

раздумывая, идите на обучающие курсы. Для этого есть все возможности: библиотека предлагает множество обучающих программ и услуг. Только надо встать с дивана и... улучшить свою жизнь! Даже если вам далеко за 60!»

„EU POT! EU VREAU! EU MERIT!”

*Natalia KRAVCIUK,
șefa Filialei „Miron Costin”*

Biblioteca „M. Costin” a devenit un centru, unde fiecare își poate găsi ocupații după bunul plac: unii sunt pasionați de lectură, alții – de creație, descoperind și noi prieteni cu aceleași interese, sau se relaxează, uitând de problemele care îi frământă.

Pentru majoritatea pensionarilor, în ultimii ani, biblioteca este cea mai accesibilă. Deseori ei se plâng că sunt singuri, comunică puțin, nu prea găsesc limbă comună cu cei apropiați, nu dispun de informațiile necesare, plâng după trecut. În plus, au și sănătate șubredă. În acest context, bibliotecarul mai are rolul și de psiholog. Deși au multiple probleme, câteodată este imposibil să-i sustragi de la viziunea serialelor și de la șezutul pe canapea sau în fotoliu. Analizând și chibzuind bine toate aceste probleme, am decis, în primul rând, să aflăm doleanțele lor, adresându-le întrebarea: „Ce vă poate propune bibliotecă?” sau „Ce așteptați de la bibliotecă?”. Le-am înmănat lista acțiunilor ce urmau să fie organizate, cu genericul „Biblioteca propune seniorilor”. La rândul lor, ei au notat acele activități care sunt mai interesante și pe placul lor. Din lista respectivă am selectat cele notate de pensionari. Astfel, am întocmit un plan de lucru după care activăm. Și anume:

- vizionarea filmelor și emisiunilor;
- organizarea expoziției de fotografii „Despre trecut”;
- activități creative: „Desenează, gătește, personalizează un obiect” etc.;
- jocuri intelectuale și jocuri de cuvinte pentru a întări memoria;
- serate-întâlniri cu genericul „Chișinăul în fotografiile mele”, în cadrul cărora participanții povestesc despre locurile preferate din capitală;
- lectura operelor literare și discutarea lor;
- revista bibliografică a cărților și presei cu discuții;

- întâlniri de suflet cu personalități;
- organizarea seratelor cu ocazia sărbătorilor cu înmânarea cadourilor;
- servirea ceaiului și copturilor de casă, demonstrație a produselor de patiserie;
- studierea istoriei Chișinăului cu genericul „Chișinăul tinereții mele”;
- cunoașterea tradițiilor și obiceiurilor naționale;
- expoziției de fotografii „Anii mei, bogăția mea”, „Pe valurile tinereții mele”;
- confecționarea din materiale naturale: frunze, castani, crengi, conuri ș.a.;
- un ciclu de lecții despre muzică, compozitori, interpreți;
- vizionarea filmelor privind istoria altor țări;
- alcătuirea tablourilor din puzzle;
- organizarea concursurilor „Recunoașteți melodia”, „Recunoașteți filmul”;
- gimnastică specială de îmbunătățire a stării sănătății.

După ce au fost examinate cerințele acestor categorii de utilizatori, a fost organizată o grupă de seniori de vârstă de 80-85 de ani – seniori intelectuali, prietenoși, zâmbitori și activi. În noiembrie 2021, Clubul 65+ „Чем себя занять” („Cu ce să te ocupi”) s-a deschis. Am elaborat un statut, s-a întocmit lista membrilor, planul ședințelor, ziua și ora. Ședința are loc o dată pe săptămână, în ziua de marți, între orele 10.00-12.00. Scopul principal al Clubului este de a susține oamenii în vârstă pentru ca ei să se adapteze mai ușor la condițiile de astăzi, să depășească singurătatea, închiderea în sine, oferindu-le posibilitatea să comunice cu semenii lor. Bibliotecarii le dau sfaturi practice pentru fiecare zi, le acordă susținerea juridică, socială, morală, îi ajută să se înțeleagă mai bine pe sine și pe cei din jurul lor. De asemenea, le propun vizionarea filmelor, călătoria în mediul virtual prin locurile cele mai solicitate în lume, serate cu amintiri.

Ședințele sunt deferite, deseori au loc într-un mediu neformal. Membrii clubului cu „vârstă de aur” sunt persoane inteligente, cu mult umor, știu să se bucure de orice clipă a vieții. Fiecare eveniment de la ședință include diferite forme de lucru: discuții, lectură, vizionarea filmelor, reamintiri, meșteșuguri etc.

Pentru a-i cointeresa pe seniori, s-a propus ca la prima întâlnire ei să vizioneze un film despre o călătorie în țările scandinave.

