



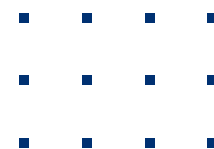
СТРАТЕГИИ И ИНТЕРАКТИВНО
ОБУЧЕНИЕ ЗА ОПТИМИЗИРАНЕ
НА ЕНЕРГИЈАТА И ЗДРАВЕТО
ИНСТРУМЕНТАРИУМ
A2.2

ПРОЕКТ №: 2023-2-EL02-KA220-YOU-000182904

www.shield-project.eu



Co-funded by
the European Union



Съдържание

1. Въведение	03
1.1 Общ преглед на проекта	
1.2 Цели на проекта	04
1.3 Целева аудитория	05
1.4 Резултати от обучението	06
1.5 Структура и методология	
2. Рамка на инструментариума	07
2.1 Визия и мисия на проекта	
2.2 Водещи принципи на инструментариума	08
2.3 Процес на оценяване и сертифициране	09
3. Настройка и публикуване на модули	10
3.1 Структура	
3.2 Продължителност	
3.3 Формат	
4. Модули	11
• Модул 1	27
• Модул 2	44
• Модул 3	60
• Модул 4	77
• Модул 5	94
• Модул 6	111
• Модул 7	128
• Модул 8	145
• Модул 9	
5. Заключение	162
5.1 Обобщение на ключовите изводи	163
5.2 Следващи стъпки и продължаващо сътрудничество	

Въведение



1.1 Общ преглед на проекта

Проектът SHIELD (Стратегии и интерактивно обучение за енергийно и здравно развитие) е нов проект по програмата „Еразъм+“, който се занимава с неотложните и взаимосвързани предизвикателства на изменението на климата, енергийната устойчивост и общественото здраве – като се фокусира конкретно върху типично пренебрегваното измерение на психичното благополучие на младите хора. Във време, когато младите хора са изправени пред безброй екологични стресови фактори и информационно претоварване, SHIELD предоставя интерактивна учебна среда, в която те могат да се справят с тях и да реагират на тях чрез знания, креативност и устойчивост. Основан на принципите на неформалното образование, SHIELD обединява преподаватели, младежки организации, дигитални новатори и промоутъри на психичното здраве от цяла Европа, за да създадат съвместно набор от девет тематични модула. Модулите са предназначени да дадат възможност на младите хора на възраст 15-30 години да придобият знания, инструменти и самоувереност, за да разберат и действат върху сложната връзка между енергията, здравето и климата.

Уникалното на SHIELD е, че е инициатива, основана на участието и мултидисциплинарна инициатива. Проектът не само предоставя теоретични знания за устойчива енергия и екологично здраве, но и приветства опитни знания чрез симулации, игри и проекти за въздействие. Той използва дигитални технологии за екоангажираност и активно гражданство, като същевременно поставя преобладаващ акцент върху емоционалната интелигентност и психическата устойчивост като отговор на екологичната скръб и тревожност. По този начин SHIELD култивира поколение младежи, които не само са запознати с глобалните проблеми, но и са овластени да ръководят решения, базирани в общността. Чрез съчетаване на научна грамотност с изкуство, гражданско участие и емоционална интелигентност, SHIELD е холистичен модел за овластяване на младежите към по-устойчиво и справедливо бъдеще.



1.2 Цели на проекта

Основните цели на SHIELD са:

- Да образова и повиши осведомеността на обществеността за взаимовръзките между устойчивата енергия, екологичното здраве и личното благополучие.

SHIELD се стреми да създаде база от знания сред младите хора относно последиците от енергийните избори за света и човешкото здраве – физическо и психическо. Чрез казуси на живо, интерактивни ресурси и примери от реалния живот, инициативата се стреми да изгради екологично образование и здравна осведоменост в достъпен и ангажиращ формат.

- Да изгради дигитални и зелени компетенции в подкрепа на ръководени от младите хора решения за устойчивост на климата.

Осъзнавайки въздействието на дигиталните технологии върху устойчивото бъдеще, SHIELD се фокусира върху оборудването на участниците с основни дигитални умения, като например грамотност по отношение на данните, техники за комуникация в областта на околната среда и умения за зелен бизнес. Тези компетенции позволяват на младите хора да проектират, внедряват и комуникират ефективни енергийно ефективни и устойчиви на климата решения.

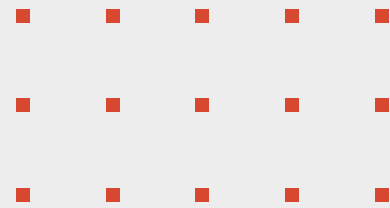
- Да подобри психологическото благополучие и цялостното благополучие чрез междуличностно взаимодействие и интерактивно обучение.

Климатичната тревожност, социалната изолация и информационната умора се превръщат в сериозни проблеми сред младото население в наши дни. SHIELD интегрира психичното здравеопазване в своя учебен дизайн, като вгражда емпатия, саморефлексия и грижа за себе си във всеки учебен модул. Дейностите са предназначени да противодействат на екостреса, като същевременно изграждат социална връзка, работа в екип и емоционална устойчивост.

- Да насърчава гражданското участие и иновациите, водени от младите хора, в областта на енергийната и здравната политика.

SHIELD е основан на философията, че младите хора не са просто учащи, но и двигатели на промяната. Проектът насърчава младежката застъпничество, предизвиква участниците да участват в местното самоуправление, енергийни проекти, задвижвани от общността, и здравни инициативи. SHIELD овластява овластеното гражданско участие чрез симулации, кампании и проекти с въздействие в реалния свят, които оформят по-приобщаващи и устойчиви политически пейзажи.





1.3 Целева аудитория

Инструментариумът SHIELD е разработен с мисъл за приобщаване и адаптивност, като се гарантира неговата приложимост в различни младежки и обществени среди. Следните групи представляват основната целева аудитория:

- Млади хора на възраст от 15 до 30 години, особено от семейства с ограничени ресурси. SHIELD се стреми да осигури достъп и овластяване на младежи, които често не могат да участват в екологични и здравни дейности, например жители на селските райони, икономически необлагодетелствани райони или такива с ограничени възможности в общото образование. Материалите са съставени по такъв начин, че да ангажират хора с различен произход и опит, за да позволят равнопоставено участие в активизъм за климата и уелнес.

- Младежки работници, преподаватели и фасилитатори в секторите на околната среда, здравеопазването и образованието.

Инструментариумът предоставя структурирано съдържание и креативни материали за фасилитиране, които подпомагат специалистите в предоставянето на ефективни, ориентирани към младежите обучителни преживявания. Инструментариумът служи като ръководство за учебната програма и вдъхновение за разработване на семинари, кампании и неформални образователни дейности.

- НПО, обществени лидери и граждански организации желаят да насърчат ангажираността на младежите в устойчивостта и промоцията на здравето.

SHIELD е полезен инструмент за действия на местно ниво, който се стреми да мобилизира младежите по въпросите на климата и здравето. Той насърчава партньорството между организациите и младежите чрез съвместно създаване, доброволчество и общностни интервенции, които са идеални за изпълнение на регионално и местно ниво.

- Политици и заинтересовани страни, които биха искали да насърчат действията на местно ниво и приобщаващото образование.

Като акцентира върху гласа и инициативността на младежите, SHIELD предлага проникателна препоръка за институциите, разработващи младежка политика или политика за устойчивост. Политиците могат да използват инструментариума, за да информират за интервенции, които допълват Зелената сделка на ЕС, програмите за дигитална трансформация и механизмите за участие на младежите в Европа.

1.4 Резултати от обучението



Чрез работа по модулите на инструментариума SHIELD, студентите ще получат цялостна картина на пресичащите се проблеми, които са от основно значение за енергията, климата и здравето – обикновено наричани връзката енергия-здраве-климат. Те ще изучават как световните енергийни системи влияят на околната среда, както и въздействието на тези екологични влияния върху здравето на индивидите и населението. Студентите ще имат способността да идентифицират често срещани ежедневни практики, които водят до повишена енергийна отговорност и екологична защита в начина им на живот.

Чрез инструментариума студентите ще придобият умения в използването на онлайн ресурси за екологични действия, активизъм и разпространение на информация. Те ще разберат как социалните медии, визуализацията на данни и дигиталното разказване на истории могат да бъдат използвани за повишаване на осведомеността и мобилизиране на общностите за предприемане на действия по въпросите на общественото здраве и устойчивостта. Освен това, студентите могат да разработват и изпълняват лични или групови проекти за въздействие. Те ще бъдат извлечени от знанията и уменията, придобити чрез модулите, и ще бъдат съсредоточени върху справянето с местни проблеми с креативни, практични решения. Този процес на обучение улеснява по-нататъшното развитие на гражданската идентичност, лидерския потенциал и уменията за работа в екип.

Преди всичко, инструментариумът SHIELD насърчава психологическата устойчивост и емоционалното благополучие като неразделни компоненти на овластяването на младите хора. Чрез рефлексивна практика, дейности за подкрепа от връстници и включване на съдържание, ориентирано към уелнес, учениците ще укрепят психичното си здраве и ще развият умения за справяне, за да преодолеят еко-тревожността, прекомерното излагане на дигитални медии и социалните стресови фактори. Този холистичен процес на обучение гарантира, че участниците ще напуснат програмата не само образовани, но и емоционално подготвени да действат в своите общности.

1.5 Структура и методология

Всеки от деветте модула на SHIELD е изграден от подход, ориентиран към студентите и основан на участието, който интегрира теоретично-базирано обучение с практика чрез експериментално обучение. Рамката на всеки модул е изградена така, че да въведе учащите в систематичен и развиващ се ред, който започва с дефиниции и разбиране на ключови понятия, последвано от внедряване, основано на опита, и рефлексивна оценка. С такава педагогика това позволява придобиване на знания както на интелектуално, така и на реално-контекстуално ниво.

Модулите следват шаблонна, но гъвкава и стандартна структура, която е адаптивна, за да улесни контекста на фасилитаторите и учащите. Модулите започват с очертаване на темата и резултатите от обучението, които са прости, последвано от изследване на ключови идеи и терминология. Тези елементи служат като основа за по-нататъшна интервенция по темата и споделено разбиране между участниците.

Една от определящите характеристики на инструментариума SHIELD е, че той включва интерактивни упражнения, които насърчават критичното мислене, сътрудничеството и решаването на проблеми в реалния свят. Упражненията могат да бъдат симулации, ролеви игри, проблеми, базирани на сценарии, и групови проекти. Те са предназначени да симулират действителен опит и да създадат чувство за самостоятелност сред участниците.



Рефлексията е критично методологично помагало, вплетено във всеки модул чрез фасилитирани въпроси, групови дискусии и водене на дневник на индивидуална основа. Тя позволява на участниците да консолидират наученото, да го върнат в собствения си живот и да обмислят как могат да го пренесат извън контекста на обучението.

За да насърчи участието и достъпността, инструментариумът включва игрови функции, като например точкови системи, цифрови значки и интерактивни тестове. Освен че правят обучението по-мотивиращо, тези функции поддържат и множество стилове на учене.

Използван присъствено, онлайн или в смесени режими, инструментариумът SHIELD предлага стабилно, приобщаващо и овластяващо учебно преживяване, насочено към младите хора и професионалистите, които им служат.

2. Рамка на инструментариума

2.1 Визия и мисия на проекта

Визия:

Визията на SHIELD е за бъдеще, в което младите хора са начело на обществено образование, овластени и устойчиви на проблемите на общественото здраве и околната среда. Това включва изграждането на активно поколение, което не само разбира науката и политиката в областта на енергетиката и изменението на климата, но и чувства личен и граждански дълг да действа. SHIELD има за цел да създаде млади хора, способни да ръководят устойчиви промени в своите общности, които се застъпват за психическо и физическо благополучие и които вземат решения, основани на равенство, емпатия и научна грамотност.

Мисия:

Мисията на проекта SHIELD е да предоставя висококачествени, интерактивни образователни материали и възможности за експериментално обучение, които дават възможност на младите хора да се справят със сложни екологични и здравни проблеми уверено и креативно. Чрез своята модулна структура, инструментариумът предлага завладяващо съдържание, което съчетава дигитални иновации с екологично управление, гражданска ангажираност и социално-емоционално обучение. Обхватът на SHIELD се простира отвъд обучението в класната стая до развитието на умения за участие на общността, лидерство и застъпничество, като в крайна сметка подкрепя еволюцията на по-приобщаваща, устойчива и устойчива Европа. Като насърчава младите хора да изследват местните реалности, да идентифицират системни проблеми и да прилагат решения на местно ниво, SHIELD превръща образованието в сила за реална промяна в света.

2.2 Водещи принципи на инструментариума

SHIELD е основан на набор от водещи принципи, които оформят неговата педагогическа практика и гарантират неговата ефективност в различни контексти и сред различните публики. Тези принципи отразяват ценностите на приобщаване, иновации и овластяване, които определят визията и мисията на проекта:

- Водено от младите хора и приобщаващо: Инструментариумът се стреми да позиционира младите хора не само като учащи, но и като лидери и съ-производители на знания. Дейностите са разработени така, че да насърчават младежката инициатива, да ръководят и да съвместно изградят инициативи, базирани в общността. Специално внимание се обръща на насърчаването на достъпа и участието на младежи с по-малко възможности, включително младежи от селските райони или маргинализирани младежи.
- Основан на зелени и дигитални компетенции: SHIELD съчетава дигиталната грамотност с екологичната загриженост, за да позволи на младите хора да развият двойни компетенции, за да процъфтяват чрез зелените и дигиталните трансформации. Учениците се запознават с дигитални инструменти като софтуер за картографиране, визуализация на данни, инструменти за онлайн сътрудничество и кампании в социалните медии в контекст на устойчивост и граждански действия.
- Основан на практиките на неформалното образование: Инструментариумът се основава на практиките на неформалното образование, наблюдащи на доброволното, водено от учащите се и основано на опита обучение. Той цени креативността, диалога, обучението от връстници и рефлексията и следователно е изключително гъвкав за приложение в младежки клубове, училища, в интернет и в неформална среда.
- Обучение, основано на действия: Обучението в SHIELD е експериментално. Всеки модул включва задачи за действие, които карат участниците да мислят за местни проблеми, да предлагат креативни решения и да предприемат важни действия. Независимо дали създават местна кампания за устойчивост или пилотират интервенция за психично здраве, обучаемите се насърчават да превърнат знанията в действия.
- Психично благополучие и фокус върху психичното здраве: Признавайки психологическия стрес от глобалните кризи, SHIELD интегрира чувствителност към психичното здраве и механизми за подкрепа в своя дизайн. Модулите включват емоционални скрининги, насочена рефлексия, упражнения за осъзнатост и практики за развиване на устойчивост и състрадание в лицето на несгодите.
- Гъвкав и адаптивен към многостранни учебни условия: Въпреки че се предлага в училища, младежки центрове, онлайн среда или среда на открито, инструментариумът SHIELD е модулен и мащабируем. Съдържанието може да бъде преподавано от фасилитатори според изискванията на обучаемия, темпото на учене и културния контекст на участниците, за да се гарантира, че то е все още актуално и достъпно в различни учебни условия.

2.3 Процес на оценяване и сертифициране

Оценяването по SHIELD надхвърля стандартното тестване; то е интегрирано в учебния процес, за да предостави възможности за размисъл, развитие и успешно участие. Всеки модул съдържа серия от интегрирани инструменти за оценяване, предназначени да измерват както придобиването на знания, така и придобиването на меки умения, като работа в екип, критично мислене и емоционална интелигентност. Студентите ще бъдат подложени на формиращи оценки под формата на контролни списъци за самооценка, теми за рефлексивно водене на дневник и сесии за взаимно оценяване. Такива инструменти помагат на студентите да наблюдават личностното си подобрение и областите за растеж, както и да установят чувство за отговорност и споделено учене в екипа.

Освен това се използват интерактивни тестове и кратки упражнения за повторение на ключови понятия и осигуряване на разбиране. На фасилитаторите се препоръчва да адаптират тези инструменти, за да отговарят на нуждите на своите обучаеми, използвайки открит разговор, креативна презентация или приложения от реалния живот като заместители на оценяването. Един от ключовите аспекти на процеса на оценяване по SHIELD е създаването на индивидуален или групов „Проект за въздействие“, който включва искане към участниците да приложат знанията и уменията, придобити през модулите, към проект от реалния свят. Проектите могат да бъдат под формата на местни кампании, събития за повишаване на осведомеността, дигитално разказване на истории или интервенции за устойчивост на ниско ниво.

След завършване на всичките девет модула и финалния проект за въздействие, студентите ще получат сертификат за завършване чрез онлайн платформата SHIELD. Сертификатът може да се използва за сертифициране на умения за дигитална грамотност, устойчивост и социална ангажираност и е свързан със системи за признаване на младежи, като например рамките Youthpass и Europass. Той е не само символ на постижение, но се използва и като удостоверение за бъдещи образователни или кариерни възможности.



3. Настройка и публикуване на модули

Всеки модул на SHIELD има последователен и ясен формат, който подпомага ефективното и интерактивно обучение. Модулите водят участниците през логическа последователност от разбиране, действие и размисъл. Тази структура гарантира, че ключовите понятия не само са въведени, но и анализирани и приложени по смислен начин.

Всеки модул включва следните компоненти:

- **Общ преглед и цели:** Кратък преглед, който ясно определя темата на модула и конкретните учебни цели. Ориентира студентите и фасилитаторите към полезността и уместността на материала.
- **Основни дефиниции и ключови понятия:** Недвусмислено изложение на основните понятия и дефиниции, предоставящи рамката за по-нататъшно проучване. Основана на реалния свят с идеи за приложение, подкрепяща споделен език на участниците.
- **Една интерактивна дейност:** Междинна, експериментална дейност, която се използва, за да включва учене чрез действие. Дейностите могат да бъдат симулации, игри, съвместно решаване на проблеми или творчески процеси. Тези дейности са конструирани така, че да насърчават критичното мислене, сътрудничеството и придобиването на реални умения.
- **Рефлексия и оценка:** Заключителен раздел, който насърчава студентите да разсъждават и интернализират преживяното. Този раздел обикновено включва въпроси за насочена рефлексия и кратка формираща оценка за затвърждаване на извлечените поуки и проследяване на напредъка в обучението.

3.2 Продължителност

- Онлайн формат със самостоятелно темпо: приблизително 60–90 минути на модул
- Групови семинари: 2–3 часа на модул
- Дейности, базирани на проекти: 1–2 дни или повече, в зависимост от обхвата

3.3 Формат

- Дигитални слайдове (Google Slides, Canva)
- Работни листове за печат
- Кратки видеоклипове
- Онлайн платформа с интерактивни инструменти
- Обществени форуми и пространства за споделяне

4. Модули





SHIELD

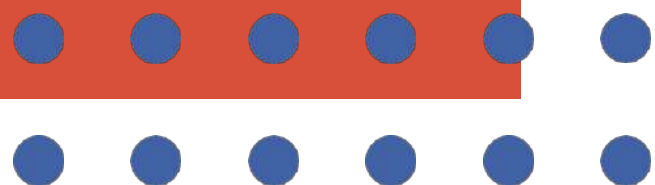
СТРАТЕГИИ И ИНТЕРАКТИВНО ОБУЧЕНИЕ ЗА ОПТИМИЗИРАНЕ НА ЕНЕРГИЯТА И ЗДРАВЕТО

ИДЕНТИФИКАЦИОНЕН НОМЕР НА ПРОЕКТА: 2023-2-EL02-KA220-YOU-000182904

МОДУЛ 1: РАЗБИРАНЕ НА ВРЪЗКАТА МЕЖДУ ЕНЕРГИЯТА И ЗДРАВЕТО

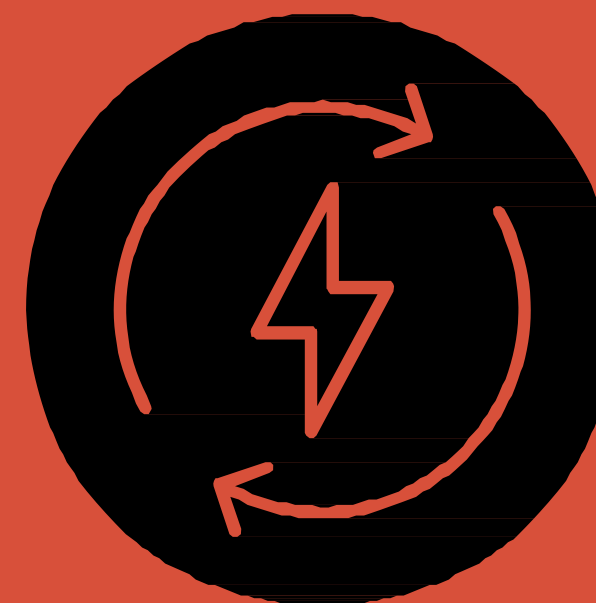
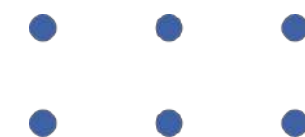


Co-funded by
the European Union



ОБЩ ПРЕГЛЕД НА МОДУЛА

Този модул въвежда концепцията за връзката между енергията и здравето, като разглежда как различните видове производство и потребление на енергия влияят върху физическото и психическото благосъстояние. Участниците ще се запознаят с ключови дефиниции, ще разгледат последиците за околната среда и здравето от избора на енергия и ще открият устойчиви практики, които насърчават индивидуалната и общностната устойчивост.

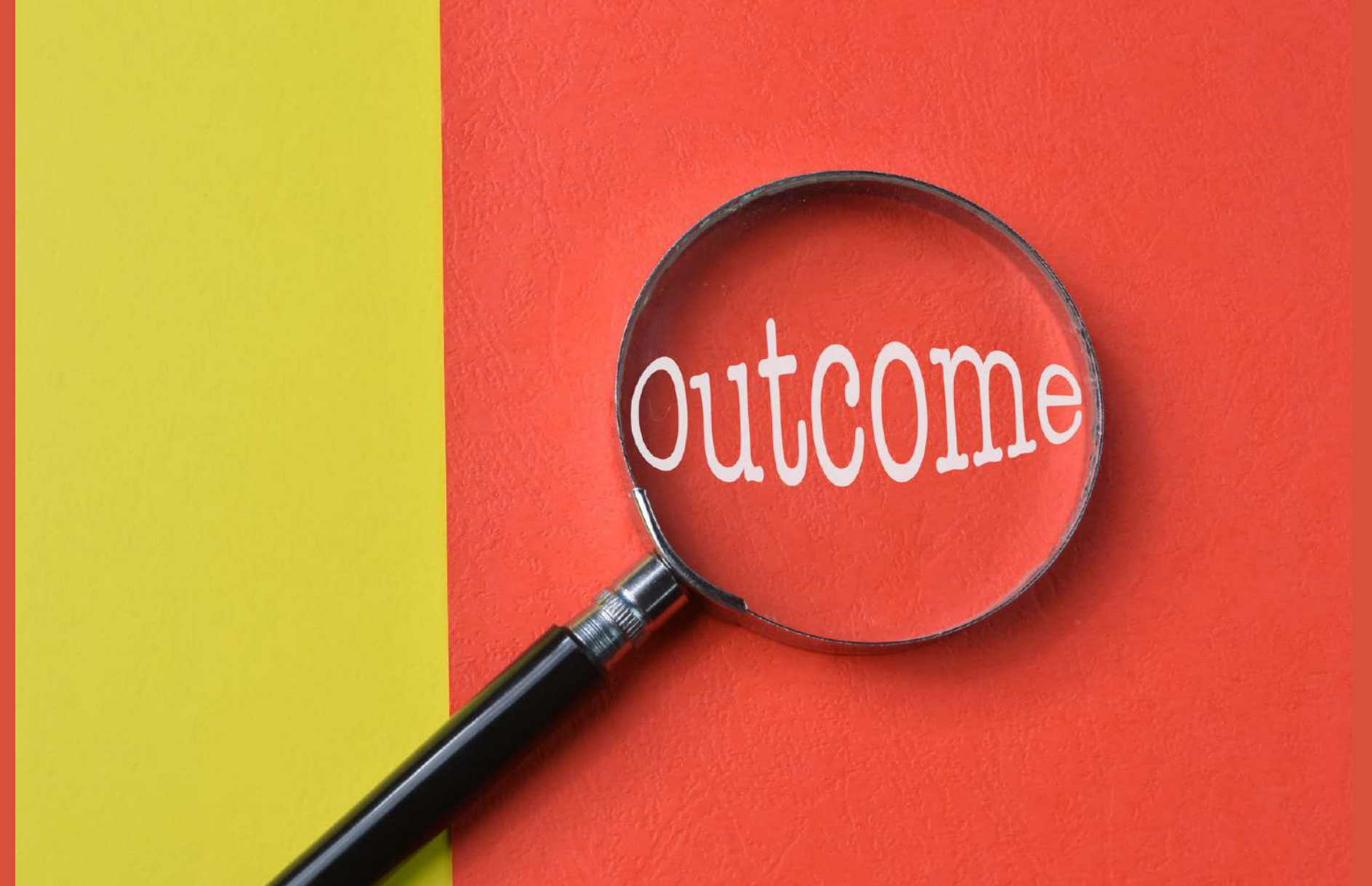




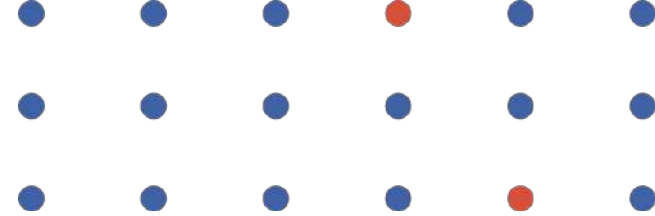
РЕЗУЛТАТИ ОТ ОБУЧЕНИЕТО

До края на този модул участниците ще могат:

- Дефинират понятието понятието на връзката връзката между енергията и здравето и обяснете нейната значимост.
- Анализирате как различните видове енергийно производство се отразяват на физическото и психичното здраве.
- Определете основните предизвикателства за здравето, свързани с неустойчивите енергийни практики.
- Предложете действия на общностно ниво за насърчаване на здравето и устойчивостта чрез информирани енергийни избори.



Да се даде възможност на младежите да разпознават пряката връзка между устойчивите енергийни практики и резултатите за общественото и личното здраве, като се насърчава активното и информирано участие на общността.

