pokazuje osobę we właściwy sposób(widać twarz osoby, słychać jej głos). Wolontariusz pomaga tylko w minimalnym stopniu w terapii czy ćwiczeniach dla osoby zależnej.
 |
| **II część szkolenia (3h)** |
| Program Google Hangouts | 90 minut | Praktyczne zapoznanie się wolontariuszy z funkcjonowaniem programu.1. Omówienie funkcjonalności programu Hangouts,

Wolontariusze zapoznają się z możliwościami komunikowania się przy pomocy programu Hangouts. Program ten przewiduje możliwość darmowego komunikowania się między sobą członków społeczności Google. Ponadto program ten umożliwia korzystanie z telefonii VoIP, czyli dodzwaniania się do dowolnych urządzeń telefonicznych. Ta opcja wymaga dodatkowych opłat i dlatego też telefonia VoIP została pobieżnie omówiona.1. Omówienie uwarunkowań działania programu Hangouts, a w szczególności:

•wymagania sprzętowe, •wymagania programowe (system operacyjny, przeglądarka)•jakość połączenia internetowego•dodatkowy osprzętWolontariusze zapoznają się z wymaganiami sprzętowymi, oprogramowaniem i innym osprzętem zapewniającymi właściwe funkcjonowanie programu Hangouts. Zgodnie z Opisem wymagań technicznych każde stanowisko (komputer lub telefon komórkowy) musi spełniać minimalne wymagania sprzętowe. Doświadczenia w użytkowaniu programu Hangouts wskazują, że komputer z procesorem dwurdzeniowym oraz 4 GB RAM jest wystarczający do właściwej pracy programu Hangouts. Ponadto komputer musi być wyposażony w kamerę cyfrową (wbudowaną lub zewnętrzną), oraz kartę dźwiękową obsługującą zarówno mikrofon jak i głośniki lub słuchawki. Program Hangouts został przetestowany na systemach operacyjnych Microsoft Windows (wersje 8, 8.1 i 10), oraz na Androidzie. Zalecaną przeglądarką jest Google Chrome. Połączenia internetowe gwarantowane przez dostawcę są wystarczające do poprawnego funkcjonowania programu Hangouts. Dodatkowym osprzętem poprawiającym jakość pracy z programem Hangouts są trackballe oraz mikrofony kierunkowe.1. zapoznanie się z instrukcją obsługi programu Hangouts

Instrukcja obsługi programu Hangouts została przygotowana jako opis funkcjonalny, a nie mechaniczny opis możliwości menu programu. Użytkownik ma znaleźć potrzebne mu informacje pod odpowiednimi hasłami (jak uruchomić, jak znaleźć, jak zakończyć itp.). zapoznanie się z menu programu Hangouts. Wolontariusze zapoznają się z menu programu Hangouts. Omówione zostaną elementy menu oraz ich funkcjonalność. Ćwiczenia pozwolą na właściwe posługiwanie się elementami programu Hangouts - kontakty, grupy, rozmowy, połączenia telefoniczne, zaproszenia, wiadomości.1. dostosowanie ustawień programu Hangouts

Wolontariusze zapoznają się z możliwościami dostosowania programu do indywidualnych potrzeb. Ustawienia obejmują takie zagadnienia jak: pokazywanie aktywności, pokazywanie rodzaju urządzenia, pokazywanie uczestnictwa w rozmowie, ustawienia związane z powiadomieniami – dźwięki dla przychodzących wiadomości, dla połączeń przychodzących, czasowe wyłączanie dźwięków itp. Ponadto ustawienia pozwalają na zarządzanie usuniętymi informacjami.1. zarządzanie kontaktami, w szczególności nawiązywanie nowych kontaktów (poprzez adres mailowy, imię i nazwisko)

Wolontariusze zapoznają się z zasadami wyszukiwania nowych osób i zasadami zaproszeń, w szczególności możliwościami wyłączania zaproszeń. | komputery przenośne, dostęp do internetu,sala z rzutnikiem, flipchart, mazaki |
| **Przerwa 15 minut** |
| Program Google Hangouts | 90 minut | Kontynuacja praktycznej nauki o programie1. prowadzenie czatu

Program Hangouts umożliwia wysyłanie wiadomości tekstowych do osób z którymi prowadzi się rozmowę. Wolontariusze zapoznają się z zasadami korzystania z czatu, wyświetlania wiadomości tekstowych itp.1. nawiązywanie rozmów głosowych lub wideokonferencji

Wolontariusze zapoznają się ze sposobami nawiązywania połączenia z wybraną osobą. W przypadku osoby z listy kontaktów – dzwonić można po użyciu przycisku rozmowa wideo lub rozmowa telefoniczna. Jeśli próbujemy połączyć się z nową osobą to program Hangouts wysyła zaproszenie do takiej osoby i tylko ona może zainicjować rozmowę.1. tworzenie grup w celu nawiązania połączenia grupowego

Wolontariusze zapoznają się z zasadami tworzenia grup, usuwania osób z grupy, a także dołączania nowych osób do grupy. Ponadto zostaną zaznajomieni z zasadami dodawania innych osób do trwającej wideokonferencji grupowej, usuwania osób z wideokonferencji, oraz zasadach zakończenia wideokonferencji grupowej.1. inicjowanie połączeń wideokonferencji grupowej

5. Zasady funkcjonowania połączenia grupowego, uprawnienia osoby inicjującej, uprawnienia pozostałych osób biorących udział w wideokonferencji grupowej zostaną przedstawione wolontariuszom w trakcie szkolenia. Wolontariusze powinni informować wszystkich o skutkach usuwania poszczególnych osób z bieżącej wideokonferencji, możliwościach dołączenia nowych osób. Przypominanie wszystkim, że osoba inicjująca połączenie grupowe nie może zakończyć udziału w rozmowie, bo cała wideokonferencja zostanie zakończona.Podsumowanie: sprawdzenie w praktyce na kilku komputerach przenośnych jak działa wideokonferencja w Google Hangouts. | komputery przenośne, dostęp do internetu,sala z rzutnikiem, flipchart, mazaki |