De ce anume aceste țări? Fiindcă sunt puțin cunoscute de ei. Întrebările și interesul pentru cele vizionate au întrecut orice așteptare. Pensionarii au rămas uimiți. Au primit o mare satisfacție. Apoi, a urmat expoziția cu genericul „Tinerete fără bătrânețe”. Participanții au adus fotografii din tinerețea lor și au spus povești interesante despre când și din ce motiv au fost făcute aceste fotografii.

Foarte mult le place să participe la diverse master-class-uri: „Toamna aurie”, „Crăciun fericit”, „Mărțișor”, „Paște fericit” etc. Pentru a le crea o dispoziție bună, le-am propus câteva activități: aplicații în tehnică Iris Folding: lebdă, botgros, necunoscuta etc.

Popularitatea Clubului 65+ „Чем себя занять” la cititorii bibliotecii este determinată de atmosfera caldă, plăcută, liberă și de o comunicare firească. Seniorii povestesc despre viața și pasiunile lor, fac schimb de sfaturi utile, ascultă muzică, recită poezii, propun teme pentru următoarele ședințe, se familiarizează cu cărțile recent apărute, cu reviste și ziare, își găsesc prieteni noi și, evident, nu se mai simt atât de solitari.

În așteptarea minunii, cu ocazia Revelionului, membrii clubului au confecționat, pentru persoanele apropiate, îngeri, brăduți, globuri ș.a.

În munca noastră cu pensionarii folosim și activități comune cu copiii. Am petrecut Revelionul împreună. Copiii au făcut spectacol în fața bunicilor, care, la rândul lor, au povestit cum au sărbătorit Anul Nou mai devreme, apoi și-au oferit reciproc cadouri confecționate de ei înșiși. A fost foarte distractiv și interesant să vezi cum diferite generații și-au făcut prieteni și s-au îndrăgît.

De Crăciun, am organizat o șezătoare cu servirea ceaiului „La un ceai nu ne plictisim”. Am servit plăcinte pregătite de ei înșiși, am vizionat împreună filmul „Crăciunul în diferite țări”. Seniorii au degustat mai multe sorturi de ceai și au aflat istorii interesante despre cultura și ceremonia de servire a ceaiului.

Le place să citească și să discute despre ultimele evenimente ce au loc în lume. Iar pentru a le ridica dispoziția, seniorii au participat la master-class-ul „Balerine grațioase din șervețele”, pe care le-au confecționat manual. Am petrecut o ședință comună cu copiii, pentru a picta cu acuarelă. Era impresionant să vedem aceste doamne drăguțe, care deși n-au practicat demult desenul, acum au pictat un tablou foarte inspirat. Cu surprindere, ele au primit oferta noastră de a colora planșele de colorat.

Astfel, atmosfera caldă și prietenoasă le ajută seniorilor să depășească stereotipurile negative față de bătrânețe, le ajută să fie mai optimiști, să pășească cu încredere și să nu-și piardă speranța în ziua de mâine. Ne străduim să le îmbunătățim aptitudinile motorice, care sunt benefice la orice vârstă. Pentru dezvoltarea memoriei, înainte de ședințe, aplicăm înviorarea „Jocuri de cuvinte”, „Amintește-ți melodia” ș.a. Le propunem expoziții de carte și reviste bibliografice, lecturi noi, discuții, un mod de viață sănătos etc. De asemenea, le prezentăm informații despre plaiul natal, despre tradițiile și obiceiurile moldovenești. În cadrul discuțiilor cu genericul „Bunicele și nepoții”, acestea și-au împărtășit impresiile și sfaturile cu privire la educația și comunicarea cu nepoții. Discuțiile respective au trezit un interes aparte. O altă ședință cu interes sporit a fost dedicată „Amuletelor”. Bibliotecarii le-au povestit despre istoria acestora, au privit filmulețul „Sensul amuletei” despre utilizarea amuletelor în diferite țări. În încheiere, au confecționat „Păpușa-amuletă”. Oamenii în vârstă își doresc nu numai să trăiască până la adânci bătrâneți, ci și să trăiască acești ani în armonie cu sine, să fie fericiți, să aibă un trai decent.

Dar nu a fost atât de ușor să realizăm toate cele menționate mai sus. Cu multă speranță și îndrăzneală, cu pași mici, am mers pentru a ne atinge scopul propus, dorindu-ne ca persoanele respective să ne viziteze și în continuare. Treptat, clubul nostru a devenit cunoscut și altor persoane. Însă există unele probleme: vârsta, sănătatea șubredă, vremea nefavorabilă ș.a. Din această cauză, la ședința clubului participă mai puține persoane decât am dori. Și totuși, pentru oamenii în vârstă și cei singuratici, Clubul nostru a devenit o oază de lumină, o a doua casă. Este plăcut să ne întâlnim cu ei și ne dorim din suflet să le aducem un dram de bucurie, de fericire, un zâmbet pe față. Bibliotecarii se străduie să le mențină o dispoziție bună, plăcută, să le satisfacă dorințele. Este ceva uimitor să te afli în preajma lor și se vezi, după fiecare întâlnire, un zâmbet însoțit.