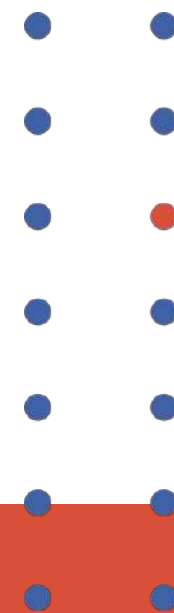


РАЗДЕЛ 1: ИЗСЛЕДВАНЕ НА ВРЪЗКАТА МЕЖДУ ЕНЕРГИЯТА И ЗДРАВЕТО

ОСНОВНИ ОПРЕДЕЛЕНИЯ

Връзка между енергията и здравето:

Връзката между енергията и здравето се отнася до взаимосвързаността между енергийните системи, екологичната устойчивост и резултатите за човешкото здраве. Тя подчертава как решенията за производство и потребление на енергия пряко влияят върху физическото и психическото здраве, като същевременно оказват въздействие върху по-широкото екологично и социално благосъстояние.





КЛЮЧОВИ ПОНЯТИЯ

- Връзката между енергията и здравето: Разбиране на взаимовръзката между енергийните системи и резултатите за здравето.
- Устойчива енергия и обществено здраве: Проучване на това как изборът на чиста енергия допринася за по-здрави общности.
- Въздействие на енергопроизводството върху здравето на околната среда: Качество на въздуха, замърсяване и ефекти върху екосистемите.
- Климатичните промени и рисковете за здравето: Как емисиите, свързани с енергията, влияят върху глобалното и местното здраве.

ЗАДЪЛЖЕНИЕ 1

Разбиране на основните концепции и въздействието върху местното здраве

Цел:

Участниците ще проучат връзката между местните енергийни източници (например въглища, слънчева енергия, вятърна енергия и др.) и тяхното въздействие върху физическото и психическото здраве. Те ще идентифицират съвместно ключовите предизвикателства, свързани с околната среда и здравето, които са свързани с различните енергийни опции, като по този начин ще насърчат критичното мислене и местната осведоменост.

Продължителност:

40 минути

Материали

- Флипчарт или големи листа хартия
- Маркери, химикалки и лепящи се бележки
- Местни/регионални карти (по избор, за контекстуална справка)
- Визуални материали или кратки информационни картички за различните енергийни източници (въглища, слънчева, вятърна, водна енергия и др.)





РАЗДЕЛ 2: ИЗБОРИ ЗА УСТОЙЧИВА ЕНЕРГИЯ И БЛАГОСЪСТОЯНИЕ НА ОБЩНОСТТА

Основни дефиниции

- Проучване на въздействието на енергийните избори върху здравето и общностите
- Възобновяема енергия: Енергия, произведена от устойчиви източници (като слънчева, вятърна и водноелектрическа енергия), която допринася за намаляване на замърсяването на въздуха и насърчава здравето и устойчивостта на общността.
- Невъзобновяема енергия: Енергия, получавана от изкопаеми горива (като въглища и нефт), която често се свързва с влошаване на състоянието на околната среда, респираторни заболявания и неблагоприятни последици за здравето както на индивидуално, така и на общностно равнище.



КЛЮЧОВИ ПОНЯТИЯ

- Изкопаеми горива и замърсяване на въздуха: Изгарянето на изкопаеми горива освобождава вредни замърсители в атмосферата, което допринася за респираторни заболявания и влошава качеството на околната среда.
- Здраве на дихателната и сърдечно-съдовата система:
 - Излагането на замърсяване на въздуха увеличава риска от респираторни заболявания като астма и хронична обструктивна белодробна болест, както и от сърдечно-съдови проблеми.
- Въздействие на стресовите фактори в околната среда върху психичното здраве: Влошаването на околната среда, включително лошото качество на въздуха, се свързва с повишени нива на тревожност, депресия и психологически дистрес, особено сред уязвимите групи от населението.

ДЕЙНОСТ 2 — КАЗУС: ЕНЕРГИЙНА ТРАНСФОРМАЦИЯ И ЗДРАВЕ НА ОБЩНОСТТА

**Проучване на подобренията в здравето,
свързани с въвеждането на
възобновяема енергия**

Цел: Участниците ще анализират критично реален казус, който илюстрира подобренията в общественото здраве и здравето на общността след прехода от въглищни към възобновяеми енергийни източници. Чрез насочващи въпроси участниците ще оценят причините, процесите и резултатите от този преход.

Продължителност: 45 минути

Материали: Отпечатани казуси, работни листове, химикалки



РАЗДЕЛ 3: ЦЯЛОСТНО ЗДРАВЕ И ДЕЙСТВИЯ ЗА КЛИМАТА

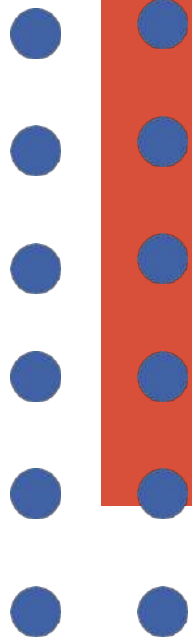
ОСНОВНИ ОПРЕДЕЛЕНИЯ

Устойчивост: Задоволяване на настоящите енергийни нужди, без да се застрашава здравето на бъдещите поколения.

- Устойчивите енергийни практики — като използването на слънчева, вятърна и водноелектрическа енергия — намаляват вредните емисии, подобряват качеството на въздуха и защитават екосистемите.
- Избирайки чисти енергийни източници, общностите не само опазват природните ресурси , но също така пряко подобряват общественото здраве , като намаляват честотата на респираторни и сърдечно-съдови заболявания, както и насърчаването на психическото благополучие.
- Овластяването на младежта и общностите да се застъпват за и да приемат решения за устойчива енергия е от съществено значение за изграждането на по-здрави и по-устойчиви общества.



КЛЮЧОВИ КОНЦЕПЦИИ

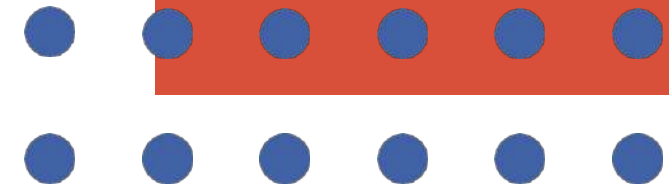
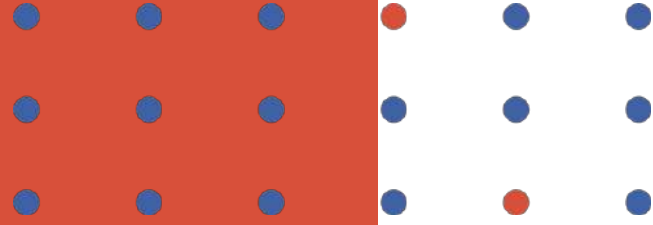
- Чиста енергия и по-ниски разходи за здравеопазване: Преходът към чисти енергийни източници спомага за намаляване на разходите за здравеопазване чрез намаляване на заболяванията, свързани със замърсяването, и насърчаване на по-здравословна среда на живот.
 - Устойчивост на общностите и енергийна независимост: Практиките за устойчива енергия укрепват местните общности, като подобряват способността им да се адаптират към предизвикателствата и намаляват зависимостта от външни енергийни доставки.
 - Промяна в поведението към избор на устойчива енергия: Насърчаването на промени в индивидуалното и колективното поведение към приемане на решения за устойчива енергия е ключово за осигуряване на дългосрочни ползи за околната среда и здравето.
- 

ДЕЙНОСТ 3: ОБУЧЕНИЕ ЧРЕЗ ИГРИ ЗА ЦЯЛОСТНО ЗДРАВЕ И ДЕЙСТВИЯ ЗА КЛИМАТА

Участниците се включват в стратегическа ролева игра, в която поемат ролите на лидери на общността, доставчици на здравни услуги, защитници на околната среда и граждани. Заедно те ще изготвят план за устойчива енергия, насочен към подобряване на общественото здраве и насърчаване на устойчивостта на околната среда в местните им общности. Това упражнение насърчава критичното мислене, сътрудничеството и практическото разбиране на връзката между енергията, здравето и климата.

- Продължителност: 60 минути
- Материали: Ролевикарти, шаблони шаблони, маркери





ВЪПРОСИ ЗА ОЦЕНКА И РЕФЛЕКСИЯ

Моля, отговорете на следните въпроси, за да размислите върху наученото:

- Определете връзката между енергията и здравето с ваши собствени думи.
- Назовете две отрицателни последици за здравето, свързани с потреблението на изкопаеми горива.
- Опишете едно полза за здравето, която може да бъде резултат от въвеждането на възобновяеми енергийни източници.
- Предложете едно действие на общностно ниво, което би могло да насърчи устойчивото използване на енергия и да подобри общественото здраве.



РАЗМИСЪЛ И ПЛАНИРАНЕ НА ДЕЙСТВИЯ

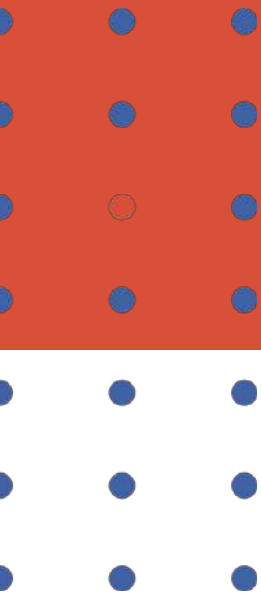
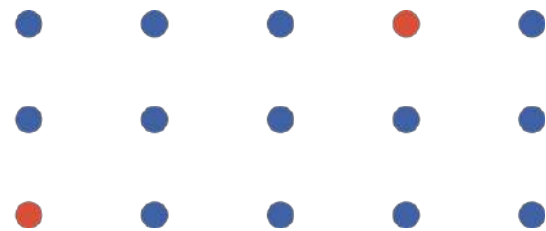
- Отделете малко време, за да размислите върху опита си от обучението и да обмислите как той може да се превърне в действие:
- Какво ви изненада или предизвика най-много по отношение на връзката между енергийните избори и човешкото здраве?
- По какъв начин можете лично да се застъпите за или да приложите практики за устойчива енергия във вашата общност?
- Как колективните действия на общността биха могли да засилят въздействието на индивидуалните усилия за по-здравословно и по-устойчиво бъдеще?



Обобщение на основните точки

- Изборът на енергийни източници има пряко и дълбоко въздействие както върху здравето на отделния човек, така и върху това на общността, което подчертава важността на устойчивото вземане на решения.
- Преходът към възобновяеми енергийни източници подобрява качеството на въздуха, намалява рисковете за здравето и укрепва устойчивостта на околната среда.
- Индивидуалните и колективните действия играят решаваща роля за насърчаване на благосъстоянието на общността, като осигуряват по-здравословно и по-устойчиво бъдеще за всички.

SUMMARY





SHIELD

БЛАГОДАРИМ

ЗА ВАШЕ ВНИМАНИЕ!

СТРАТЕГИИ И ИНТЕРАКТИВНО ОБУЧЕНИЕ ЗА ОПТИМИЗИРАНЕ НА ЕНЕРГИЯТА И ЗДРАВЕТО

Идентификационен номер на проекта: 2023-2-EL02-KA220-YOU-000182904

МОДУЛ 1: РАЗБИРАНЕ НА ВРЪЗКАТА МЕЖДУ ЕНЕРГИЯТА И ЗДРАВЕТО



Co-funded by
the European Union

Финансиран от Европейския съюз. Изразените възгледи и мнения обаче са само на автора/авторите и не отразяват непременно тези на Европейския съюз или на Фондацията за младежта и ученето през целия живот (INEDIVIM). Нито Европейският съюз, нито отпускащият орган могат да бъдат държани отговорни за тях.



SHIELD

СТРАТЕГИИ И ИНТЕРАКТИВНО ОБУЧЕНИЕ ЗА ОПТИМИЗИРАНЕ НА ЕНЕРГИЯТА И ЗДРАВЕТО

ИДЕНТИФИКАЦИОНЕН НОМЕР НА ПРОЕКТА: 2023-2-EL02-KA220-YOU-000182904

МОДУЛ 2: ОСНОВИ НА УСТОЙЧИВАТА ЕНЕРГИЯ – ЧИСТА ЕНЕРГИЯ, ЯСНО БЪДЕЩЕ



Co-funded by
the European Union

СЪДЪРЖАНИЕ

01 Общ преглед на модула

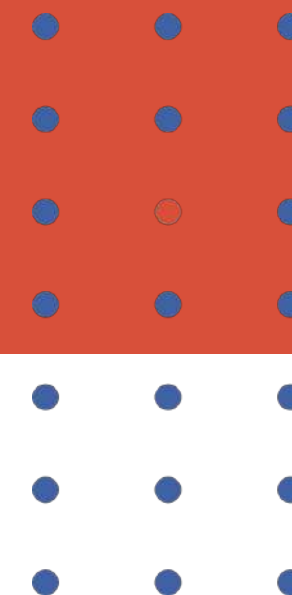
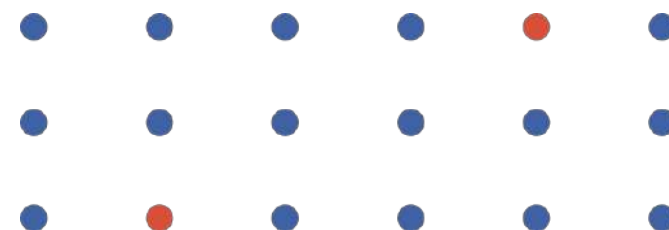
02 Резултати от обучението по модула

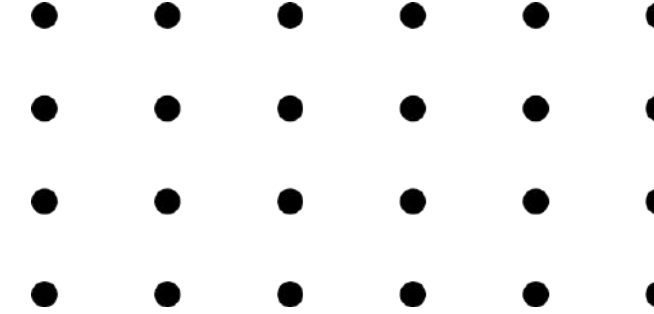
03 Раздел 1: Разбиране на устойчивата енергия: основни дефиниции и принципи

04 Раздел 2: Сравнение на възобновяеми и невъзобновяеми енергийни източници: ползи и предизвикателства

05 Раздел 3: Преход към чиста енергия: действия на общността за устойчиво бъдеще

06 Оценка и размисъл





ОБЩ ПРЕГЛЕД НА МОДУЛА

Полагане на основите на осведомеността за устойчивата енергия

Този модул предлага основно въведение в устойчивата енергия и нейната решаваща роля за насърчаване на околната среда и човешкото здраве. Участниците ще проучат различни източници на чиста енергия — включително слънчева, вятърна и водна енергия — и ще разгледат техните сравнителни предимства спрямо традиционните изкопаеми горива.

Чрез интерактивни дейности и примери от реалния живот участниците ще придобият разбиране за това как изборът на устойчиви енергийни решения допринася за по-чисто, по-здравословно и по-устойчиво бъдеще. Те ще разгледат и практическите мерки, които отделните хора и общностите могат да предприемат, за да подкрепят глобалния преход към чиста енергия и климатична устойчивост.



РЕЗУЛТАТИ ОТ ОБУЧЕНИЕТО

До края на този модул участниците ще могат:

- Дефинират устойчивата енергия и обяснят нейното значение за здравето на хората и околната среда.
- Идентифицират и опишат основните видове източници на чиста енергия (напр. слънчева, вятърна, водна).
- Анализират ползите за здравето и околната среда от прехода към устойчива енергия.
- Предлагат и обсъждат стратегии за насърчаване на използването на чиста енергия както на лично, така и на общностно ниво.

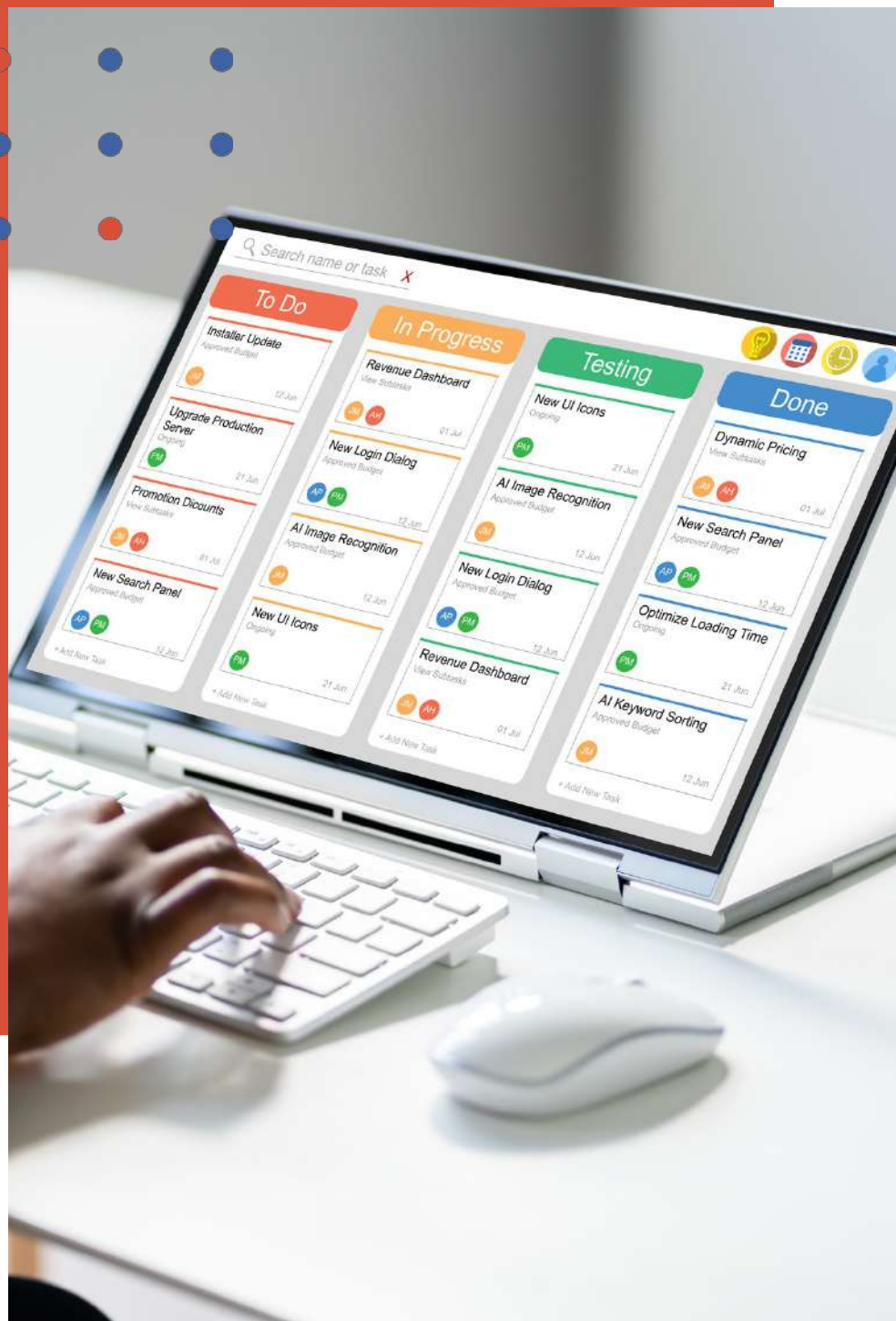




РАЗДЕЛ 1: РАЗБИРАНЕ НА УСТОЙЧИВАТА ЕНЕРГИЯ

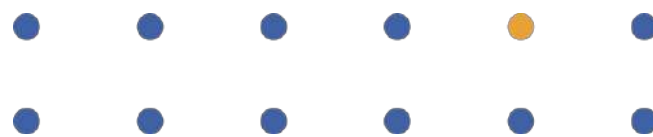
Основни определения

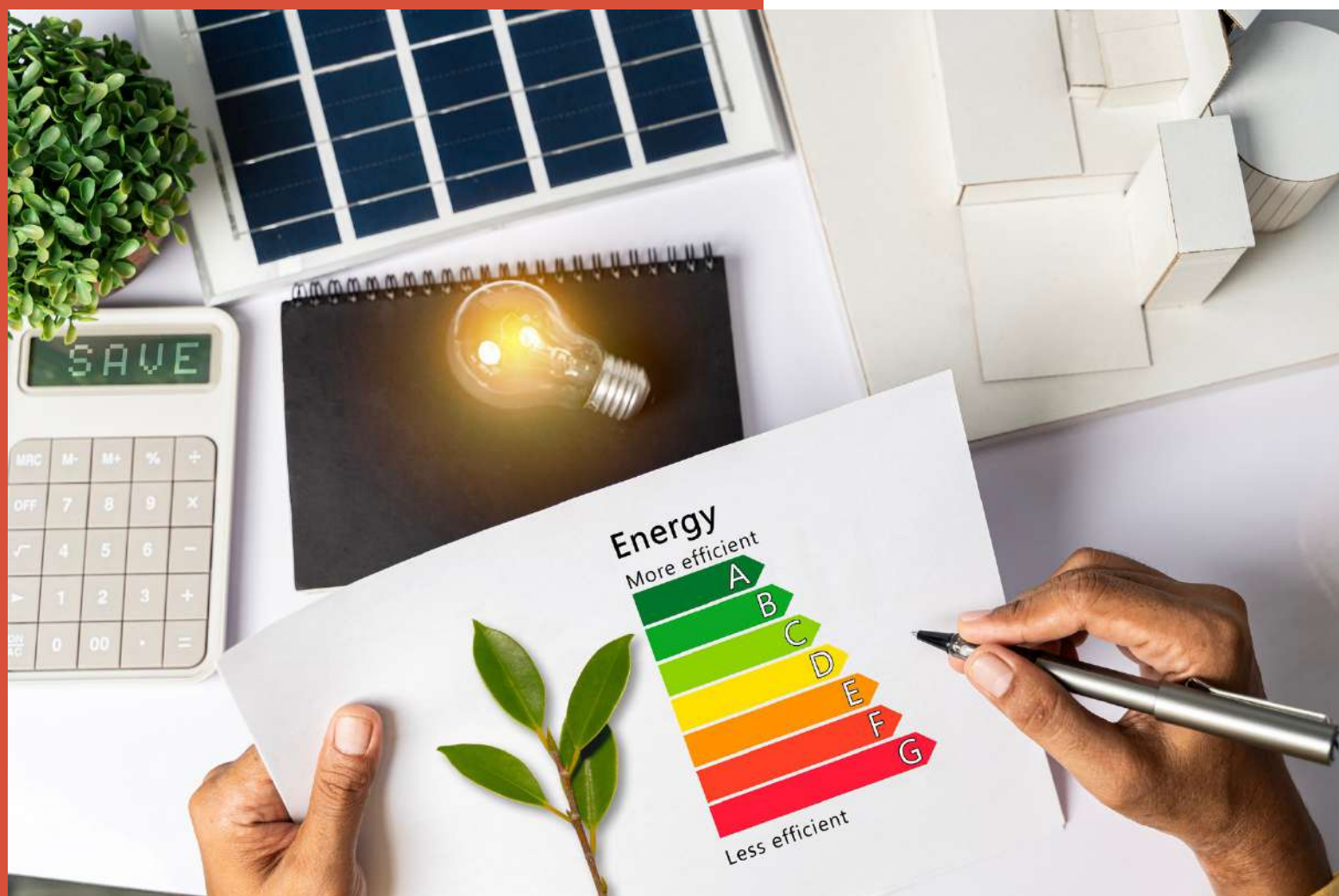
- Устойчива енергия: Енергия, която задоволява нуждите на настоящето, без да компрометира способността на бъдещите поколения да задоволяват собствените си нужди, като гарантира дългосрочна екологична, икономическа и социална устойчивост.
- Възобновяема енергия: Енергия, получена от естествени процеси, които се възстановяват постоянно, включително слънчева светлина, вятър, водни потоци и геотермална топлина.



КЛЮЧОВИ ПОНЯТИЯ

- Разбиране на разликите между възобновяемите и невъзобновяемите енергийни източници, както и на съответното им въздействие върху околната среда.
- Осъзнаване на ключовата роля на енергийната ефективност за намаляване на енергийното търсене и насърчаване на устойчивостта.
- Разглеждане на важността на намаляването на въглеродните емисии за борба с климатичните промени и опазване на здравето на общността.



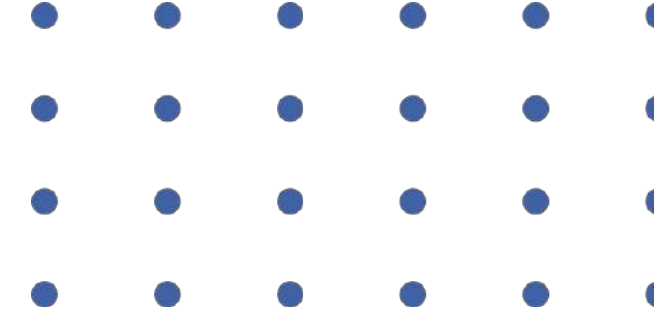
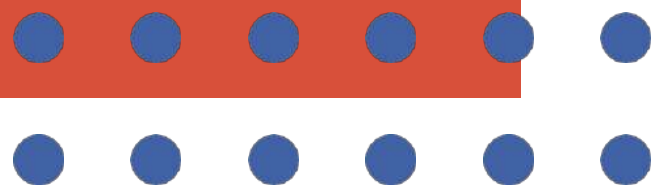


ДЕЙНОСТ 1: ЛИЧЕН ЕНЕРГИЕН ОДИТ

Участниците ще извършат самооценка, за да оценят своите ежедневни навици на енергопотребление у дома, в училище или на работното място.

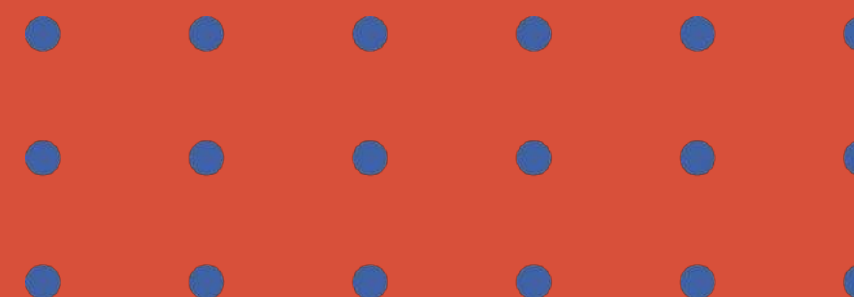
Те ще идентифицират основните източници на енергийно потребление, ще оценят своя екологичен отпечатък и ще обмислят прости действия за подобряване на енергийната си ефективност и подкрепа на прехода към чиста енергия.

- Продължителност: 30 минути
- Материали: Работни листове, химикалки



КЛЮЧОВИ ПОНЯТИЯ

- Чистата енергия значително намалява замърсяването на въздуха, което води до по-здравословна околна среда и по-ниски нива на вредни емисии като въглероден диоксид и прахови частици.
- Чрез подобряване на качеството на въздуха чистата енергия помага за предотвратяване на респираторни заболявания като астма и хроничен бронхит, допринасяйки за по-добри резултати в областта на общественото здраве.
- Инвестициите в чиста енергия насърчават местния икономически растеж, създават „зелени“ работни места и повишават устойчивостта на общността, като намаляват зависимостта от вносни горива и насърчават енергийната независимост.



ЗАДАЧА 2

Сравнителен анализ на енергийните

ИЗТОЧНИЦИ В групи участниците ще създадат съвместно сравнителна таблица, в която се подчертават въздействията въздействията върху околната среда и здравето, както и предимствата и недостатъците на различни енергийни източници (както възобновяеми, така и възобновяеми).

Чрез тази дейност участниците ще задълбочат разбирането си за това как изборът на енергия влияе върху качеството на въздуха, общественото здраве и екологичната устойчивост.

- Продължителност: 45 минути
- Материали: Големи листа хартия, маркери






РАЗДЕЛ 3: НАСЪРЧАВАНЕ НА УСТОЙЧИВАТА ЕНЕРГИЯ ЗА ПО-ДОБРО ЗДРАВЕ

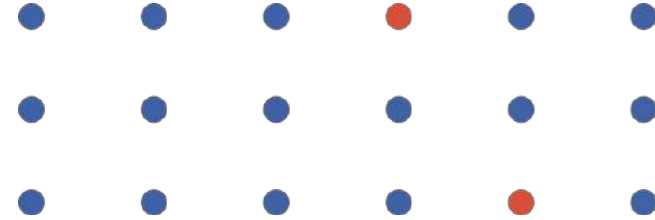
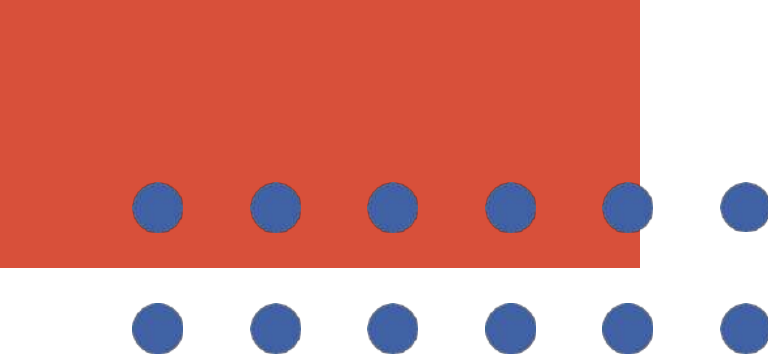
Енергиен преход:

Глобалният преход в енергийния сектор от зависимостта от изкопаеми горива (въглища, нефт и газ) към възобновяеми енергийни източници (слънчева, вятърна и водна енергия) има за цел да се справи с климатичните промени и да подобри общественото здраве.

Преходът към устойчива енергия води до намаляване на замърсяването на въздуха, по-ниски емисии на парникови газове и подобрени резултати за здравето на дихателната и сърдечно-съдовата система на общностите.

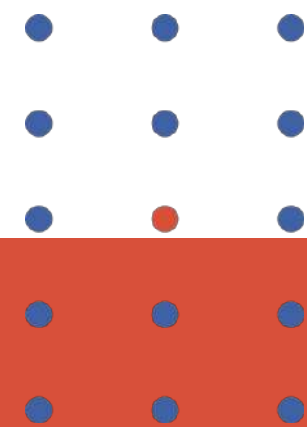
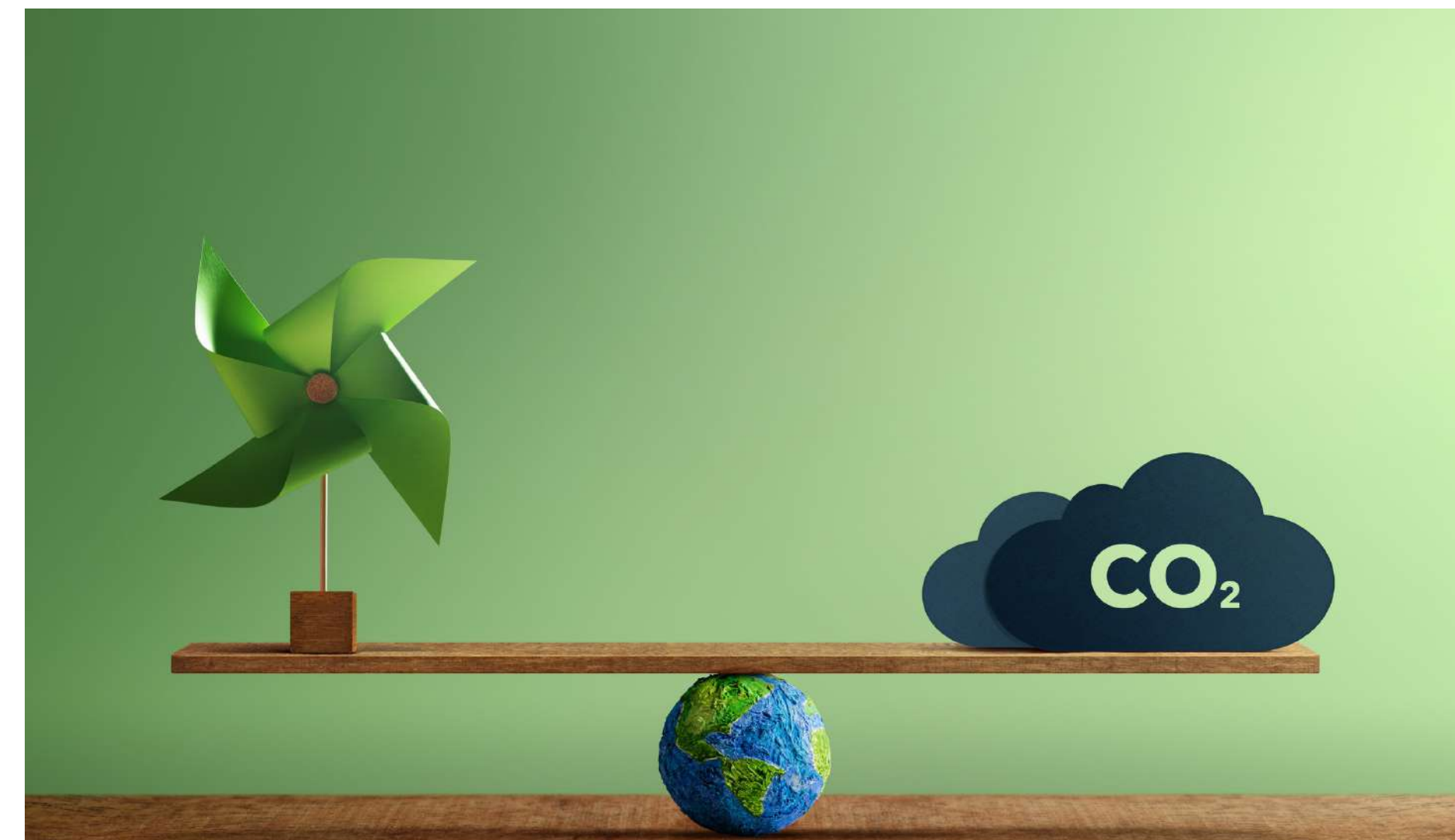
Тази промяна не само защитава околната среда, но и насърчава икономическите възможности, устойчивостта и благосъстоянието на бъдещите поколения.





КЛЮЧОВИ ПОНЯТИЯ

- Правителствата играят ключова роля чрез създаването на политики и стимули , които насърчават въвеждането на чиста енергия.
- Общностите могат да организират местни инициативи, като общински соларни програми, за да насърчават устойчиви практики.
- Индивидуалните граждани допринасят, като избират доставчици на възобновяема енергия, подобряват енергийната ефективност на домовете си и инсталират слънчеви панели.



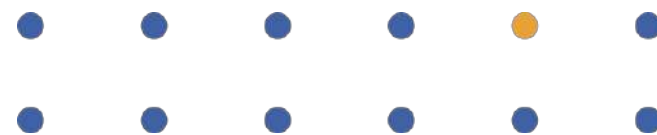
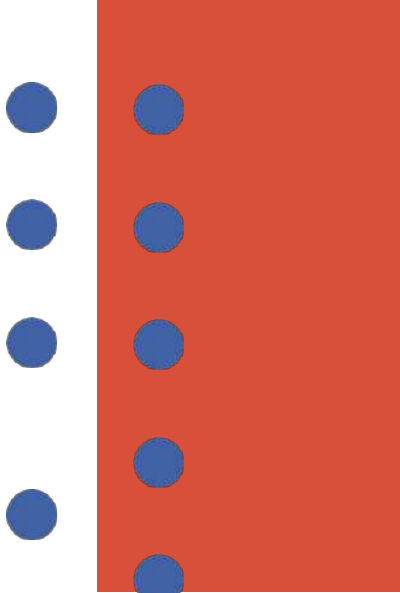
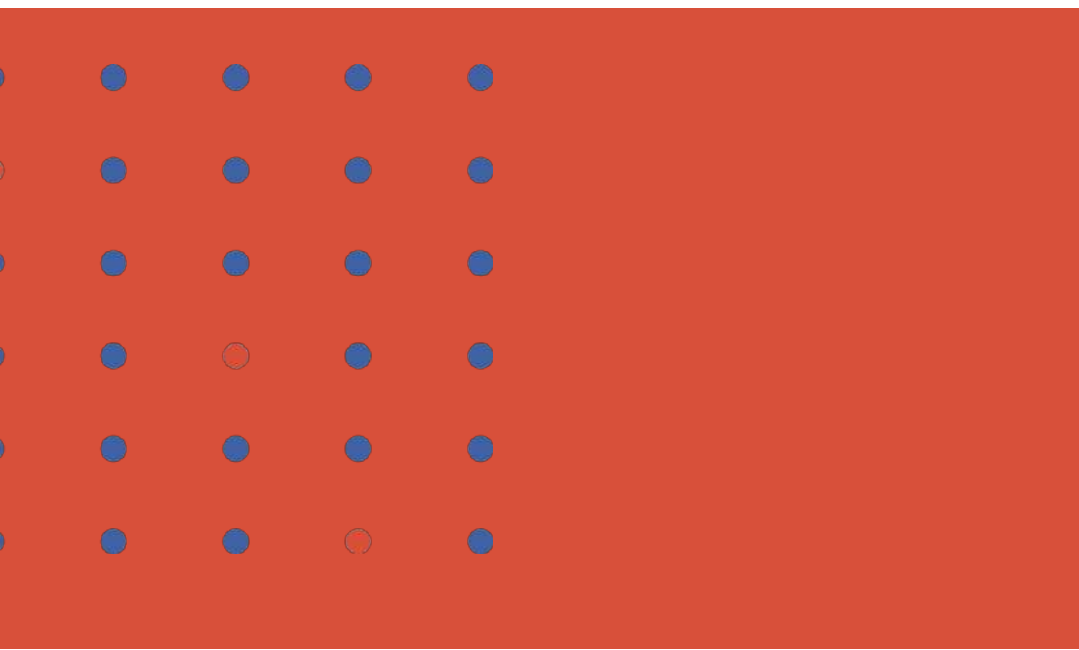
ДЕЙНОСТ 3: ИГРА ЗА ПЛАНИРАНЕ НА ЕНЕРГИЯТА В ОБЩНОСТТА

Участниците работят съвместно, за да изготвят идеален енергиен план за своята общност.

Те ще разгледат различни възобновяеми възможности (слънчева, вятърна, водна) и изработване на стратегия за ефективното им внедряване.

Фокусирайте се върху задоволяването на нуждите на общността, целите за устойчивост и наличността на ресурси.

- Продължителност: 60 минути
- Материали: Шаблони за планиране, химикалки, флипчартове



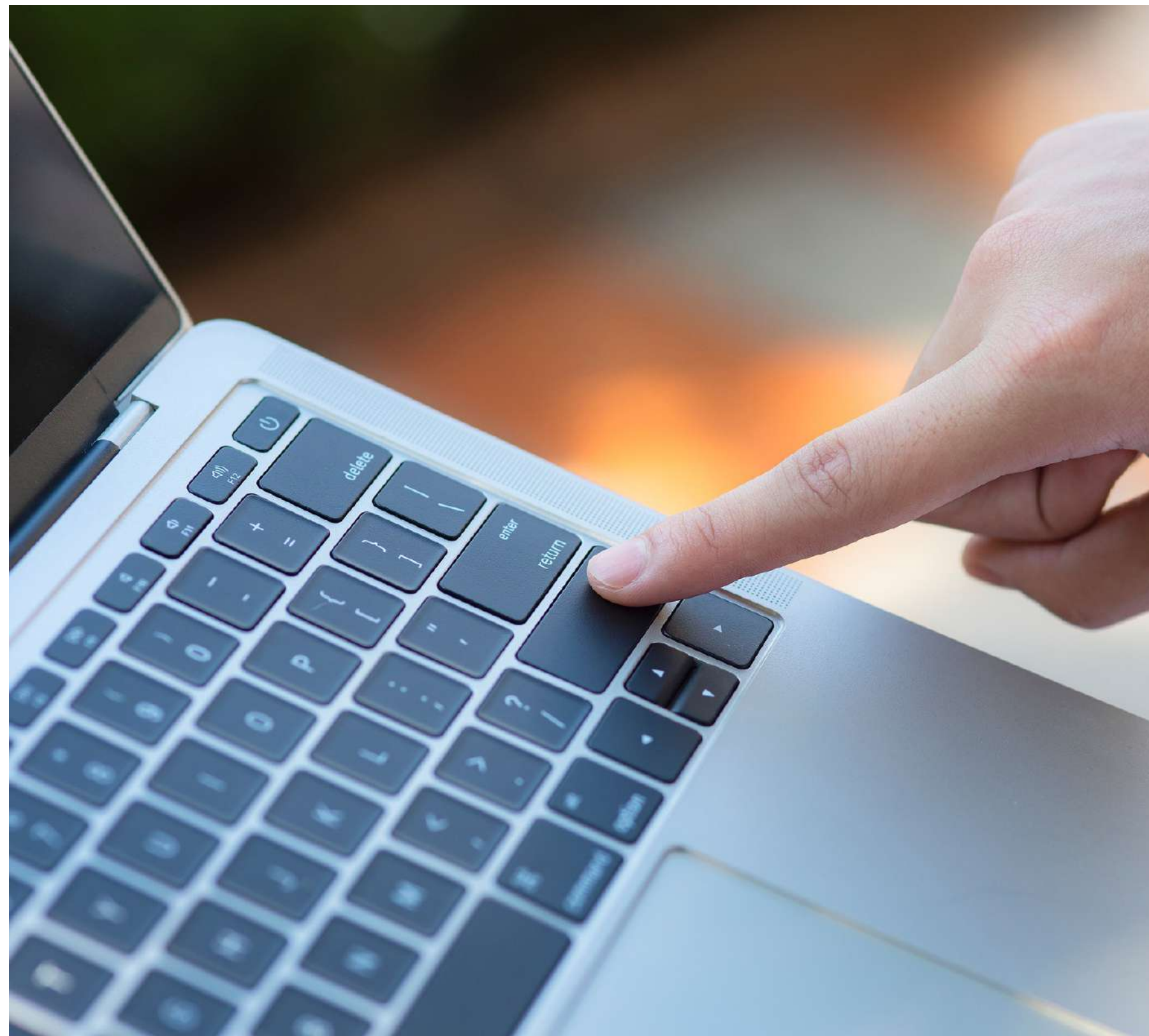
ВЪПРОСИ ЗА ОЦЕНКА

- Какво е устойчива енергия?
- Назовете два вида възобновяема енергия и опишете по едно предимство на всеки от тях.
- Как чистата енергия допринася за по-доброто обществено здраве?
- Предложете едно действие, което отделните хора или общностите могат да предприемат, за да подкрепят прехода към устойчива енергия.

РАЗМИСЪЛ

- Какво мога далечно направя за да чистата енергия в ежедневието си?
- Какви са някои пречки за въвеждането на устойчива енергия в моята общност?
- Как мога младите хора да енергийния енергийния преход?





РЕЗЮМЕ НА КЛЮЧОВИТЕ ТЕЗИ

- Чистата енергия е жизненоважна както за опазването на околната среда, така и за общественото здраве.
- Преходът към възобновяеми енергийни източници е обща отговорност.
- Индивидуалните действия, когато се умножат, могат да доведат до мащабно въздействие.



SHIELD

БЛАГОДАРИМ

ЗА ВАШЕ ВНИМАНИЕ!

СТРАТЕГИИ И ИНТЕРАКТИВНО ОБУЧЕНИЕ ЗА ОПТИМИЗИРАНЕ НА ЕНЕРГИЯТА И ЗДРАВЕТО

Идентификационен номер на проекта: 2023-2-EL02-KA220-YOU-000182904

ОСНОВИ НА УСТОЙЧИВАТА ЕНЕРГИЯ: ЧИСТА ЕНЕРГИЯ, ЯСНО БЪДЕЩЕ





SHIELD

СТРАТЕГИИ И ИНТЕРАКТИВНО ОБУЧЕНИЕ ЗА ОПТИМИЗИРАНЕ НА ЕНЕРГИЯТА И ЗДРАВЕТО

ИДЕНТИФИКАЦИОНЕН НОМЕР НА ПРОЕКТА: 2023-2-EL02-KA220-YOU-000182904

МОДУЛ 3: ПСИХИЧНО ЗДРАВЕ В ПРОМЕНЯЩ СЕ КЛИМАТ



Co-funded by
the European Union

СЪДЪРЖАНИЕ

● ● 01 Общ преглед на модула

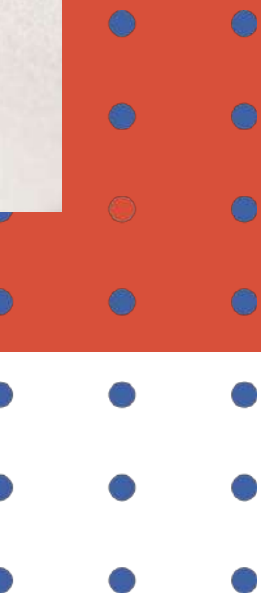
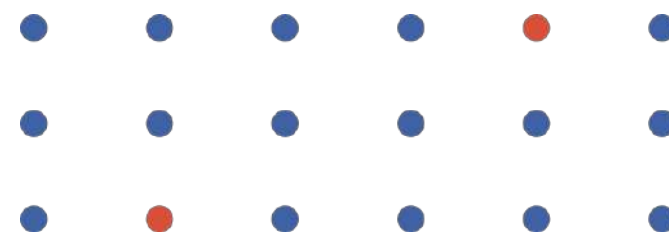
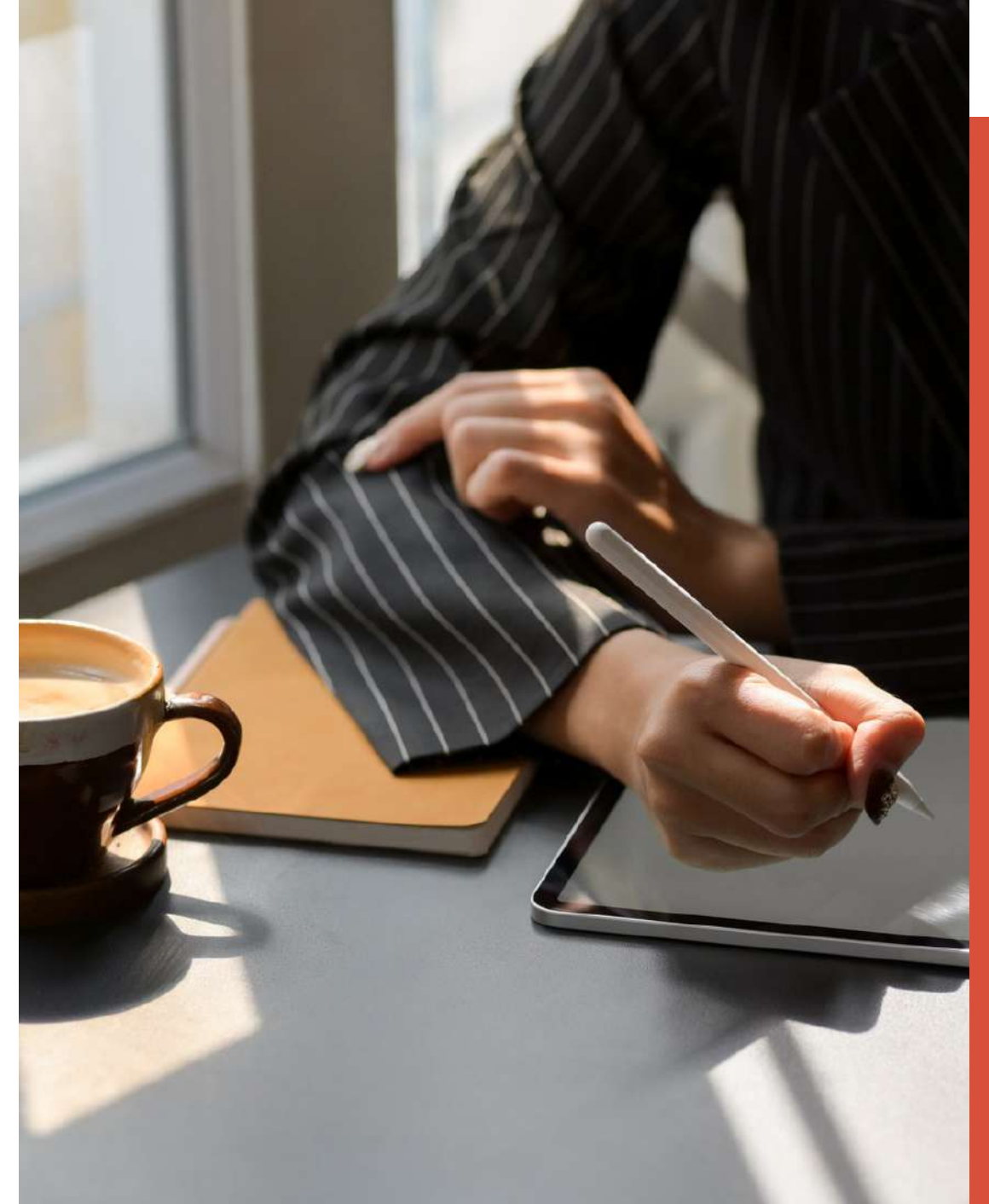
● ● 02 Резултати от обучението по модула

● ● 03 Раздел 1: Въведение в климатичните промени и психичното здраве

● ● 04 Раздел 2: Въздействие на климатичните събития върху психичното здраве

05 Раздел 3: Изграждане на психическа устойчивост

06 Оценка и размисъл

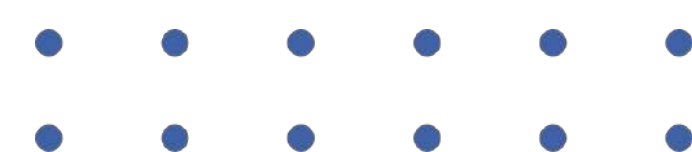




ОБЩ ПРЕГЛЕД НА МОДУЛА

Този модул разглежда как климатичните промени влияят върху психичното здраве в различни групи от населението и възрастови групи. Участниците ще проучат връзките между стресовите фактори в околната среда и емоционалното благополучие, като идентифицират често срещани предизвикателства за психичното здраве, като екологична тревожност, травми от климатични бедствия и чувство на безпомощност.

Модулът представя също така стратегии за справяне със стреса, свързан с климатичните промени, за изграждане на психологическа устойчивост и за подкрепа на инициативи за психичното здраве на общността в контекста на променящата се околна среда. Чрез интерактивни дейности и казуси участниците ще придобият умения да разпознават, да се справят и да смекчават въздействията на климатичните промени върху психичното здраве както в личен, така и в общностен план.



РЕЗУЛТАТИ ОТ ОБУЧЕНИЕТО

До края на този модул участниците ще могат:

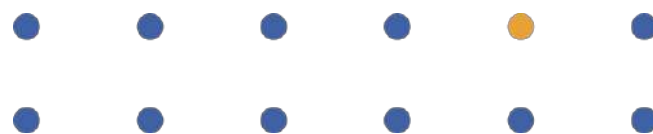
- Дефинират еко-тревожност, соласталгия и други състояния на психичното здраве, свързани с климата.
- Разбират психологическите ефекти на климатичните промените върху различните демографски групи и уязвимите групи.
- Разгледайте механизмите за справяне, стратегиите за устойчивост и мрежите за подкрепа от общността при стрес, свързан с климата.
- Осъзнайте важността на насърчаването на емоционалната устойчивост в отговор на екологични кризи.
- Размислете върху личните си преживявания и емоции, свързани с промените в околната среда и несигурността.





КЛЮЧОВИ ПОНЯТИЯ

- Емоционални реакции към климатичните промени: страх, гняв, безпомощност.
- Уязвими групи: младежи, коренни общности, засегнати от бедствия групи.
- Значение на признаването емоционалните въздействия в дискусиите за климата.
- Психологическите въздействия могат да варират по интензивност и продължителност в зависимост от факторите на излагане и устойчивост.
- Проактивната подкрепа за психичното здраве може да намали дългосрочните емоционални вреди, свързани с тревожността, предизвикана от климатичните промени.





ДЕЙНОСТ 1

Споделяне на емоционални реакции

Участниците споделят как се чувстват, когато чуят новини за климатичните промени, и определят механизмите за справяне, които използват в момента или биха могли да използват.

Те се насърчават да изразяват свободно емоциите си и да се учат от опита на своите съученици. Това упражнение изгражда осъзнатост за емоционалната устойчивост и стратегиите за колективна подкрепа.

- Продължителност: 30 минути
- Материали: Дневници, химикалки

РАЗДЕЛ 2: ВЪЗДЕЙСТВИЕ НА КЛИМАТИЧНИТЕ СЪБИТИЯ ВЪРХУ ПСИХИЧНОТО ЗДРАВЕ

Основни определения

Климатичните бедствия могат да оставят трайни психологически последици, особено за общности, които са изложени многократно на травматични събития. По-долу са представени две основни понятия, свързани с психичното здраве в контекста на климатичните събития:

- **Посттравматично стресово разстройство (ПТСР):** Психично състояние, предизвикано от преживяване или наблюдаване на травматично събитие, като наводнения, горски пожари или екстремни бури.
- **Умора от бедствия:** Емоционално изтощение, резултат от постоянното излагане на новини, свързани с бедствия, заплахи за околната среда и усещането за невъзможност да се повлияе на резултатите.



КЛЮЧОВИ ПОНЯТИЯ

- Въздействие върху психичното здраве след природни бедствия: Често хората изпитват тревожност, депресия и посттравматичен стрес след екстремни събития като наводнения, горски пожари и урагани, което има дългосрочни последици за емоционалното им благополучие.
- Изселване и загуба на идентичността на дома и общността: Принудителната миграция вследствие на климатични явления може да наруши социалните мрежи, традициите и личното чувство за принадлежност, което води до чувства на скръб и откъсване.
- Икономическа нестабилност и несигурност: Загубата на работни места, щетите върху имуществото и финансовата несигурност, причинени от климатични бедствия, могат да влошат хроничния стрес, тревожните разстройства и общото чувство на безнадеждност.





to be best in any
point of view.
Scenario [sə' nɑ
expected things
might happen i
detailed plans
for what is tho

ДЕЙНОСТ 2

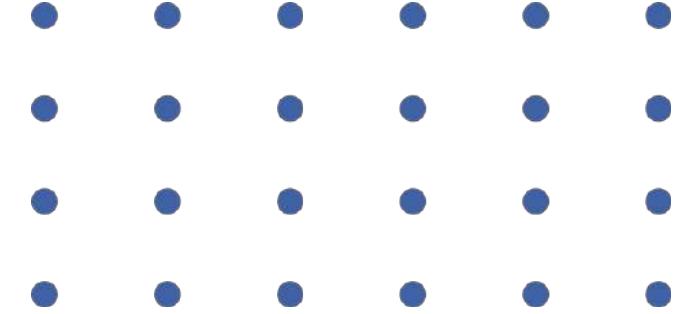
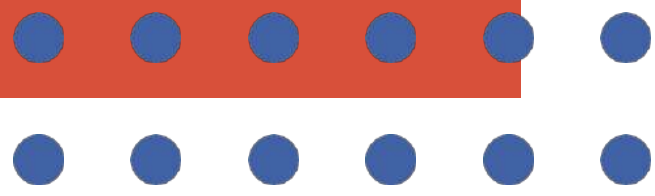
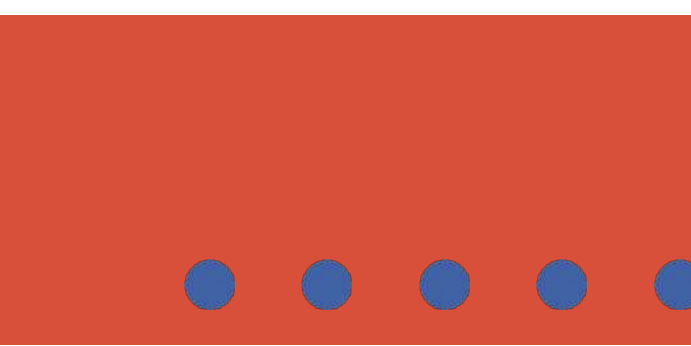
Ролева игра „Сценарий на бедствие“

Участниците работят в групи, за да разиграят ролеви игри за общности, засегнати от различни природни бедствия (например наводнения, горски пожари, урагани).

Всяка група обсъжда конкретни предизвикателства за психичното здраве, с които членовете на тяхната общност могат да се сблъскат, като травма, тревожност и загуба на социални връзки.

Групите обсъждат и предлагат потенциални стратегии и механизми за подкрепа, за да подобрят психологическата устойчивост и възстановяването след бедствието.

- Продължителност: 45 минути
 - Материали: Карти с описание на ролите, флипчартове, маркери
- 

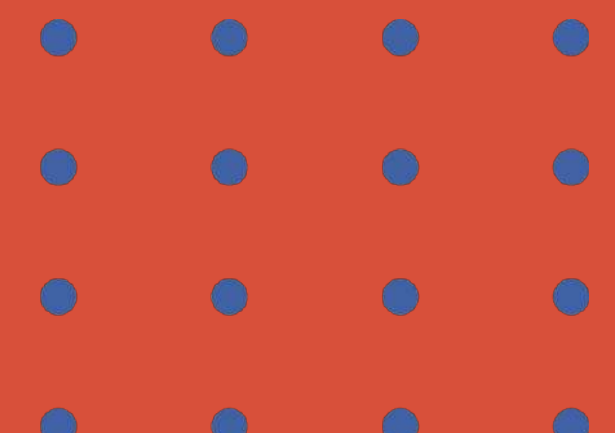
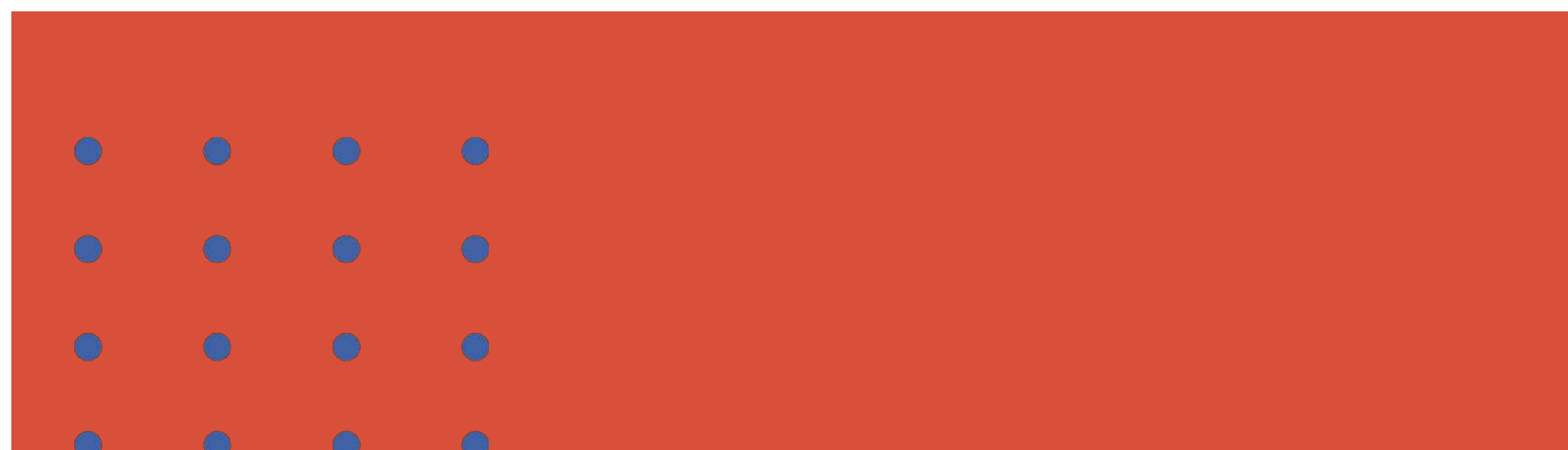
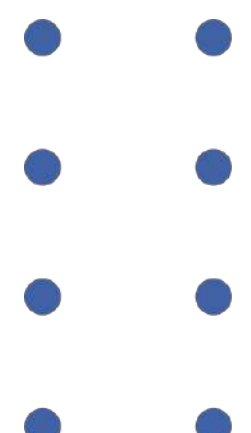


ОСНОВНИ ОПРЕДЕЛЕНИЯ

Психологическа устойчивост:

Способността да се справяте психически или емоционално с криза, да се адаптирате ефективно към неблагоприятни обстоятелства, травми, трагедии или значителен стрес и да се върнете към състояние на емоционално благополучие.

Психологическата устойчивост не означава избягване на дистреса, а научаване как да се справяме с него, като изграждаме сила чрез опит. Тя включва поддържане на надеждата, търсене на подкрепа, когато е необходимо, и намиране на смисъл дори в трудни моменти.



КЛЮЧОВИ КОНЦЕПЦИИ

Инициативи за психично здраве, основани на общността:

- Програми и инициативи, разработени в рамките на общностите с цел да отговорят на местните нужди в областта на психичното здраве, да подпомогнат издръжливостта и да насърчат колективното възстановяване.

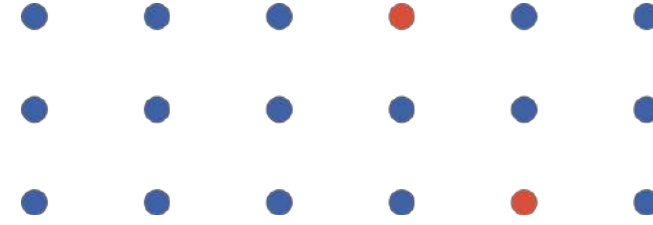
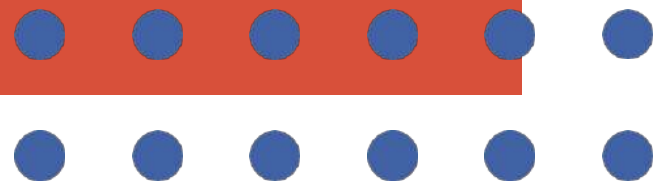
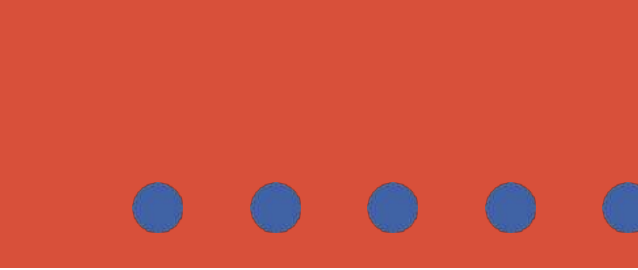
- Значение на социалната подкрепа и ангажираността на общността:

Силните социални мрежи и активното участие на общността са от решаващо значение за намаляване на чувството на изолация, подхранване на надеждата и изграждане на емоционална устойчивост срещу стресови фактори, свързани с климата.

- Терапии, основани на природата (напр. екотерапия, зелени пространства):

Прекарването на време в природна среда има доказани ползи за психичното здраве, включително намаляване на стреса, подобряване на настроението и повишаване на психологическото благополучие.



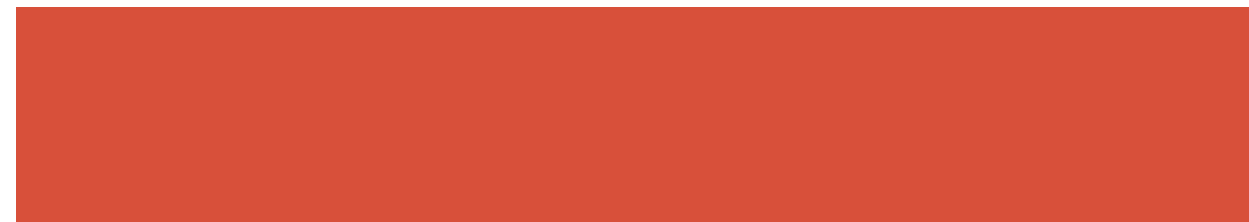


РАЗДЕЛ 3: ИЗГРАЖДАНЕ НА УСТОЙЧИВОСТ НА ПСИХИЧНОТО ЗДРАВЕ

Изготвяне на план за устойчива общност

Участниците работят в екипи, за да разработят план за действие, който укрепва устойчивостта на психичното здраве в техните общности. Плановете трябва да включват стратегии за справяне със стреса, свързан с климата, да насърчават мрежите за социална подкрепа и да интегрират програми за околната среда и благосъстоянието.

- Продължителност: 60 минути
- Материали: Шаблони за планиране, маркери, флипчартове





ANY
QUESTIONS?

ВЪПРОСИ ЗА ОЦЕНКА

Какво е екологична тревожност?

- Обяснете как хроничното притеснение за екологичните проблеми може да повлияе на психическото благополучие, особено сред младежите и уязвимите общности.
- Назовете два начина, по които климатичните бедствия оказват влияние върху психичното здраве.
- Обмислете емоционалните реакции като травма, тревожност, скръб и тяхната връзка с разселването, загубата и икономическата нестабилност.
- Предложете една стратегия за изграждане на психическа устойчивост към климатичните промени.
- Предложете практически решения, като ангажираност на общността, достъп до услуги за психично здраве или насърчаване на терапии, основани на природата.
- Помислете как изграждането на устойчиви общности може да подкрепи както целите за опазване на околната среда, така и тези за психичното здраве.
- Обсъдете значението на колективните действия, подкрепата от връстници и инициативите за устойчив начин на живот за създаването на психологически силни общности

РАЗМИСЪЛ

Въпроси за размисъл:

- Как климатичните промени влияят на вашето емоционално благополучие?
- Обърнете внимание на чувства като тревога, тъга, безпомощност или мотивация за действие.
- В какъв начини може вашата общност да решава проблема психичното здраве въздействията на климатичните промени?
- Помислете за подкрепа мрежи, общност инициативи инициативи, и програми за изграждане на устойчивост.
- Какви действия можете да предприемете, за да подкрепите собствената си психологическа устойчивост?
- Помислете за лични стратегии, като грижа за себе си, свързване с природата и участие в дейности на общността.
- Как колективните усилия могат да подобрят психическата устойчивост в отговор на климатичните предизвикателства?
- Разберете как сътрудничеството в общността и взаимната подкрепа могат да подобрят емоционалното благополучие.

РЕЗЮМЕ НА КЛЮЧОВИТЕ ТЕЗИ

- Климатичните промени оказват значително пряко и непряко въздействие върху психичното здраве, като влияят върху емоционалното благополучие, нивата на стрес и социалната стабилност.
- Разпознаването на емоционалните реакции, като екологична тревожност, климатична скръб и стрес, свързан с бедствия, е от съществено значение за разработването на ефективни системи за подкрепа.
- Изграждането на лична устойчивост и насърчаването на инициативи за подкрепа на общностно ниво са жизненоважни стратегии за подобряване на дългосрочната адаптация на психичното здраве към предизвикателствата, свързани с климата.
- Укрепването на социалното сближаване, насърчаването на терапиите, основани на природата, и инвестирането в осведомеността за психичното здраве могат да дадат възможност на отделните лица и общностите да се справят по-добре с екологичните кризи.





SHIELD

БЛАГОДАРЯ

МОЛЯ, ОБЪРНЕТЕ ВНИМАНИЕ!

СТРАТЕГИИ И ИНТЕРАКТИВНО ОБУЧЕНИЕ ЗА ОПТИМИЗИРАНЕ НА ЕНЕРГИЯТА И ЗДРАВЕТО

Идентификационен номер на проекта: 2023-2-EL02-KA220-YOU-000182904

ПСИХИЧНО ЗДРАВЕ В ПРОМЕНЯЩ СЕ КЛИМАТ



Финансиран от Европейския съюз. Изразените възгледи и мнения обаче са само на автора/авторите и не отразяват непременно тези на Европейския съюз или на Фондацията за младежта и ученето през целия живот (INED/VIM). Нито Европейският съюз, нито отпусащият орган могат да бъдат държани отговорни за тях.





SHIELD

СТРАТЕГИИ И ИНТЕРАКТИВНО ОБУЧЕНИЕ ЗА ОПТИМИЗИРАНЕ НА ЕНЕРГИЯТА И ЗДРАВЕТО

ИДЕНТИФИКАЦИОНЕН НОМЕР НА ПРОЕКТА: 2023-2-EL02-KA220-YOU-000182904

МОДУЛ 4: УМНИ ИЗБОРИ – ЕЖЕДНЕВНИ ДЕЙСТВИЯ ЗА ПО-ЗЕЛЕН ЖИВОТ



Co-funded by
the European Union

СЪДЪРЖАНИЕ

● ● 01 Общ преглед на модула

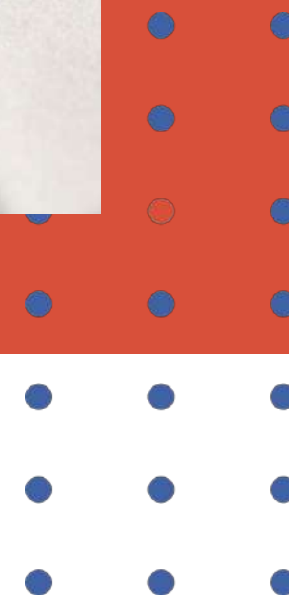
● ● 02 Резултати от обучението по модула

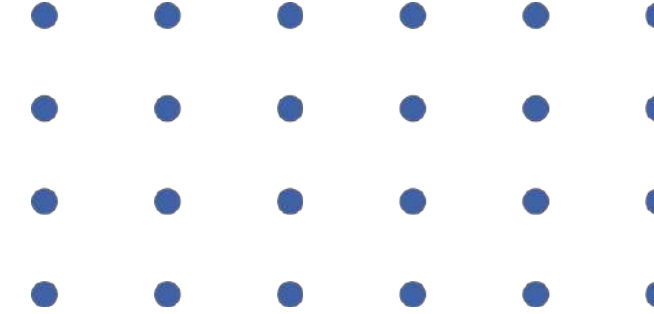
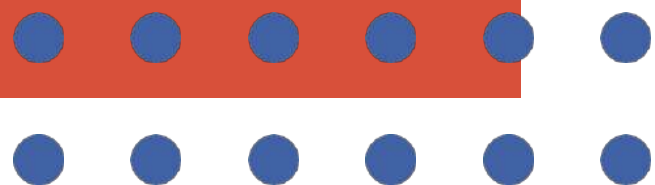
● ● 03 Раздел 1: Ежедневни устойчиви навици: Намаляване на вашия екологичен отпечатък

● ● 04 Раздел 2: Съзнателно потребление: разумни избори в областта на храните, енергията и продуктите

05 Раздел 3: Насърчаване на промяната: популяризиране на зелени практики в общностите

06 Оценка и размисъл

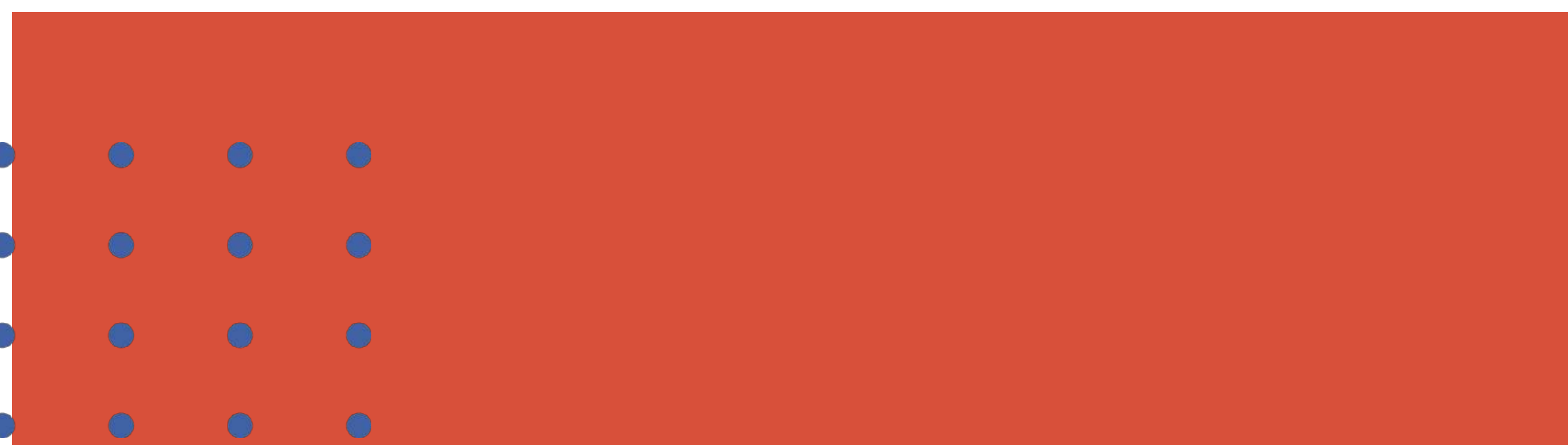
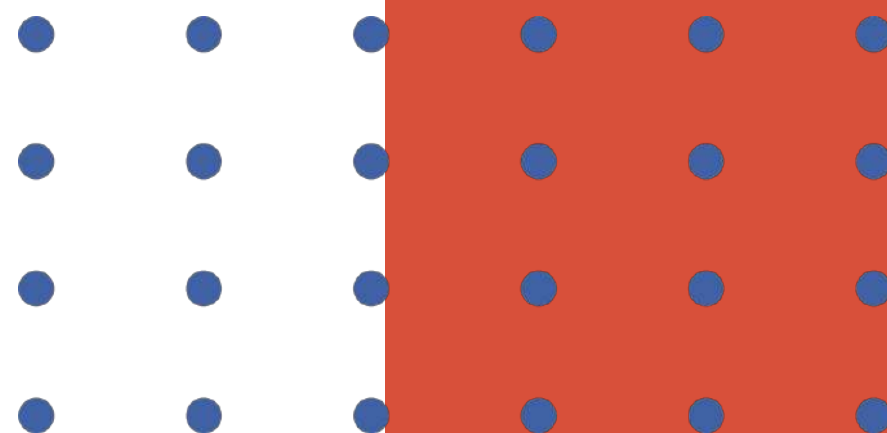




ОБЩ ПРЕГЛЕД НА МОДУЛА

Този модул подчертава силата на индивидуалните действия за изграждането на по-екологично и по-устойчиво бъдеще. Участниците ще разгледат ежедневни устойчиви навици които могат значително намалят своето въздействието върху околната среда, от съзнателното използване на енергията до отговорното управление на отпадъците.

Модулът подчертава също така важността на вземането на разумни решения за потреблението в области като храните, енергията и потребителските стоки. Чрез практически дейности и дискусии участниците ще придобият умения да възприемат екологично съобразни навици и да насърчават зелени практики в своите общности.



РЕЗУЛТАТИ ОТ ОБУЧЕНИЕТО

До края на този модул участниците ще могат:


- Да разпознават въздействието върху околната среда на ежедневните избори и поведение, свързани с начина на живот.
- Определят практически и реалистични действия, които допринасят за по-устойчиво бъдеще.
- Разработват персонализирани стратегии за възприемане на по-екологични навици в ежедневието си.
- Вдъхновяват и повлияват другите да вземат екологични решения чрез лидерство и застъпничество.
- Разбират по-широката връзка между индивидуалните действия, общественото здраве и екологичната устойчивост.





РАЗДЕЛ 1: ЕЖЕДНЕВНИ УСТОЙЧИВИ НАВИЦИ: НАМАЛЯВАНЕ НА ЕКОЛОГИЧНИЯ ВИ ОТПЕЧАТЪК

Основни определения

- **Устойчивост:** Практиката да задоволяваме настоящите си нужди, без да компрометираме способността на бъдещите поколения да задоволяват своите собствени нужди. Тя включва отговорно използване на природните ресурси и минимизиране на въздействието върху околната среда.
 - **Въглероден отпечатък:** Общото количество парникови газове, включително въглероден диоксид и метан, които се излъчват пряко или косвено от човешки дейности като транспорт, използване на енергия и модели на потребление.
 - **Екологично поведение:** Избори и действия, които съзнателно намаляват отрицателното въздействие върху околната среда, като рециклиране, пестене на енергия, намаляване на отпадъците и избор на устойчиви продукти.
- 

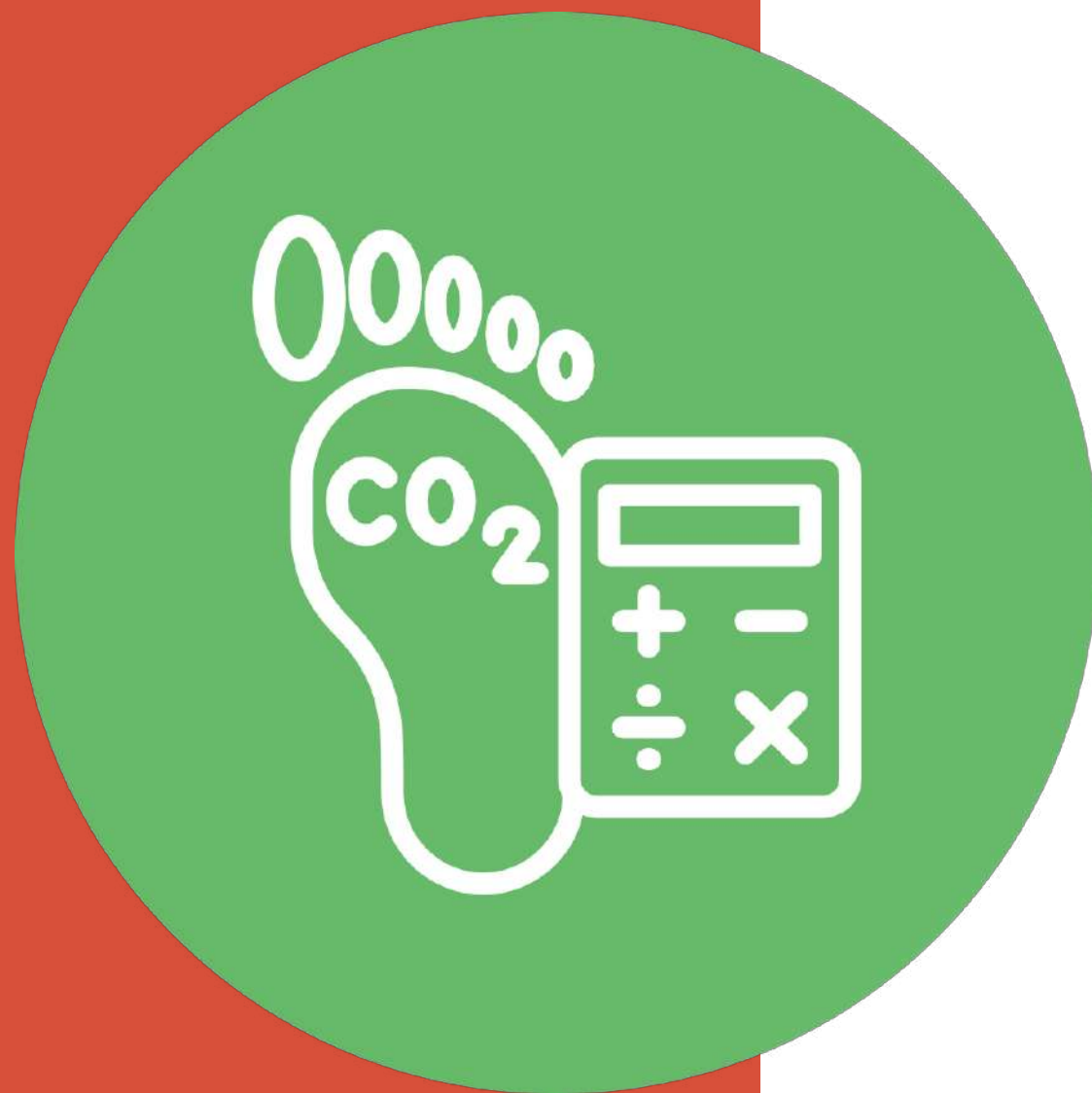


КЛЮЧОВИ ПОНЯТИЯ

Потребителски навици и околната среда:

- Ежедневните избори, от продуктите, които купуваме, до енергията, която консумираме, оказват пряко въздействие върху природните ресурси и екосистемите. Намалването на ненужното потребление е от решаващо значение за опазването на планетата.
- Въздействие на ежедневните дейности: Производството на храни, транспортът и използването на енергия допринасят значително за емисиите на парникови газове и влошаването на околната среда. Устойчивите практики могат драстично да намалят този отпечатък.
- Съзнателно потребление: Осъзнаването на екологичното и социалното въздействие на нашите покупки дава възможност на хората да избират продукти и услуги, които са устойчиви, етични и екологично чисти.





ДЕЙНОСТ 1

Упражнение с калкулатор за екологичния отпечатък

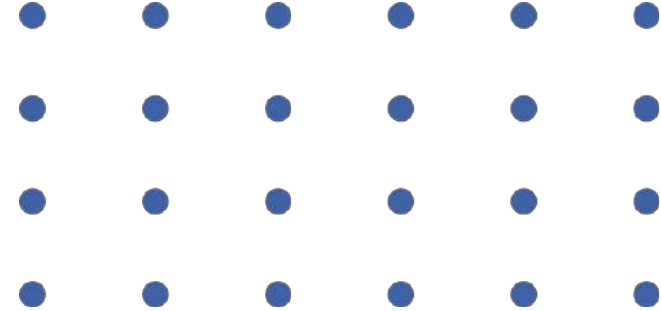
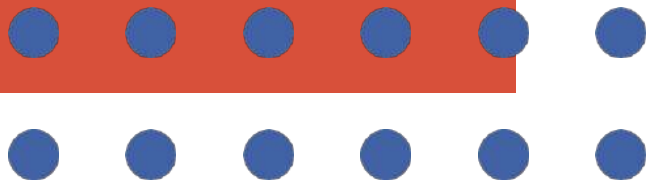
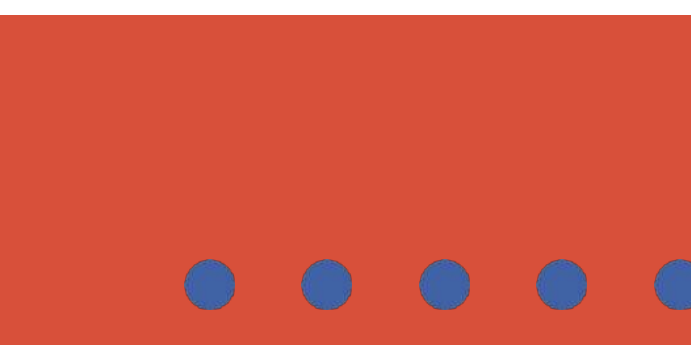
Участниците ще използват онлайн калкулатор за въглеродния отпечатък, за да оценят въздействието на ежедневните си навици върху околната среда. Те ще разгледат категории като транспорт, хранене, енергопотребление и модели на потребление и ще определят основните области, в които могат да намалят своя въглероден отпечатък.

- Цел: Повишаване на осведомеността относно личното въздействие върху околната среда и мотивиране за промяна в поведението.
- Инструкции: Участниците попълват индивидуално теста за въглеродния отпечатък и записват резултатите си в лист за размисъл, като отбелязват поне две конкретни промени, които могат да направят.
- Продължителност: 30 минути
- Материали: Връзки към калкулатори за въглеродния отпечатък, работни листове за размисъл

РАЗДЕЛ 2: ОСЪЗНАТО ПОТРЕБЛЕНИЕ: УМНИ ИЗБОРИ В ХРАНАТА, ЕНЕРГИЯТА И ПРОДУКТИТЕ

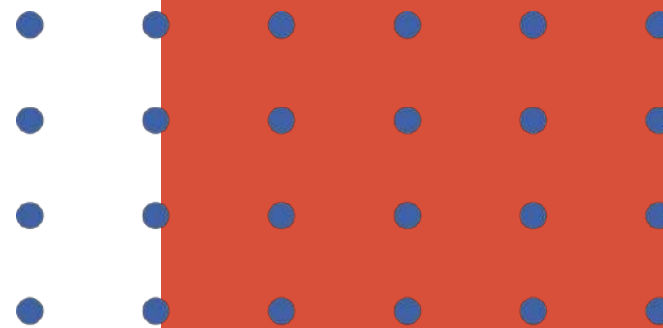
Основни определения

- **Екологично Продукти:** Стоки проектирани да минимизират въздействието въздействието върху околната среда през целия им жизнен цикъл, от производството до изхвърлянето.
- **Кръгова икономика:** Икономически модел, насочен към намаляване на отпадъците чрез насърчаване на повторното използване, рециклирането и регенерирането на продукти и материали.
- **Устойчиво потребление:** Избор на стоки и услуги, които задоволяват основните нужди и подобряват качеството на живот, като същевременно свеждат до минимум използването на природни ресурси.



КЛЮЧОВИ КОНЦЕПЦИИ

- Разбиране на ползите за околната среда от закупуването на местни и сезонни продукти, включително намаляване на емисиите от транспорта и подкрепа на местната икономика.
- Определяне на стратегии за намаляване на пластмасата за еднократна употреба в ежедневието, като например носенето на торбички, бутилки и контейнери за многократна употреба.
- Осъзнаване на ползата от избора на устойчиви марки и услуги, които дават приоритет на екологични практики, етично снабдяване и намален въглероден отпечатък.



ЗАДАЧА 2

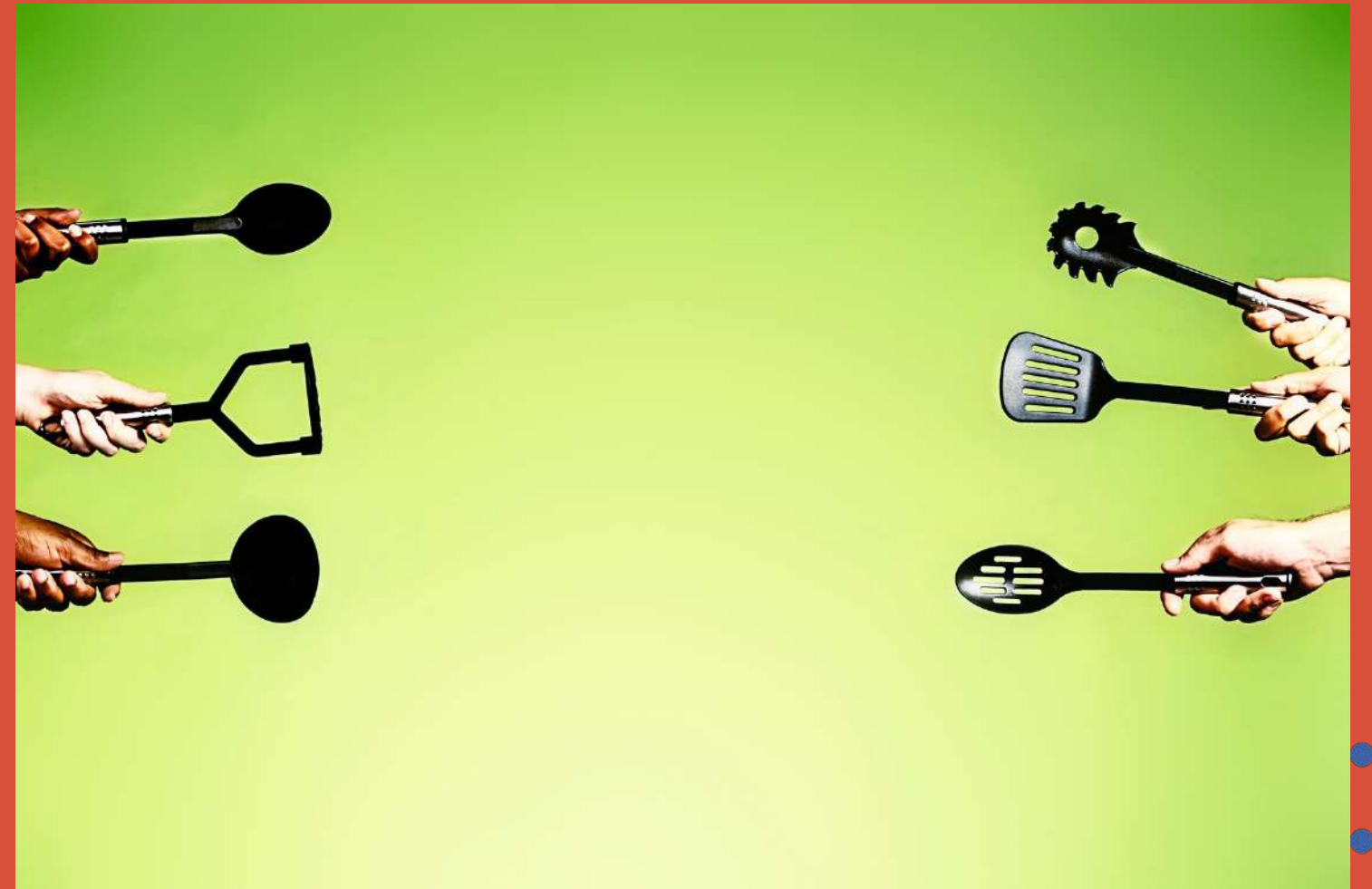
Предизвикателство за екологично пазаруване

Участниците работят в групи, за да съставят подробен списък с екологични алтернативи на продукти от ежедневието, като храна, облекло и артикули за дома.

Те оценяват колко достъпна, изгодна и практична е всяка алтернатива в тяхната общност.

Групите обсъждат потенциалните пречки за възприемането на по-екологични решения и обмислят начини за преодоляването им.

- Продължителност: 45 минути
- Материали: Примерни списъци с продукти, работни листове за групи, химикалки



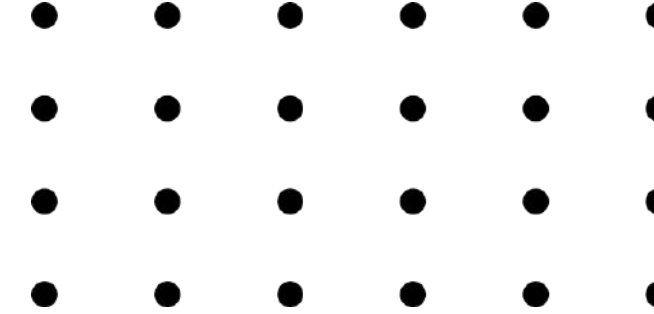
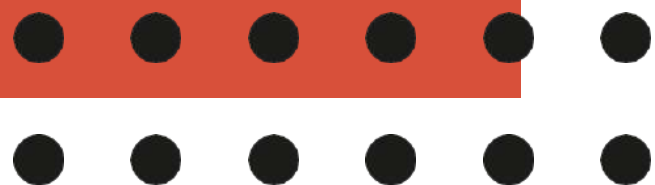
РАЗДЕЛ 3: НАСЪРЧАВАНЕ НА ПРОМЯНАТА: НАСЪРЧАВАНЕ НА ЕКОЛОГИЧНИ ПРАКТИКИ В ОБЩНОСТИТЕ

ОСНОВНИ ОПРЕДЕЛЕНИЯ

Организирано усилие, при които членовете на общността се обединяват, за да се справят с екологичните предизвикателства, да насърчават устойчиви практики и да стимулират положителна промяна на местно ниво.

Тези действия могат да включват инициативи като общностни градини, кампании за почистване и местна застъпническа дейност за по-екологични политики.





КЛЮЧОВИ КОНЦЕПЦИИ

Ефектът на вълната:

- Индивидуалните избори в полза на устойчивостта, дори и малките, могат да вдъхновят другите и да предизвикат положителен ефект на верижна реакция в цялата общност, насърчавайки колективната отговорност към околната среда.

Граждански движения:

- Инициативите, ръководени от общността, играят решаваща роля в насърчаването на местните усилия за устойчивост, като дават възможност на гражданите да предприемат действия и да оформят по-зелено бъдеще.

Застъпничество за по-екологични практики:

- Застъпничеството за екологични политики и поведение укрепва устойчивостта и устойчивостта насърчава екологичната осведоменост и подпомага дългосрочната устойчива промяна



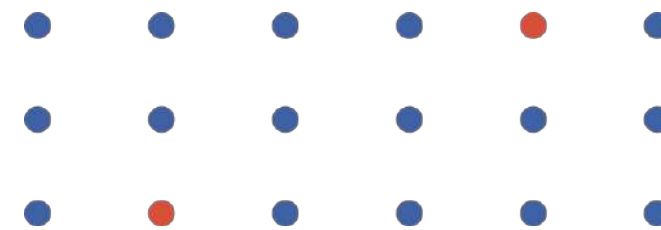
ДЕЙНОСТ 3

Участниците ще да в екипи за проектират малък малък общностен проект, насърчаващ устойчиви практики на местно ниво.

Примери за това са организирането на кампания за рециклиране, провеждането на акция за засаждане на дървета или стартирането на инициатива за повишаване на екологичната осведоменост.

Чрез тази дейност участниците ще приложат своите знания за устойчив начин на живот и ще вдъхновят колективни действия.

- Продължителност: 60 минути
- Материали: Шаблони за планиране, флипчартове, маркери

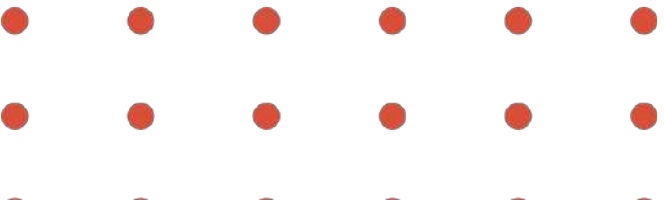




ANY
QUESTIONS

ВЪПРОСИ ЗА ОЦЕНКА

Участниците се насърчават да размислят върху съдържанието на модула и да оценят своето разбиране, като отговорят на следните въпроси:

- Какво е въглероден отпечатък и защо е важно да го следим?
 - Дайте два примера за устойчиви ежедневни навици, които могат да намалят въздействието върху околната среда.
 - Защо действията на общността са от съществено значение за постигането на промени в областта на околната среда?
- 

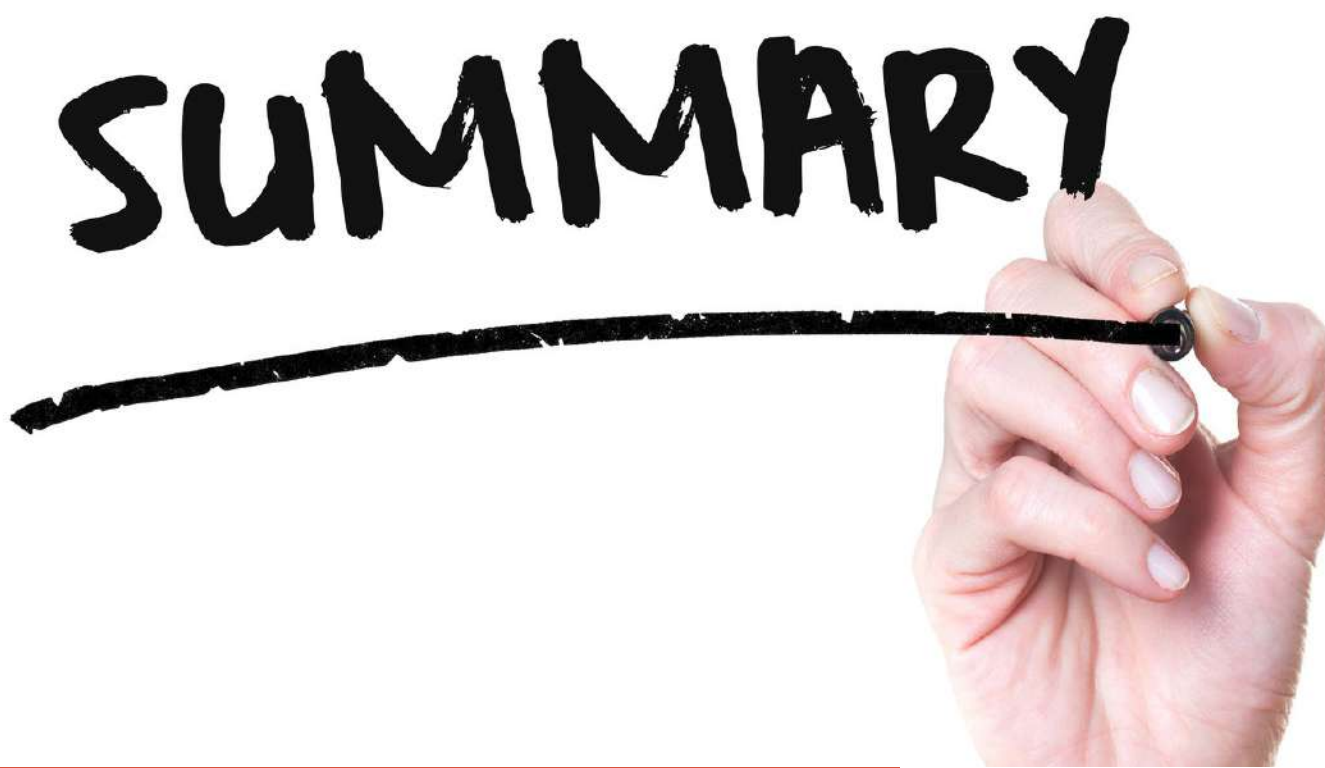
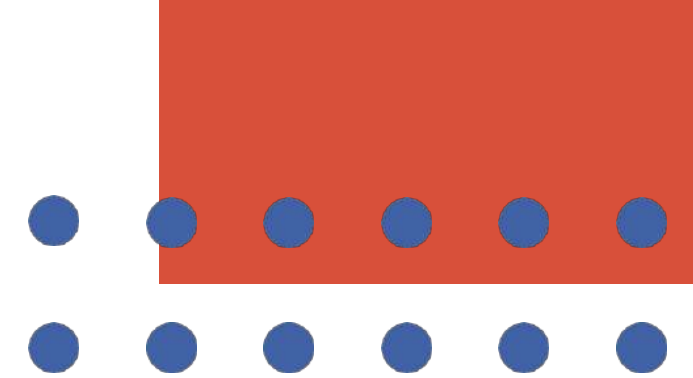
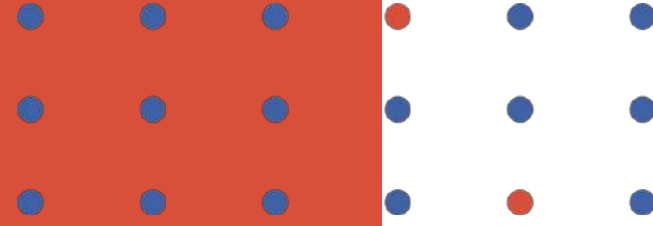


РАЗМИСЪЛ

Участниците са поканени да размислят върху личните си навици и да потърсят начини за по-екологичен начин на живот. Помислете върху следните въпроси:

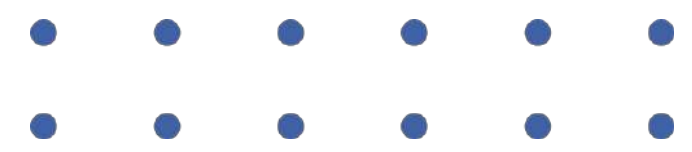
- Кои от вашите ежедневни навици оказват най-голямо въздействие върху околната среда?
- Какви прости промени бихте могли да започнете да правите още днес, за да живеете по-екологично?
- Как можете да да другите да направите екологични избори?

Ако отделите време да се замислите върху тези въпроси, това може да ви даде възможност да дадете пример и да допринесете значително за по-устойчиво бъдеще.



Обобщение на ключовите точки

- Малките ежедневни действия имат голямо кумулативно въздействие върху околната среда.
- Устойчиво живот включва съзнателно потребление и участие в общността.
- Всеки човек може да бъде катализатор за положителна промяна в околната среда.
- Колективна действие усилва индивидуалните усилията, което води до трайни подобрения в околната среда и здравето.





SHIELD

БЛАГОДАРИМ

ЗА ВАШЕТО ВНИМАНИЕ!

СТРАТЕГИИ И ИНТЕРАКТИВНО ОБУЧЕНИЕ ЗА ОПТИМИЗИРАНЕ НА ЕНЕРГИЯТА И ЗДРАВЕТО

Идентификационен номер на проекта: 2023-2-EL02-KA220-YOU-000182904

УМНИ ИЗБОРИ: ЕЖЕДНЕВНИ ДЕЙСТВИЯ ЗА ПО-ЗЕЛЕН ЖИВОТ

Финансиран от Европейския съюз. Изразените възгледи и мнения обаче са само на автора/авторите и не отразяват непременно тези на Европейския съюз или на Фондацията за младежта и ученето през целия живот (INEDIVIM). Нито Европейският съюз, нито отпуснащият орган могат да бъдат държани отговорни за тях.





SHIELD

СТРАТЕГИИ И ИНТЕРАКТИВНО ОБУЧЕНИЕ ЗА ОПТИМИЗИРАНЕ НА ЕНЕРГИЈАТА И ЗДРАВЕТО

ИДЕНТИФИКАЦИОНЕН НОМЕР НА ПРОЕКТА: 2023-2-EL02-KA220-YOU-000182904

МОДУЛ 5: ЦИФРОВА ГРАМОТНОСТ ЗА ЕКОЛОГИЧНА АНГАЖИРАНОСТ



Co-funded by
the European Union

СЪДЪРЖАНИЕ

● ● 01 Общ преглед на модула

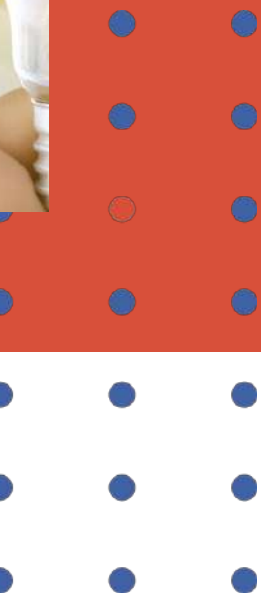
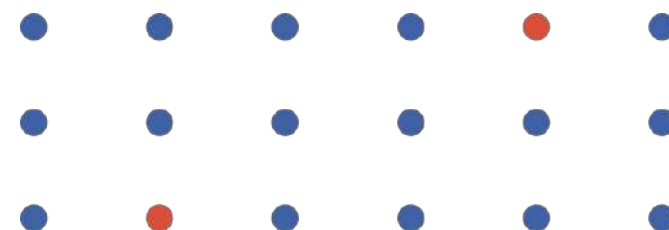
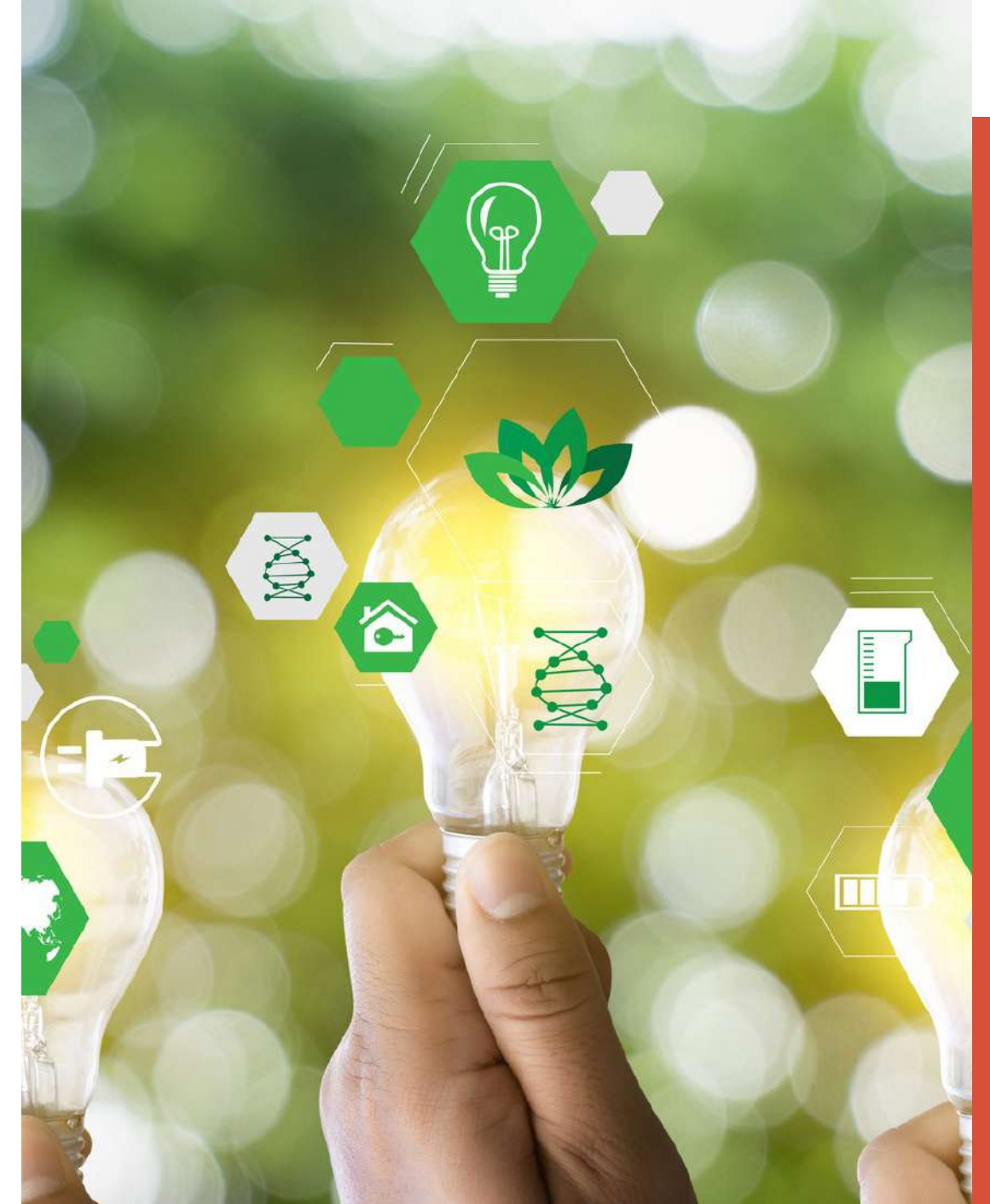
● ● 02 Резултати от обучението по модула

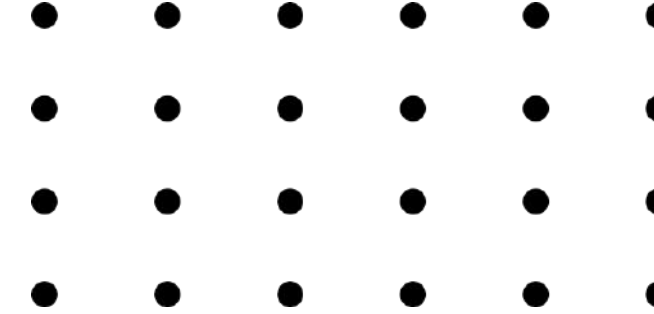
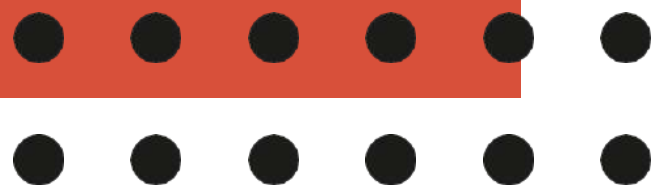
● ● 03 Раздел 1: Разбиране на цифровата грамотност в действията за опазване на околната среда

● ● 04 Раздел 2: Използване на дигитални инструменти за кампании за устойчивост

05 Раздел 3: Изграждане на еко-общности чрез цифрово ангажиране

06 Оценка и размисъл





ОБЩ ПРЕГЛЕД НА МОДУЛА

Този модул запознава участниците с концепцията за дигиталната грамотност в контекста на действията за опазване на околната среда. Той разглежда как дигиталните инструменти, платформи и технологии могат да бъдат ефективно използвани за повишаване на осведомеността, мобилизиране на общностите и насърчаване на инициативи за устойчивост.

Участниците ще придобият практически познания за използването на социалните медии, онлайн кампаниите и инструментите за дигитално сътрудничество с цел насърчаване на екологично съобразеното поведение и екологичния активизъм. Модулът поставя акцент върху отговорното, етично и стратегическо използване на дигиталните ресурси за постигане на положително въздействие върху околната среда.



РЕЗУЛТАТИ ОТ ОБУЧЕНИЕТО

До края на този модул участниците ще могат:

- Дефинират дигиталната грамотност и да разберат нейното значение за насърчаване на екологичната устойчивост.
- Идентифицират и оценяват дигитални инструменти и платформи, които могат да се използват за екологично осведомяване и застъпничество.
- Развиват умения за създаване и управление на онлайн кампании, фокусирани върху екологични проблеми.
- Разбират най-добрите практики за отговорно и етично дигитално участие в контекста на устойчивостта.
- Вдъхновяват другите, като използват дигитални платформи за насърчаване на екологично съзнателни общности и инициативи.





РАЗДЕЛ 1: РАЗБИРАНЕ НА ЦИФРОВАТА ГРАМОТНОСТ В КОНТЕКСТА НА ДЕЙСТВИЯТА ЗА ОПАЗВАНЕ НА ОКОЛНАТА СРЕДА

Основни определения

- **Цифрова грамотност:**
Способността за ефективно и отговорно използване на цифровите технологии за достъп, оценка, създаване и обмен на информация чрез различни цифрови платформи.
- **Екологични действия:**
Всяко усилие, предприето индивидуално или колективно, за справяне с екологичните предизвикателства и насърчаване на устойчивостта чрез застъпничество, образование или промяна в поведението.
- **Еко-цифрово ангажиране:**
Използването на цифрови инструменти и платформи за повишаване на осведомеността, вдъхновяване на действие и мобилизиране на отделни лица и общности за постигане на целите за опазване на околната среда и устойчивост.



КЛЮЧОВИ КОНЦЕПЦИИ

- Ролята на дигиталната грамотност в устойчивостта:

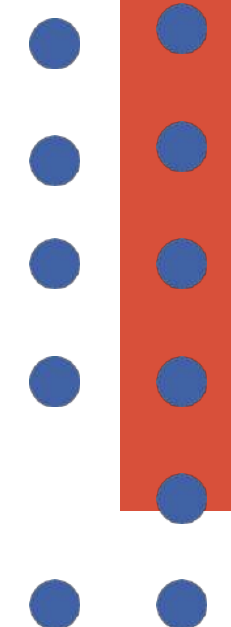
Цифровата грамотност дава възможност на хората да оценяват критично информацията за околната среда да разпознават дезинформацията и активно активно в дигитални екологични кампании.

- Свързване с екологични общности онлайн:

Цифровите инструменти предоставят възможности за взаимодействие с местни и глобални общности, фокусирани върху защитата на околната среда и действията в тази насока.

- Отговорно дигитално участие:

Етичното използване на дигиталните платформи гарантира, че посланията за околната среда са точни, уважителни и насочени към вдъхновяване на положителна промяна, без да се разпространяват дезинформация или страх.





ДЕЙНОСТ 1 „ “

Упражнение за проверка на факти

Участниците ще работят индивидуално или в малки групи, за да прегледат информация за околната среда, намерена онлайн (статии, публикации в социалните медии, инфографики). Те ще се упражняват в идентифицирането на надеждни източници, откриването на дезинформация, и проверката на факти, свързани с устойчивостта и климатичните промени.

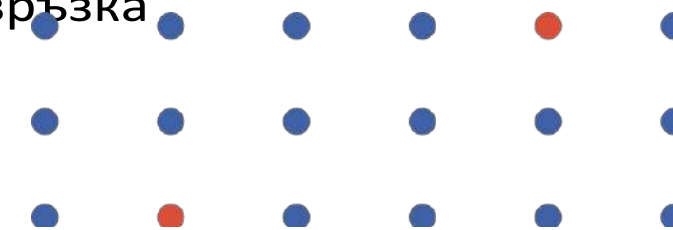
Цел:

Развийте умения за критично мислене, за да оценявате надеждността на цифровото съдържание, свързано с околната среда.

Инструкции:

Всеки участник избира част от онлайн съдържанието и използва предоставения списък за проверка, за да оцени неговата точност, достоверността на източника и потенциалната пристрастност.

- Продължителност: 30 минути
- Материали: Чеклист за проверка на фактите, достъп до устройства с интернет връзка



РАЗДЕЛ 2: ИЗПОЛЗВАНЕ НА ЦИФРОВИ ИНСТ ЗА КАМПАНИИ ЗА УСТОЙЧИВОСТ

Основни дефиниции

Кампания за устойчивост:

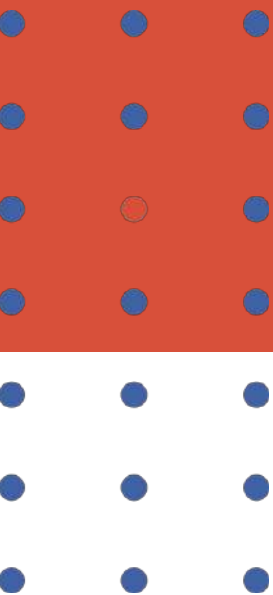
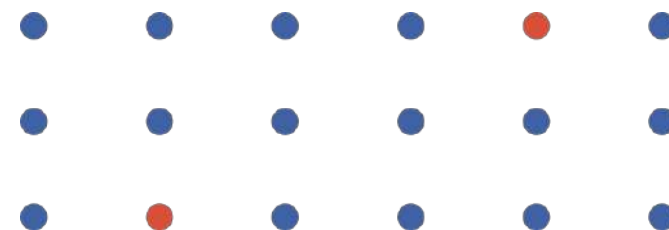
- Организирано усилие за повишаване на осведомеността, образованието и насърчаването на действия по екологични въпроси чрез комуникационни стратегии, често подкрепени от дигитални платформи.

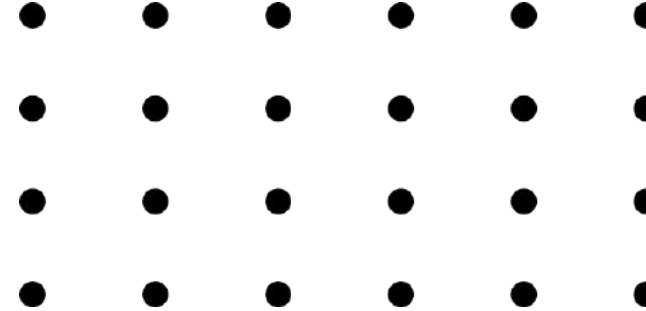
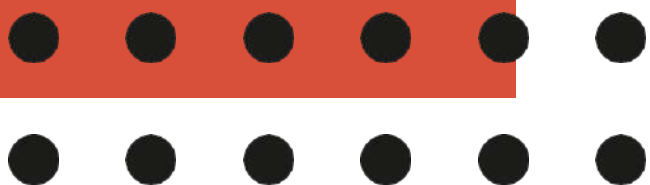
Застъпничество в социалните медии:

- Използването на социалните мрежи за популяризиране на каузи, споделяне на информация и мобилизиране на обществена подкрепа за инициативи за опазване на околната среда и устойчивост.

Дигитален активизъм:

- Практиката на използване на дигитални технологии като уебсайтове, блогове, социални медии и онлайн петиции за насърчаване на социални и екологични промени.





КЛЮЧОВИ ПОНЯТИЯ

Силата на цифровата комуникация:

- Цифрови платформи могат бързо разпространяват информация, повишават осведомеността, и вдъхновяване глобалното участие в усилията за устойчивост.

Ефективни стратегии за онлайн кампании:

- Успешните дигитални кампании използват ясни послания, визуално разказване на истории и интерактивни инструменти, за да ангажират аудиторията и да стимулират действие по екологични въпроси.

Предизвикателства при провеждането на дигитални кампании:

- Често срещани препятствия включват претоварване, претоварване, онлайн дезинформация, откъсване на аудиторията и необходимостта от последователни, автентични съобщения за поддържане на доверието.



ЗАДАЧА 2

Създаване на публикация в социалните медии

Участниците ще изготвят кратка публикация в социалните медии (текст + изображение или графика), която популяризира послание за екологична устойчивост.

Публикацията трябва да има за цел да повиши осведомеността, да насърчи екологично съобразено поведение или да популяризира местна зелена инициатива.

Цел:

Упражнение за създаване на ясно, увлекателно и въздействащо дигитално съдържание за защита на околната среда.

Инструкции:

Участниците избират платформа (напр. Instagram, Facebook, Twitter) и създават примерна публикация, като се фокусират върху яснотата на посланието, визуалната атрактивност и призива за действие.

- Продължителност: 40 минути
- Материали: Шаблони, инструменти инструменти (например Canva), достъп до интернет





РАЗДЕЛ 3: ИЗГРАЖДАНЕ НА ЕКО-ОБЩНОСТИ ЧРЕЗ ЦИФРОВО УЧАСТИЕ

ОСНОВНИ ОПРЕДЕЛЕНИЯ

Еко-общност:

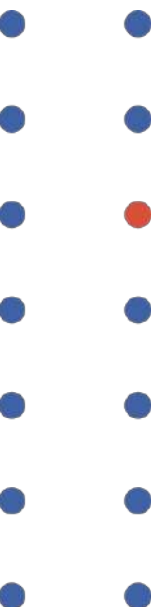
Група от хора, свързани физически или дигитално, които споделят обща ангажираност към насърчаването на опазването на околната среда, устойчивостта и зелените практики.

Изграждане на онлайн общност:

Процесът на създаване, управление и поддържане на виртуални пространства, в които хората си сътрудничат, споделят ресурси и се вдъхновяват взаимно за постигане на общи цели за устойчивост.

Цифрово ангажиране:

Активното участие в онлайн платформи, дискусии и кампании за подкрепа на екологични каузи и укрепване на колективните действия в областта на околната среда.



КЛЮЧОВИ ПОНЯТИЯ

- Силата на колективните действия:

Изграждането на дигитални еко-общности усилва индивидуалните усилия, създавайки по-силен, единен глас за защита на околната среда и промяна.

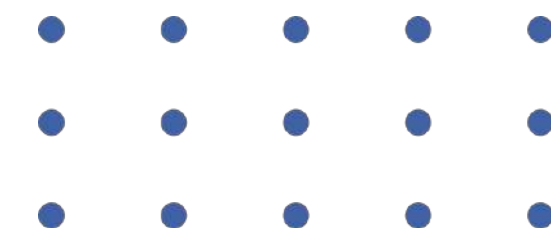
- Стратегии за ангажиране на дигиталните общности:

Успешните еко-общности изграждат доверие, насърчават отворения диалог, споделят ресурси и отбелязват колективните постижения, за да поддържат активното участие.

- Предизвикателства в онлайн еко-общностите:

Поддържането на ангажираността, уважителното управление на разнообразните мнения и запазването на инерцията във времето са ключови предизвикателства за дигиталните екологични групи.





ДЕЙНОСТ 3

Участниците ще работят в екипи, за да разработят инициатива за дигитална екообщност. Те ще изберат тема, свързана с устойчивото развитие (например рециклиране, чиста енергия, нулеви отпадъци), ще определят целевата си аудитория, ще подберат подходящи дигитални платформи и ще набележат ключови дейности за ангажиране на членовете и насърчаване на активни действия.

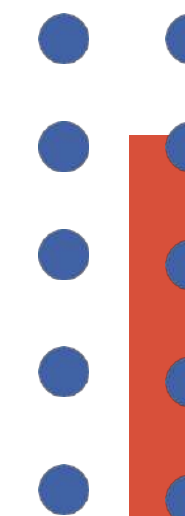
Цел:

Развиване на практически умения за планиране и стартиране на онлайн еко-общност, фокусирана върху екологичната устойчивост.

Инструкции:

Всеки екип подготвя кратък план за действие и представя своята инициатива, като обяснява как ще изгради ангажираност, ще поддържа участието и ще насърчава екологични практики чрез дигитални инструменти.

- Продължителност: 60 минути
- Материали: Шаблони за планиране, флипчартове, маркери, достъп до интернет ресурси





ВЪПРОСИ ЗА ОЦЕНКА

Участниците се приканват да размислят върху разбирането си за съдържанието на модула, като отговорят на следните въпроси:

- Какво е цифрова грамотност, и защо е тя важно за ангажираността с опазването на околната среда?
- Назовете два цифрови инструмента, които могат да се използват за популяризиране на инициативи за устойчивост.
- Какви са основните стратегии за изграждане и поддържане на онлайн еко-общност?
- Защо е проверката на фактите важно когато споделяме информация за околната среда онлайн?

РАЗМИСЪЛ

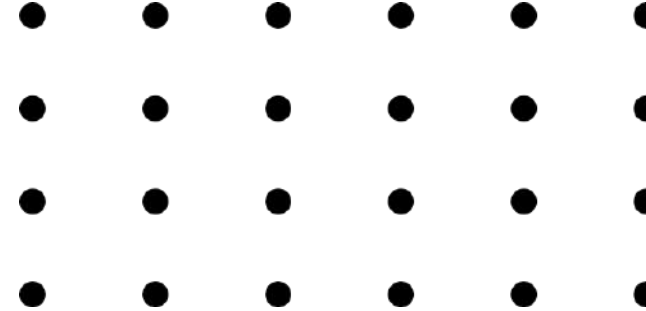
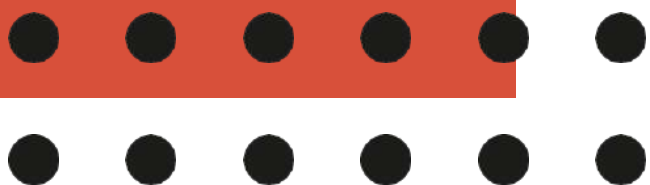
Участниците се насърчават да размислят върху личното си използване на дигитални инструменти и потенциалната им роля в насърчаването на екологичната устойчивост.

Помислете върху следните въпроси:

- Как можете да използвате дигиталните платформи, за да подкрепите екологичните каузи, които са ви близки?
- Какви стъпки можете да предприемете, за да проверите информацията, която споделяте онлайн относно устойчивостта?
- Как бихте могли да допринесете за изграждането на или участието в онлайн еко-общност?

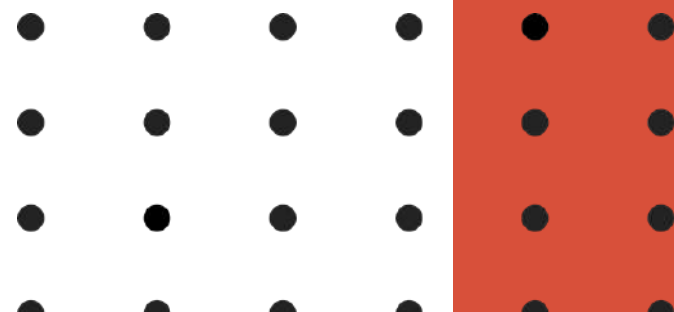
Отделянето на време за размисъл върху тези въпроси ще ви помогне да развиете по-силно и по-отговорно дигитално присъствие за защита на околната среда и положителна промяна.





РЕЗЮМЕ НА КЛЮЧОВИТЕ ТЕЗИ

- Цифрова грамотност е от съществено значение за ефективен достъп, оценяване и споделяне на информация за околната среда онлайн.
- Цифровите инструменти и платформи могат значително да разширят обхвата на кампаниите за устойчивост и да мобилизират екологично съзнателните общности.
- Отговорното и етично дигитално ангажиране изгражда доверие, подобрява комуникацията и усилва въздействието на защитата на околната среда.
- Еко-общности създадени чрез цифрови платформи дават възможност хората да си сътрудничат, да споделят ресурси и да стимулират положителни промени в околната среда.





SHIELD

БЛАГОДАРИМ

ЗА ВАШЕТО ВНИМАНИЕ!

СТРАТЕГИИ И ИНТЕРАКТИВНО ОБУЧЕНИЕ ЗА ОПТИМИЗИРАНЕ НА ЕНЕРГИЯТА И ЗДРАВЕТО

ИДЕНТИФИКАЦИОНЕН НОМЕР НА ПРОЕКТА: 2023-2-EL02-KA220-YOU-000182904

МОДУЛ 5: ЦИФРОВА ГРАМОТНОСТ ЗА ЕКО-АНГАЖИРАНОСТ



Проектът е финансиран от Европейския съюз. Изразените възгледи и мнения обаче са изцяло на автора/авторите и не отразяват непременно тези на Европейския съюз или на Фондацията за младежта и ученето през целия живот (INECVIM). Нито Европейският съюз, нито финансиращият орган носят отговорност за тях.





SHIELD

СТРАТЕГИИ И ИНТЕРАКТИВНО ОБУЧЕНИЕ ЗА ОПТИМИЗИРАНЕ НА ЕНЕРГИЯТА И ЗДРАВЕТО

Идентификационен номер на проекта: 2023-2-EL02-KA220-YOU-000182904

МОДУЛ 6: МЛАДЕЖИТЕ ЗА ПРОМЯНА: АКТИВНО ГРАЖДАНСТВО И ОБЩЕСТВЕНИ ДЕЙНОСТИ



Co-funded by
the European Union

СЪДЪРЖАНИЕ

● ● 01 Общ преглед на модула

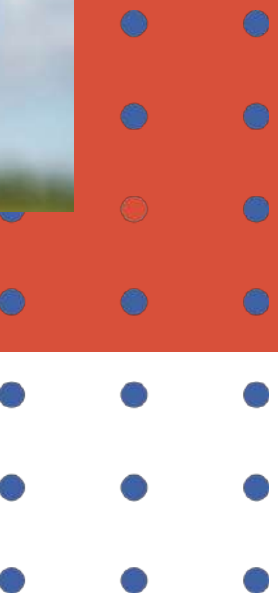
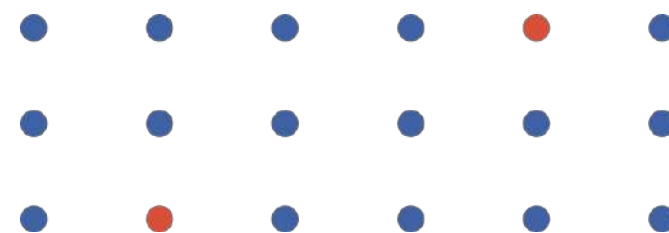
● ● 02 - Резултати от обучението по модула

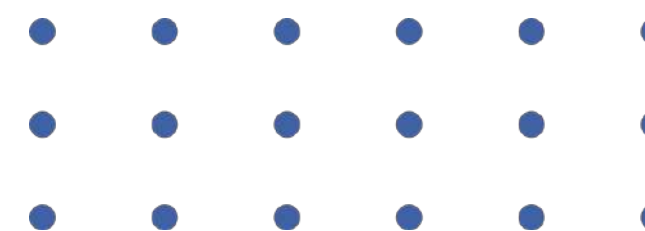
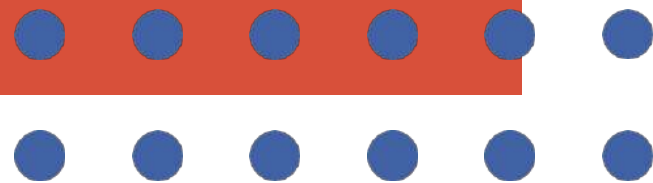
● ● 03 Раздел 1 –
Разбиране на активното гражданство

● ● 04 Раздел 2 – Младежта като двигател на промяната

05 Раздел 3 – Планиране на действия в общността

06 Оценяване и размисъл



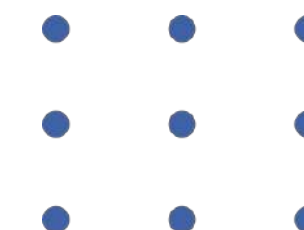


ОБЩ ПРЕГЛЕД НА МОДУЛА

Този модул се фокусира върху това как младите хора могат да играят активна роля във формирането на своите общности чрез гражданска ангажираност и устойчивост. Той представя ключови концепции за активната гражданска позиция и показва как младежта може да бъде двигател на положителна промяна, като се включва в местни инициативи.

Съчетавайки основна теория, примери от реалния живот и практически дейности, модулът има за цел да мотивира и подкрепи младите хора да стартират свои собствени инициативи. От организиране на местни почиствания до повишаване на осведомеността по въпросите на климата, участниците ще научат как малките действия могат да имат голямо въздействие.

Целта е да се помогне на младите хора да се възприемат като активни граждани – способни да променят нещо в своето обкръжение и да вдъхновят другите да направят същото.



РЕЗУЛТАТИ ОТ ОБУЧЕНИЕТО

До края на този модул участниците ще:

- Разбират значението и важността на активното гражданство.
- Идентифицират ролята, които младите хора могат да играят в устойчивото развитие на общността.
- Запознаят се с практически инструменти за планиране и осъществяване на дейности в общността.
- Помислят за своята гражданска идентичност и отговорности.





РАЗДЕЛ 1 – РАЗБИРАНЕ НА АКТИВНОТО ГРАЖДАНСТВО В СЪОБЩЕСТВОТО ()

Основни определения:

- Активно гражданство: Участие в демократичните процеси и обществения живот по начини, които насърчават положителна социална промяна.
- Гражданска ангажираност: Участие в дейности, свързани с въпроси от обществен интерес.
- Овластяване: Придобиване на знания, умения и увереност за предприемане на действия.

КЛЮЧОВИ ПОНЯТИЯ

- Гражданство срещу активно гражданство

Гражданството е правен статут. Активното гражданство означава да се ангажираш – да изразиш мнението си и да допринесеш за формирането на твоята общност.

- Граждански права и отговорности

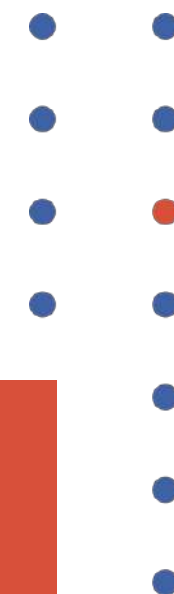
Правата включват свобода на словото, право на глас и равна защита. Задълженията включват уважение към другите, информираност и принос към обществото.

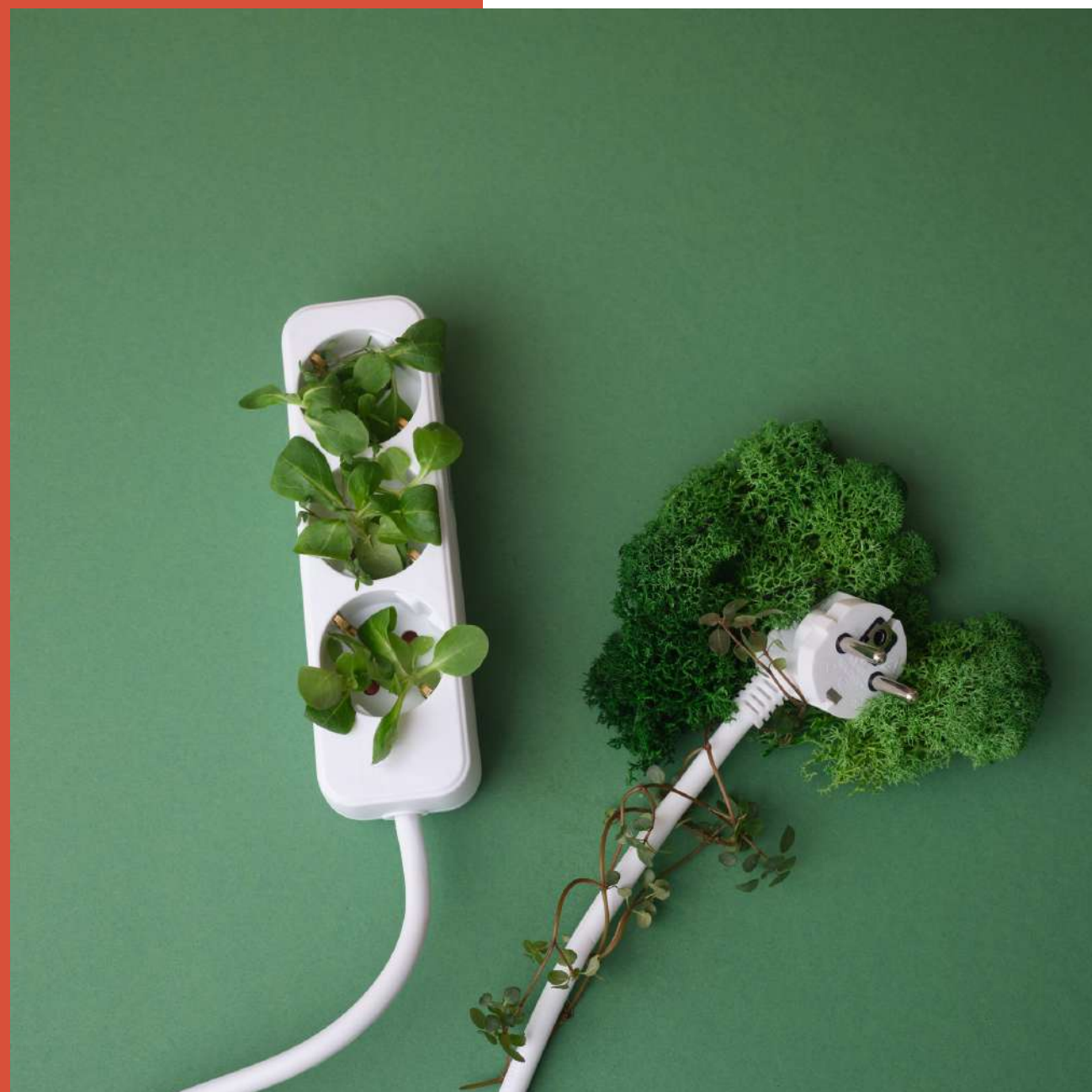
- Участие на младежта в демократичния живот

Младите хора могат да повлияят промяната чрез диалог, дискусия, и вземане на решения — както на местно, така и на ниво ЕС.

- Доброволчество, гласуване, застъпничество

Това са основните начини, по които младежта може да се ангажира. Всеки един от тях помага за изграждането на по-силни, по-справедливи и по-демократични общества.





АКТИВНОСТ „ 1:

МОЯТА КАРТА НА ГРАЖДАНСТВОТО

Цел: Размисъл върху личната идентичност и гражданските роли

Материали: Работни листове, цветни химикалки

Инструкции:

1. Нарисувайте карта с вашето име в центъра.
2. Добавете клони, показващи как участвате (училище, социални медии, доброволчество и др.).
3. Обсъдете в двойки или малки групи.
4. Споделете един начин, по който бихте могли да задълбочите своето участие.



РАЗДЕЛ 2 – МЛАДЕЖИТЕ КАТО АГЕНТИ НА ПРОМЯНАТА

Основни определения

- Агенция

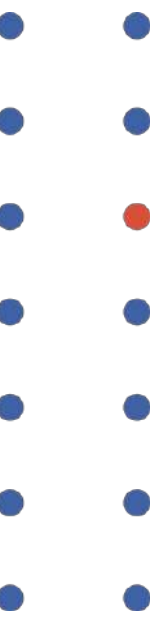
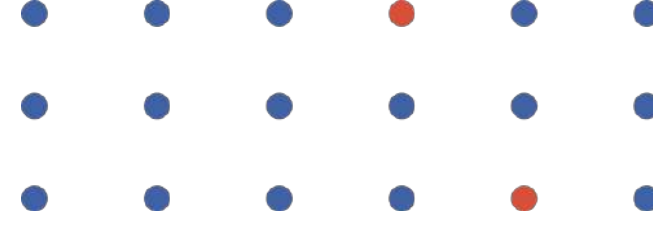
Способността на младите хора да правят свои собствени избори и да предприемат значими действия в живота си и в общността.

- Застъпничество

Застъпничество, повишаване на и влияние лицата, вземащи решения, да подкрепят важни каузи.

- Социално предприемачество

Използване на творчески, проектно-ориентирани подходи за решаване на социални или екологични проблеми – превръщане на идеите в действия за общото благо





КЛЮЧОВИ КОНЦЕПЦИИ

- Младежко лидерство в областта на климата, здравето и социалната справедливост Младите хора предприемат смели действия по спешни въпроси – изискват справедливост, устойчивост и системна промяна на всички нива .
- Промяна „отдолу нагоре“ срещу промяна „отгоре надолу“
Промяната „отдолу нагоре“ започва с действия на ниво местни общности и гласовете на общността. Промяната „отгоре надолу“ произтича от политиките и институциите.
Истинското въздействие се постига, когато двете работят заедно.
- Силата на младежките движения
Движения като „Петъци за бъдещето“ и „Youth4Climate“ показват как колективните действия на младежта могат да оформят глобалните дебати, да повлияят на лидерите и да вдъхновят милиони хора.



ДЕЙНОСТ „ 2:

ГАЛЕРИЯ НА МЛАДЕЖКИТЕ ПРЕОБРАЗИТЕЛИ

Цел:

Да откриете и анализирате инициативи, ръководени от младежи

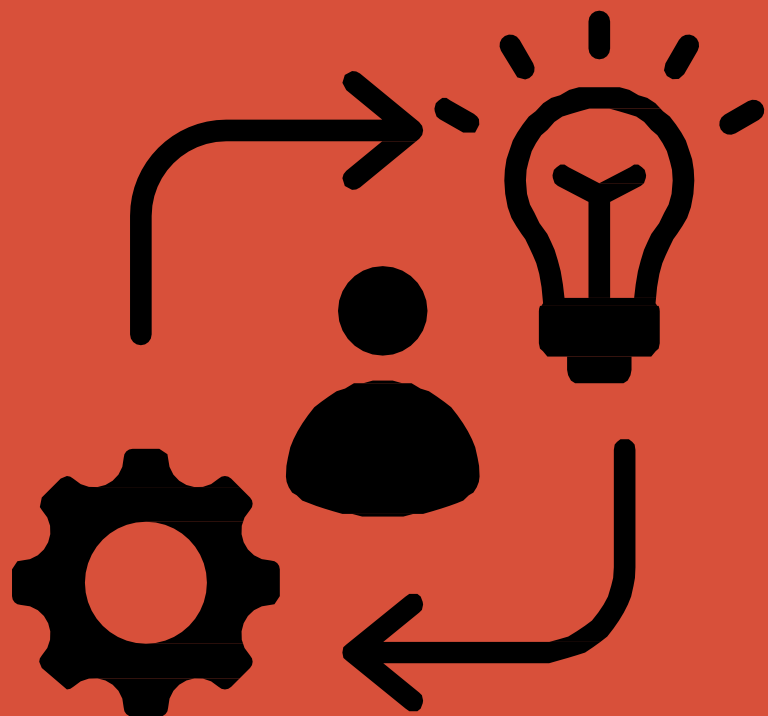
Инструкции:

Работете в групи, за да проучите и представите истински младежки променител.

Отговор:

С какъв проблем се е занимавал? Какви действия е предприел? Какъв е бил резултатът?

Направете презентация в клас или създайте дигитална „галерия“ на младежките лидери





Раздел 3 – Проектиране на общностни дейности

Основни определения

- **Общностни действия:** колективни усилия на членовете на дадена общност за справяне с общи проблеми.
- **Цели за устойчиво развитие (ЦУР):** Глобална рамка за изграждане на по-добър свят.
- **Местно овластяване:** Участие на местно ниво в процеса на вземане на решения и изпълнение.

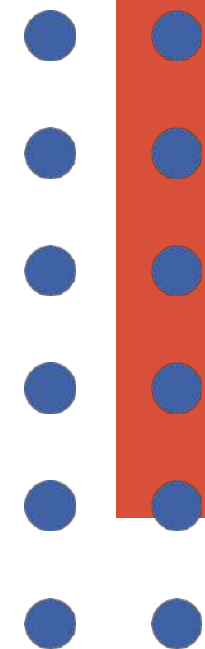


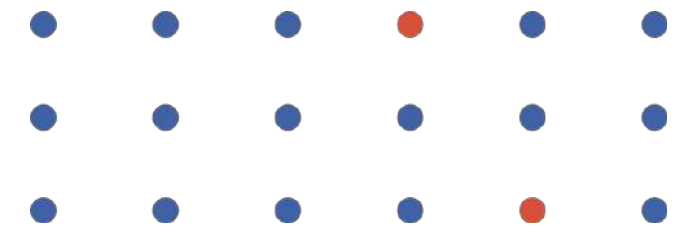
Ключови концепции

- Стъпки за стартиране на общностен проект
Започнете с ясна цел, сформирайте екип, очертайте целите си и действайте стъпка по стъпка, като поставяте общността в центъра на вниманието.

- Оценка на нуждите и картографиране на заинтересованите страни
Идентифицирайте реалните нужди на общността и разберете кои лица трябва да бъдат включени, подкрепени или информирани на всеки етап.

- Планиране, осигуряване на ресурси, изпълнение и оценка
Изгответе своя план за действие, съберете ресурси, реализирайте дейностите си и оценете въздействието, за да се учите и подобрявате.





ДЕЙНОСТ 3: ПЛАНИРАЙТЕ СОБСТВЕНИЯ СИ ПРОЕКТ

Цел: Създайте план за малка местна инициатива

Инструкции:

1. Определете местно предизвикателство (здраве, околна среда, приобщаване и др.)
2. Изгответе мини-план за действие (цел, екип, график, ресурси)
3. Споделете го с групата, за да получите обратна връзка и да обсъдите идеи
4. По желание: Представете проекта си пред класа



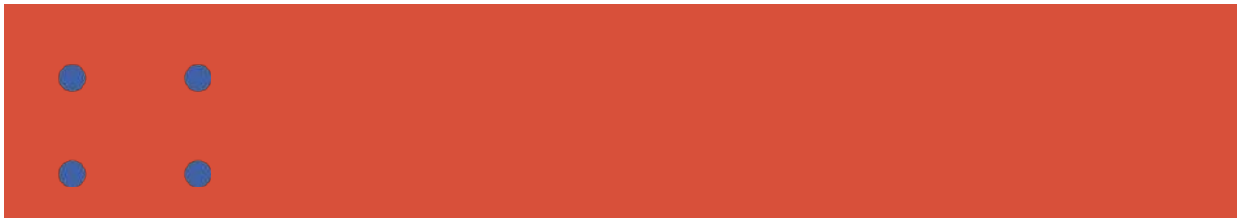
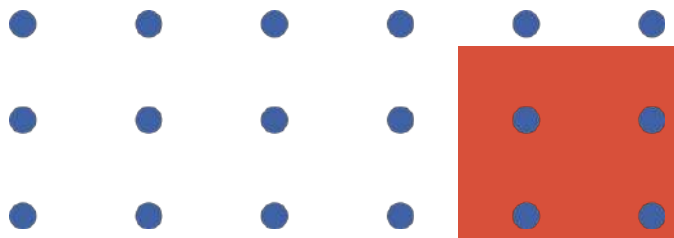


Оценяване

Компонентът за оценяване в този модул се фокусира върху оценяването на способността на участниците да усвоят и прилагат основните принципи на активното гражданство и ангажираността в общността. Вместо да разчитат единствено на традиционни методи за тестване, участниците ще демонстрират своето разбиране чрез комбинация от рефлексивно писане, групови презентации и интерактивни дискусии.

От всеки участник ще се изисква да обобщи придобитите знания, като изготви кратко писмено резюме на инициатива на млад променител, в което да обясни използваните стратегии и постигнатите резултати. Освен това участниците ще разработят съвместно и ще представят модел на план за действие в общността, основан на местните нужди, като по този начин демонстрират способността си да прилагат теоретични концепции към реални предизвикателства.

Този план ще бъде оценен от съученици, което ще даде възможност за конструктивна обратна връзка и ще насърчи сътрудничеството. Чрез този комбиниран и формативен подход оценяването има за цел не само да измери придобиването на знания, но и да укрепи ключови компетенции като критично мислене, проява на инициатива, работа в екип и комуникация – умения, които са от съществено значение за превръщането в отговорен и активен гражданин.

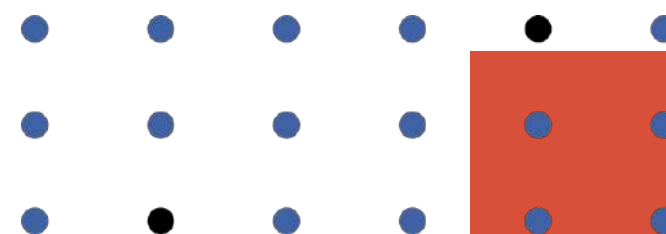




Рефлексия

Рефлексията е централен стълб на този модул, като кани участниците да погледнат навътре в себе си и да изследват своето развиващо се разбиране за гражданството, отговорността и собствения си потенциал да повлияят на положителната промяна. В края на модула учащите ще се включат в упражнение за рефлексия с ръководство, където ще бъдат насърчени да разкажат лични моменти, които са резонирали с темите за гражданско участие и ангажираност в общността. Чрез този процес те ще разгледат собствените си преживявания, мотивации и бариерите, които могат да възприемат, когато става въпрос за граждански действия.

Въпроси като „Какво означава да бъда носител на промяна в моята общност?“, „Кои каузи ме вдъхновяват да действам?“ и „Как мога да превърна идеите си в реално въздействие?“ ще ги подтикнат да изразят своите индивидуални стремежи. Тази рефлексивна практика е предназначена да насърчи по-дълбока лична връзка с материала, като насърчава дългосрочна гражданска осъзнатост и дава възможност на участниците да превърнат знанията в действие извън обхвата на модула.





Въпроси за размисъл

- Как определям понятието „активно гражданство“ в контекста на собствения си живот и как се промени това определение в хода на този модул?
- С кои социални или екологични проблеми в моята общност се чувствам най-свързан и защо те са важни за мен лично? Участвал ли съм някога в общностна инициатива или гражданска акция? Ако да, какво научих от този опит, а ако не, какво ме е спирало? Какви уникални силни страни, страсти или умения притежавам като потенциален носител на промяна? Как мога да ги използвам, за да подкрепя положителната промяна? Ако утре можех да стартирам общностен проект, какъв би бил той? Каква би била първата ми стъпка – и кого бих искал да включа?
- Как мога да остана ангажиран в гражданския живот след този модул? Какви постоянни навици или ангажименти могат да ми помогнат да остана активен и информиран?
- По какъв начин участието на младите хора може да преобразува системите и структурите в нашето общество? Какво ме вдъхновява в ролята на младите хора за оформянето на бъдещето?
-





SHIELD

БЛАГОДАРЯ

ЗА ВАШЕ ВНИМАНИЕ!

СТРАТЕГИИ И ИНТЕРАКТИВНО ОБУЧЕНИЕ ЗА ОПТИМИЗИРАНЕ НА ЕНЕРГИЯТА И ЗДРАВЕТО

Идентификационен номер на проекта: 2023-2-EL02-KA220-YOU-000182904

МОДУЛ 6: МЛАДЕЖТА ЗА ПРОМЯНА: АКТИВНО ГРАЖДАНСТВО И ОБЩЕСТВЕНА ДЕЙНОСТ



Финансирано от Европейския съюз. Изразените възгледи и мнения обаче са само на автора/авторите и не отразяват непременно тези на Европейския съюз или на Фондацията за младежта и ученето през целия живот (INEDIVIM). Нито Европейският съюз, нито отпусащият орган могат да бъдат държани отговорни за тях.





SHIELD

СТРАТЕГИИ И ИНТЕРАКТИВНО ОБУЧЕНИЕ ЗА ОПТИМИЗИРАНЕ НА ЕНЕРГИЯТА И ЗДРАВЕТО

Идентификационен номер на проекта: 2023-2-EL02-KA220-YOU-000182904

МОДУЛ 7: ЗЕЛЕНИ УМЕНИЯ ЗА БЪДЕЩАТА РАБОТНА СИЛА

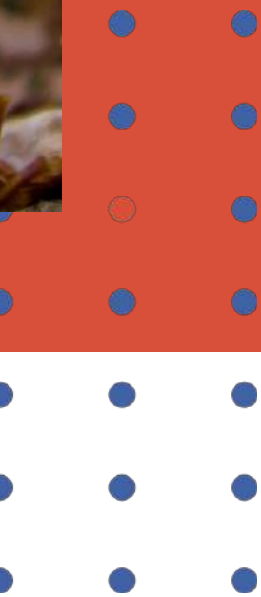
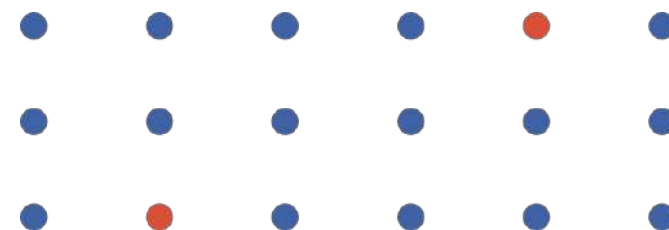
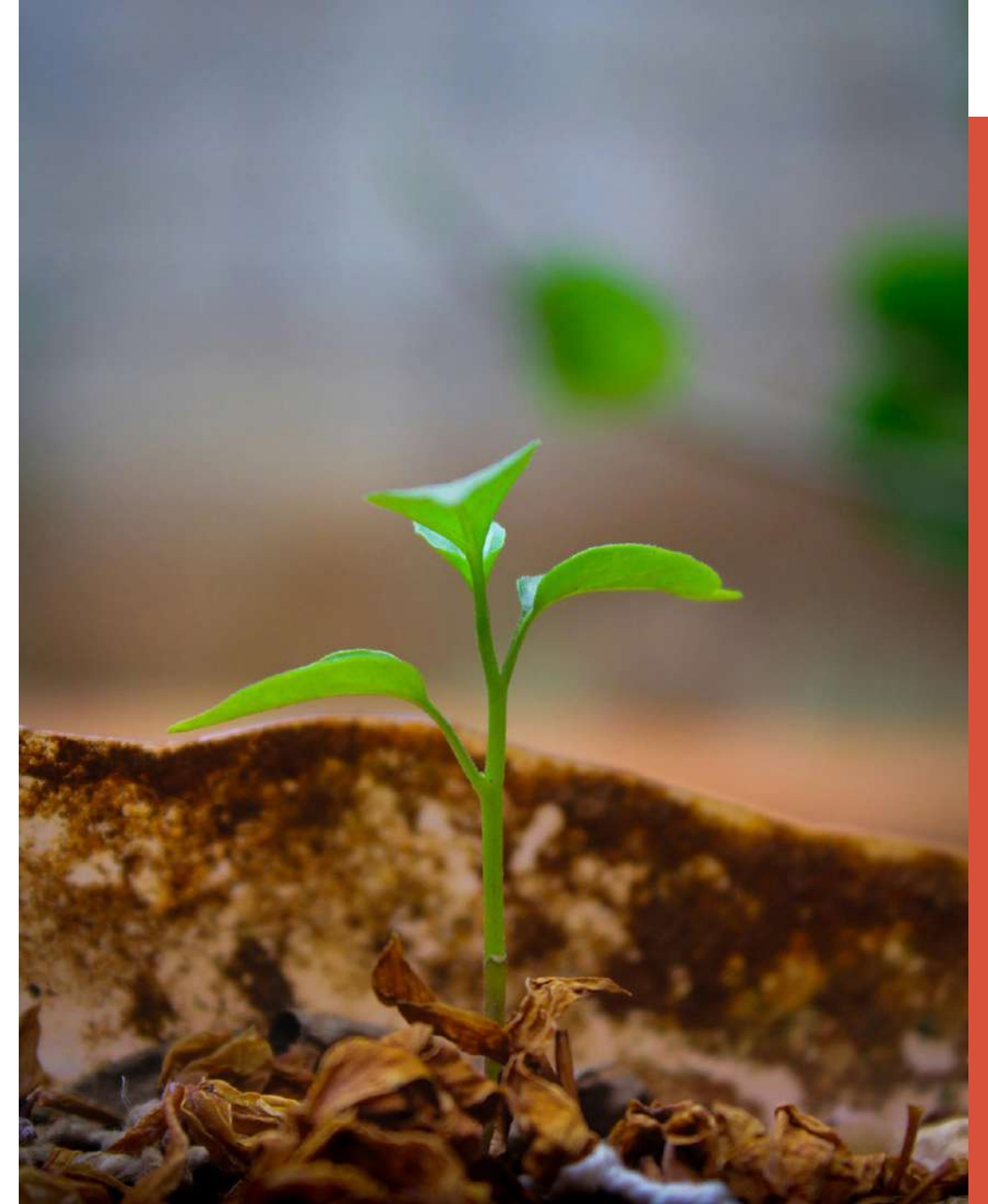


Co-funded by
the European Union

СЪДЪРЖАНИЕ

- 01 Общ преглед на модула
- 02 Резултати от обучението по модула
- 03 Раздел 1 – Въведение в зелените умения
- 04 Раздел 2 – Зелени кариери и нововъзникващи сектори

- 05 Раздел 3 – Развиване на зелени умения чрез действия на общността
- 06 Оценка и размисъл



ОБЩ ПРЕГЛЕД НА МОДУЛА

Този модул представя концепцията за зелените умения и тяхната жизненоважна роля за формирането на устойчива, приобщаваща и готова за бъдещето работна сила.

С глобалния преход към по-екологични икономики младите хора трябва да бъдат подготвени с знания и компетенции, които съответстват на целите за устойчиво развитие.

Участниците ще се запознаят с определенията, ключовите сектори и практическите стратегии за прилагане на „зелени“ умения както в личен, така и в професионален контекст.

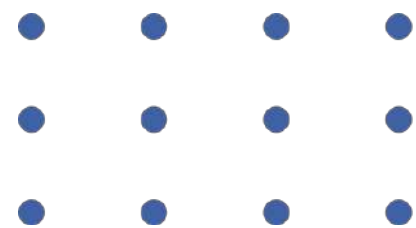


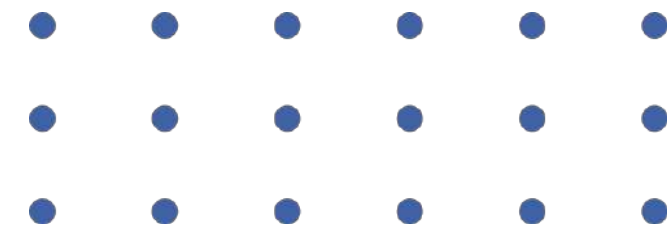
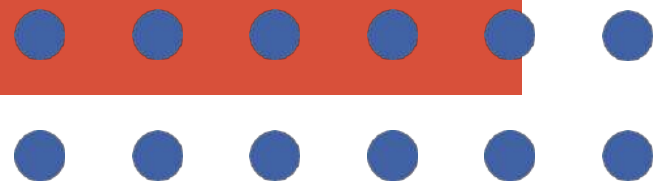
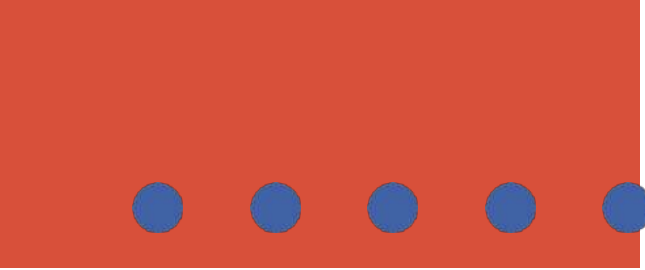


РЕЗУЛТАТИ ОТ ОБУЧЕНИЕТО

До края на този модул участниците ще:

- Разбират основното определение и значението на зелените умения в един променящ се пазар на труда.
- Идентифицират нововъзникващите зелени сектори и професии.
- Разпознават как устойчивостта, кръговата икономика и цифровата трансформация се преплитат с пригодността за заетост.
- Разработят личен план за придобиване и прилагане на зелени умения в своята общност или кариера.





РАЗДЕЛ 1 – ВЪВЕДЕНИЕ В ЗЕЛЕНИТЕ УМЕНИЯ ЗА УСТОЙЧИВОСТ ()

Основни дефиниции:

- Зелени умения

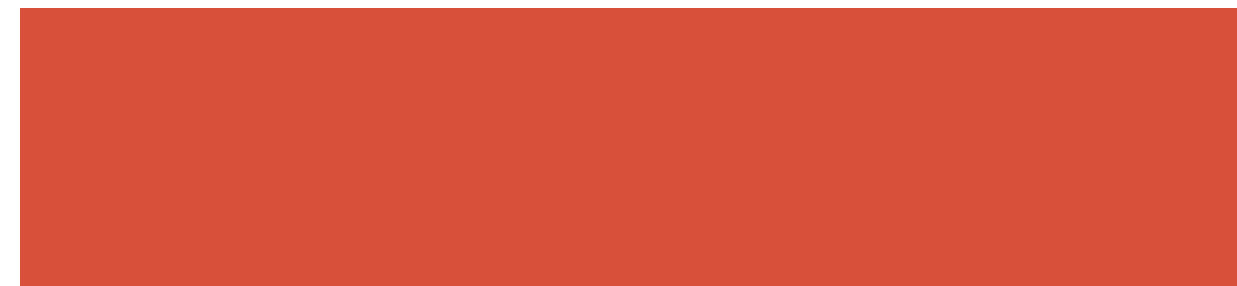
Това са уменията, ценностите и знанията, които дават възможност на хората да живеят и работят по устойчив начин. От знания в областта на енергийната ефективност и кръговата икономика до осведоменост по въпросите на климата и вземане на решения с екологична насоченост – зелените умения са от съществено значение за изграждането на общество, което използва ресурсите ефективно.

- Устойчиви работни места

Това са работни места, които активно защитават, съхраняват или възстановяват околната среда – било то в областта на възобновяемата енергия, устойчивото земеделие, зеленото строителство или екологичното образование. Те допринасят за бъдеще, в което икономическият растеж и екологичното равновесие вървят ръка за ръка.

- Справедлив преход

По-зелената икономика трябва да бъде и по-справедлива. Справедливият преход гарантира, че работниците, общностите и уязвимите групи получават подкрепа под формата на обучение, възможности и политики, които предотвратяват изключването, докато индустриите еволюират към устойчивост.





КЛЮЧОВИ ПОНЯТИЯ

- Зелена икономика и зелен растеж

Икономически прогрес, който защитава планетата. Зеленият растеж подкрепя работните места и иновациите, като същевременно намалява вредите върху околната среда.

- Екологична грамотност и системно мислене

Разбиране на взаимовръзките между природата, обществото и икономиката. Системното мислене помага да се преодолеят основните причини, а не само симптомите.

- Учене през целия живот за устойчивост

Устойчивостта изисква непрекъснато учене – във всяка възраст и във всяка среда — за адаптиране и предприемане на информирани действия.

- Социални умения срещу технически зелени умения

Техническите умения задвижват зелените индустрии; меките умения като работа в екип, комуникация и адаптивност помагат за промяната.



АКТИВНОСТ „ 1: САМООЦЕНКА НА ЗЕЛЕНИТЕ УМЕНИЯ

Цел: Оценете настоящото си ниво на осведоменост и готовност за работа в зеления сектор

Инструкции:

1. Попълнете работния лист „Инвентаризация на зелените умения“.
2. Оценете се по области на знания (например рециклиране, устойчив дизайн, политика за околната среда).
3. Обсъдете в двойки: Кой са вашите най-силни и най-слаби зелени умения?
4. Определете една цел, която да постигнете до края на модула.



РАЗДЕЛ 2 – КАРИЕРИ В ОБЛАСТТА НА ЗЕЛЕНАТА ЕНЕРГИЯ &

НОВИ СЕКТОРИ В ОБЛАСТТА НА ЕКОЛОГИЧНИЯ СЕКТОР

Основни дефиниции

- Зелен сектор: Индустрии, фокусирани върху устойчивостта, като възобновяема енергия, кръгова икономика, устойчиво земеделие, екологично строителство и чисти технологии.
- Зелен предприемач: Човек, който създава стойност, като решава екологични проблеми чрез иновации и устойчиви модели.



Ключови концепции

- Как автоматизацията и изкуственият интелект се пресичат със зелените иновации

Интелигентните технологии като изкуствения интелект и автоматизацията могат да стимулират устойчивостта – като оптимизират използването на енергия, намаляват отпадъците и подкрепят по-интелигентни и по-екологични инфраструктурни и производствени системи.

- Примери за зелени професии

Зеленият преход създава нови кариери, като например: Екоинженери, проектиращи устойчиви системи, Консултанти по кръгова икономика, които помагат на бизнеса да намали отпадъците, Дизайнери на екологични продукти, създаващи продукти, които са щадящи към околната среда и имат минимално въздействие върху нея.

- Ролята на предприемачеството в екологичната трансформация
Предприемачите играят ключова роля, като превръщат идеите за устойчивост в реални решения – стимулират иновациите, създават зелени работни места и насочват пазарите към екологична отговорност.



ДЕЙНОСТ 2: КАРТОГРАФИРАНЕ НА ПЪТЯ КЪМ ЕКОЛОГИЧНА КАРИЕРА

Цел: Проучване на възможностите за работа в зелените сектори

Инструкции:

1. Използвайте онлайн инструменти или печатни профили, за да откриете зелена работа, която ви интересува.
2. Отговор: Какво образование/умения се изискват?
Какъв проблем решава тази работа?
3. Представете своя път пред групата, като използвате дигитален или хартиен плакат.



РАЗДЕЛ 3 – РАЗВИВАНЕ НА „ЗЕЛЕНИ“ УМЕНИЯ ЧРЕЗ ОБЩЕСТВЕНИ ДЕЙНОСТИ

Основни определения

Граждански зелени действия

Инициативи, ръководени от местната общност, които се занимават с екологични проблеми на ниво местна общност – като почистване на квартала, кампании за повишаване на осведомеността, засаждане на дървета и местна дейност за защита на климата. Тези действия показват как обикновените граждани могат да предизвикат значими промени.

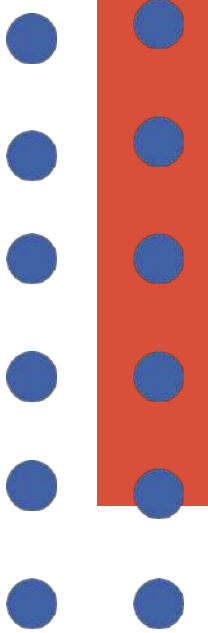
Екологична грамотност

Способността да се разбира как функционират природните системи и как човешките дейности ги засягат. Хората с екологична грамотност могат да вземат информирани решения, които подкрепят здравето на планетата и техните общности.



Ключови концепции

- **Доброволчеството като врата към зелени умения**
Доброволчеството предлага практически опит в областта на устойчивостта – от дейности по опазване на околната среда до екологични кампании – като помага на младите хора да развият както технически, така и меки зелени умения (), докато допринасят за своите общности.
- **Участие в проектирането: включване на общностите в проекти за устойчивост**
Устойчивите решения са по-силни, когато са създадени съвместно. Включването на местните хора в проектирането и реализацията на зелени проекти гарантира тяхната уместност, ангажираност и дългосрочно въздействие.
- **Иновации в областта на устойчивото развитие, водени от младите хора**
Младите хора не са просто участници — те са носители на промяна. Идеите и инициативите, водени от младежта, внасят свежи перспективи, творчески решения и енергия в зеления преход.

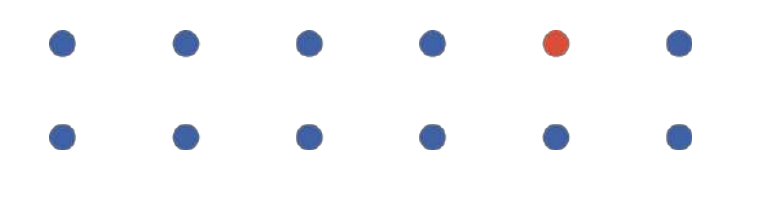




ДЕЙНОСТ „ 3: МЕСТНО ПРЕДИЗВИКАТЕЛСТВО – ЗЕЛЕН ХАКАТОН

Цел: Предложете практично зелено решение за вашето училище или общност

Инструкции:

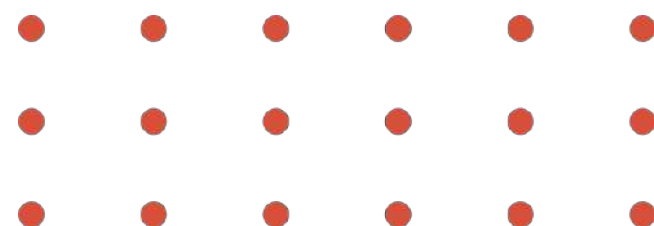
1. В малки групи определете проблем, свързан с устойчивостта във вашия район (напр. разхищаване на храна, енергийна неефективност).
 2. Създайте основен план за действие или прототип на продукт.
 3. Представете идеята си за 2 минути пред останалата част от класа или групата.
- 



Оценяване

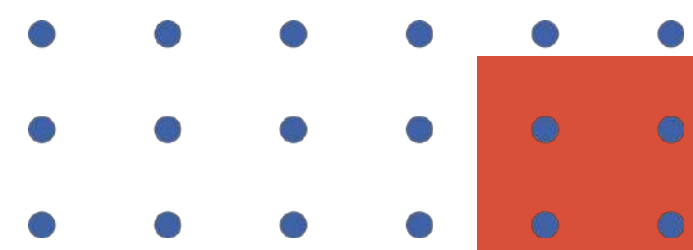
Компонентът за оценяване в този модул е предназначен да даде възможност на участниците да поемат отговорност за своя образователен път и да оценят способността си да се ангажират с работа, ориентирана към устойчивостта. Участниците ще попълнят кратка индивидуална рефлексия, в която ще анализират едно „зелено“ умение, което са открили по време на модула, как то се отнася към бъдещата им работа и как могат да го развият по-нататък.

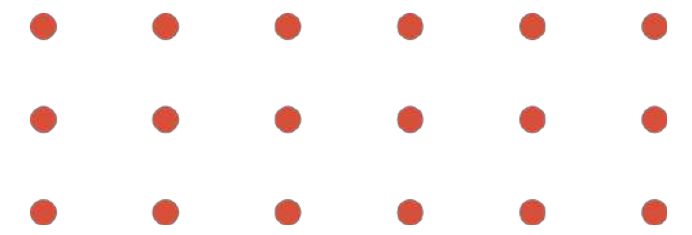
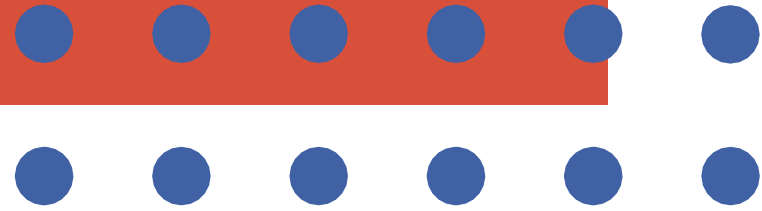
Освен това груповите презентации от „Зеления хакатон“ ще служат като практическа демонстрация на съвместни иновации и зелено мислене, което ще позволи на фасилитаторите да оценят разбирането, креативността и работата в екип. Модулът насърчава както самооценката, така и взаимната оценка, за да затвърди идеята, че усвояването на зелени умения е непрекъснат и адаптивен процес.



Размисъл

Рефлексията играе ключова роля, като помага на участниците да осъзнаят значението на „зелените“ умения и да си представят как тези компетенции могат да бъдат приложени в ежедневието и бъдещата им кариера. Участниците ще бъдат водени през структурирана сесия за рефлексия, в която ще проучат личната си връзка с устойчивостта, ще определят една промяна, която могат да внесат в начина си на живот или в общността си, и ще набележат първата стъпка към по-екологична кариера или инициатива. Целта е да се изгради не само осведоменост, но и лична мотивация и чувство за смисъл в приноса към „зеления“ преход.





Въпроси за размисъл

- Как зелените умения съответстват на моите лични ценности и цели?
- Какво ме изненада най-много в пазара на зелени работни места?
- Какви зелени умения вече използвам, дори и несъзнателно?
- Как мога да интегрирам устойчивото мислене в ежедневието или професионалния си живот?
- Кой ме вдъхновява като лидер в областта на опазването на околната среда или като инициатор на промени?





SHIELD

БЛАГОДАРЯ

ЗА ВАШЕ ВНИМАНИЕ!

СТРАТЕГИИ И ИНТЕРАКТИВНО ОБУЧЕНИЕ ЗА ОПТИМИЗИРАНЕ НА ЕНЕРГИЯТА И ЗДРАВЕТО

Идентификационен номер на проекта: 2023-2-EL02-KA220-YOU-000182904

МОДУЛ 7: ЗЕЛЕНИ УМЕНИЯ ЗА БЪДЕЩАТА РАБОТНА СИЛА



Финансиран от Европейския съюз. Изразените възгледи и мнения обаче са само на автора/авторите и не отразяват непременно тези на Европейския съюз или на Фондацията за младежта и ученето през целия живот (INEDIVIM). Нито Европейският съюз, нито отпусащият орган могат да бъдат държани отговорни за тях.



Co-funded by
the European Union



SHIELD

СТРАТЕГИИ И ИНТЕРАКТИВНО ОБУЧЕНИЕ ЗА ОПТИМИЗИРАНЕ НА ЕНЕРГИЯТА И ЗДРАВЕТО

ИДЕНТИФИКАЦИОНЕН НОМЕР НА ПРОЕКТА: 2023-2-EL02-KA220-YOU-000182904

МОДУЛ 8: УЧЕНЕ ЧРЕЗ ИГРА ЗА ПО-ЗДРАВΟΣЛОВНА ПЛАНЕТА



Co-funded by
the European Union

СЪДЪРЖАНИЕ

● ● 01 Общ преглед на модула

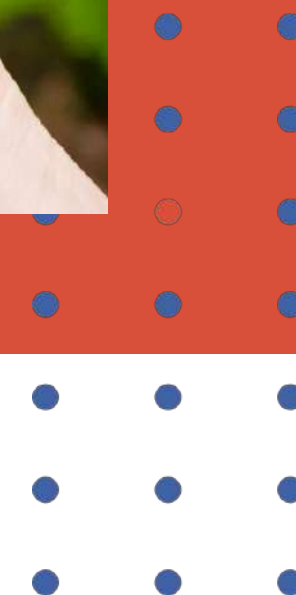
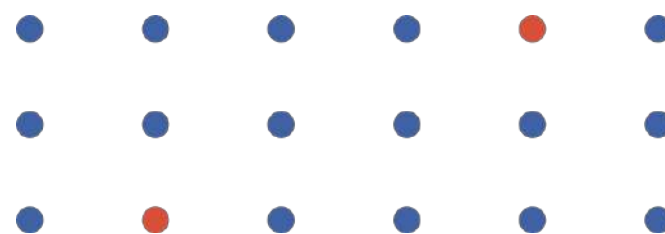
● ● 02 Резултати от обучението по модула

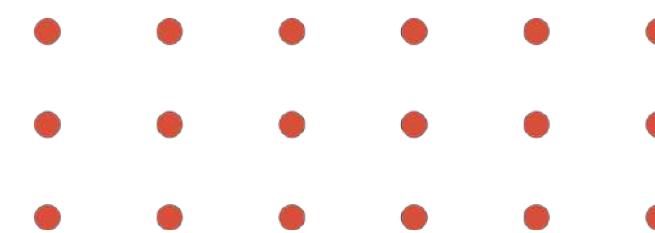
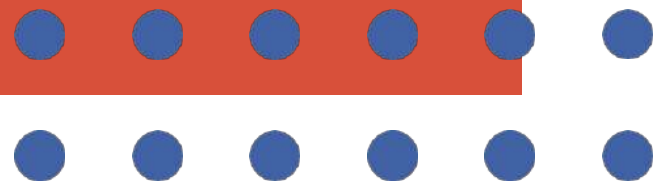
● ● 03 Раздел 1 – Основи на ученето чрез играта „ “

● ● 04 Раздел 2 – Игра за устойчивост и екологично здраве

05 Раздел 3 – Проектиране на игриви интервенции за промяна

06 Оценяване и размисъл

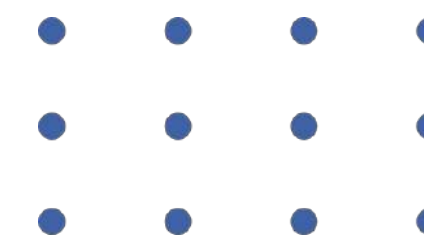


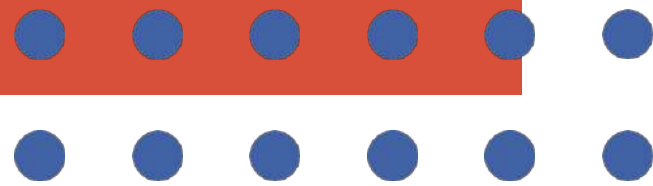


ОБЩ ПРЕГЛЕД НА МОДУЛА

Този модул представя ученето чрез игра като творчески и ефективен начин за повишаване на осведомеността относно устойчивостта, здравето на околната среда и отговорните навици. Той показва как интерактивните и игрови методи – като ролеви игри, предизвикателства и групови дейности – могат да направят сложните теми по-лесни за разбиране и по-увлекателни, особено за младите хора.

Чрез съчетаването на забавлението с ученето тези подходи спомагат за развитието на критично мислене, сътрудничество и лична отговорност. Участниците ще разгледат как ученето чрез игра може да доведе до реална промяна в поведението, като подпомага по-здравословните избори както за отделните хора, така и за общностите. Чрез практически, интерактивни упражнения този модул подчертава как ученето чрез игра може да бъде мощен инструмент за вдъхновяване на действие и задълбочаване на екологичната осведоменост.





РЕЗУЛТАТИ ОТ ОБУЧЕНИЕТО

До края на този модул участниците ще:

- Разбират принципите на ученето чрез игра и ученето, базирано на игри, в екологичното образование.
- Идентифицират как играта и геймификацията могат да повлияят на поведението и да насърчат устойчив и здравословен начин на живот.
- Проектират или участват в игриви дейности, които насърчават про-екологични действия и благополучие.
- Размишляват върху емоционалните, когнитивните и социалните ползи от ученето чрез игра за отделните лица и общностите.





РАЗДЕЛ 1 – ОСНОВИ НА УЧЕНОТО „ ЧРЕЗ ИГРА, ОСНОВАНА НА ИГРИ ()

Основни дефиниции:

- Учене чрез игра: Педагогически подход, който използва игри и игрови методи, за да ангажира учащите и да насърчи изследването, решаването на проблеми и сътрудничеството.
- Учене чрез игри (GBL): Използване на структурирани игри (цифрови или физически) за подпомагане на образователните цели.
- Обучение чрез опит: Придобиване на знания чрез практически опит и активно участие.



КЛЮЧОВИ КОНЦЕПЦИИ

- Играта повишава ангажираността и подобрява паметта
Когато ученето е забавно, хората остават ангажирани – и запомнят повече.
- Въображението и експериментирането са важни
Играта насърчава творчеството, любопитството и активното учене.
- Безопасни пространства за опити и грешки
Учениците имат пространство , за да изследват, да правят грешки, и да отново без страх.
- Игри, геймификация и учене чрез игра
Образователните игри обучават чрез игра.
- Геймификацията добавя игрови елементи към ученето. Игровото учене е с отворен край и се основава на открития



АКТИВНОСТ 1: GREACTIVITY 1: СЪЗДАВАНЕ НА ПРОФИЛ ЗА ИГРА И САМООЦЕНКА НА УМЕНИЯТА

Цел: Открийте предпочитаните от вас стилове на игра и как те влияят върху ученето ви

Инструкции:

1. Попълнете кратък въпросник, за да определите своя „тип играч“ (изследовател, постигащ, сътрудник и др.).
2. В малки групи сравнете резултатите и обсъдете как стилът ви на игра влияе върху начина, по който се ангажирате с теми, свързани с околната среда или здравето.
3. Помислете как тази информация може да ви помогне да проектирате или изберете по-добри учебни дейности.



РАЗДЕЛ 2 – ИГРА ЗА УСТОЙЧИВОСТ И ЗДРАВЕ НА ОКОЛНАТА СРЕДА

Основни дефиниции

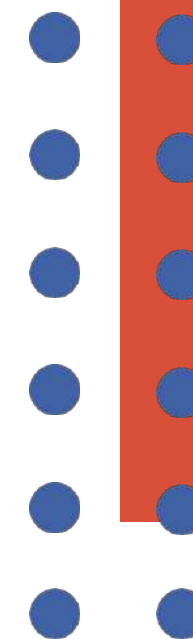
- Екологична грамотност: Разбиране на екологичните системи и човешкото въздействие върху тях.
- Промяна в поведението чрез игра: Използване на игрови механизми за насърчаване на нови навици и действия, свързани с „ “.
- Екологична симулация: Игри, които моделират реални екологични системи или предизвикателства.





Ключови концепции

- Как забавните преживявания могат да задълбочат осведомеността по сложни въпроси като климатичните промени, замърсяването, биоразнообразието и енергопотреблението
- Силата на разказването на истории, ролевите игри и симулациите за изграждане на емпатия
- Играта като място за репетиция на отговорни действия и решаване на проблеми



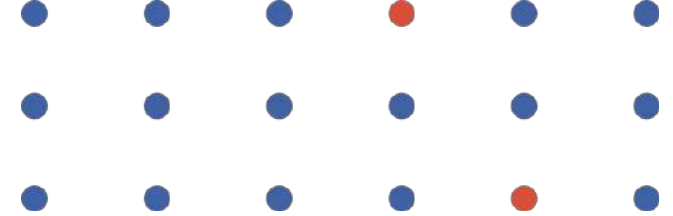


ДЕЙНОСТ 2: ИГРАТА ЗА КЛИМАТА

Цел: Да се изпита взаимосвързаността на решенията, свързани с околната среда

Инструкции:

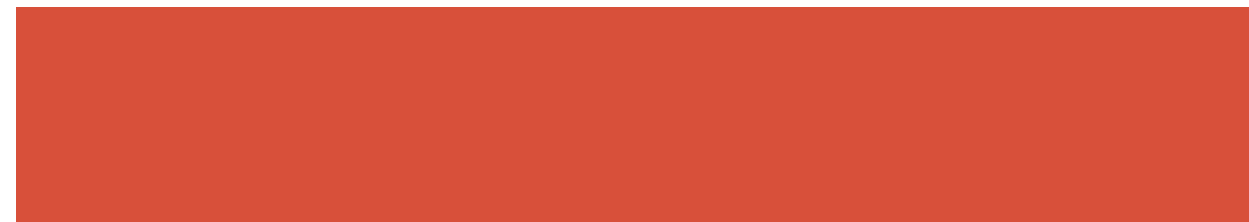
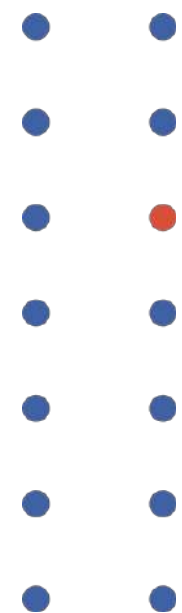
1. Участвайте в групова симулация, в която играчите правят избор относно използването на енергия, транспорта, селското стопанство и др.
2. Проследете как изборите на всяка група се отразяват на глобалните емисии, биоразнообразието и здравето на общността.
3. Направете обзор с размисъл върху компромисите, сътрудничеството и системното мислене.



РАЗДЕЛ 3 – ПРОЕКТИРАНЕ НА ЗАБАВНИ ИНТЕРВЕНЦИИ ЗА ПРОМЯНА В ОБЩНОСТТА ()

Основни дефиниции

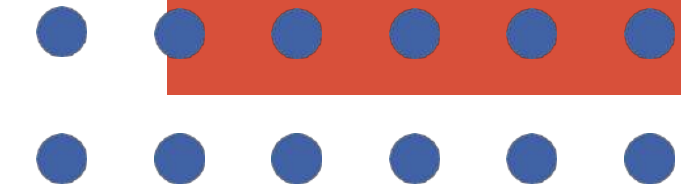
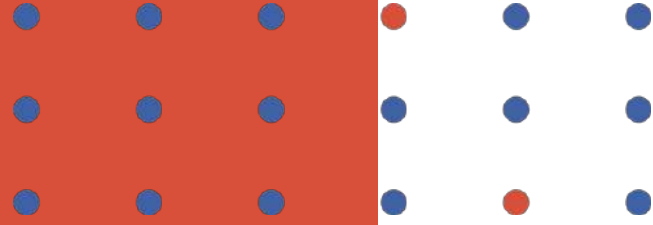
- Едутейнмънт: Комбиниране на образование с развлечение, за да се направи ученето по-достъпно и въздействащо.
- Геймификация: Прилагане на игрови елементи (например точки, предизвикателства, индикатори за напредък) в неигрови контексти.
- Участие в проектирането: Включване на учащите в създаването на игри и дейности за по-дълбоко ангажиране.





Ключови концепции

- Ефектът „учене чрез практика“ в образованието за устойчивост
- Проектиране на инклузивни игри с ниска или без технологична сложност за използване в общността
- Интегриране на физическа активност, творчество и работа в екип в обучението чрез игри

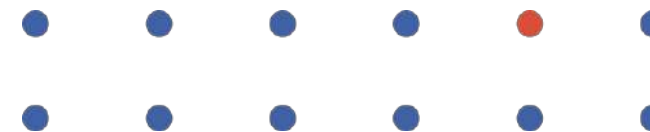


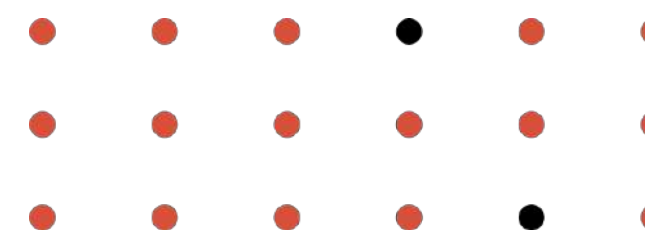
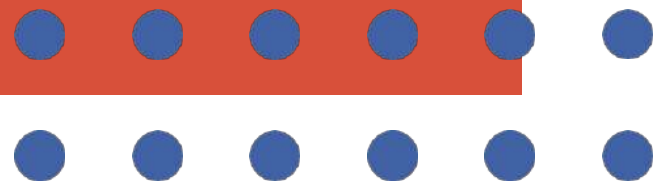
ДЕЙНОСТ 3: ГЕЙМ ДЖЕМ ЗА ПЛАНЕТАТА

Цел: Съвместно създаване на игра или забавна дейност, която популяризира посланието за устойчивост

Инструкции:

1. Сформируйте малки екипи и обсъдете идеи за проста игра за екологично образование.
2. Начертайте правила, роли, цели и основна сюжетна линия.
3. Тествайте дейността и я представете пред другите екипи, за да получите обратна връзка и да я подобрите.





Оценяване

Оценяването в този модул е предназначено да прецени колко ефективно участниците могат да усвоят концепцията за учене чрез игра и да я превърнат в значими действия. Участниците ще бъдат оценявани чрез двукомпонентна стратегия: първо, чрез участие в дейността „Game Jam for the Planet“, където те съвместно създават и представят игра или интерактивна дейност на тема устойчивост. Това ще послужи за оценка на тяхната работа в екип, креативност, разбиране на екологични теми и способност да прилагат игрови стратегии.

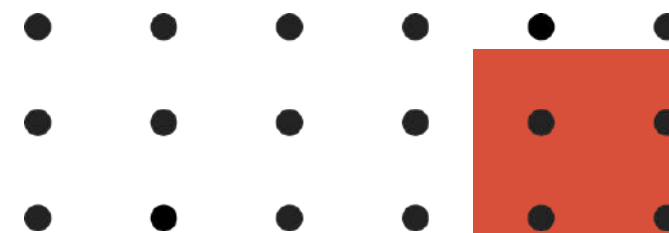
Второ, участниците ще представят кратък рефлексивен дневник, в който описват едно ключово прозрение, което са придобили от участието си в игровото учене – по-специално как то е повлияло на мотивацията им да възприемат или насърчават по-здравословни и по-устойчиви поведения. Този комбиниран подход за оценяване гарантира, че се отразяват както придобиването на знания, така и емоционалната ангажираност, като се признава стойността на игровото учене не само като образователен инструмент, но и като двигател за промяна.



Рефлексия

Рефлексията в този модул насърчава участниците да спрат за момент и да обмислят как емоционалните, физическите и интелектуалните елементи на играта могат да оформят тяхното пътуване в ученето и действията им, свързани с околната среда. Играта има силата да направи сериозните теми достъпни и лични, като помага на хората да се свържат с глобални проблеми като климатичните промени или общественото здраве по начин, с който могат да се идентифицират.

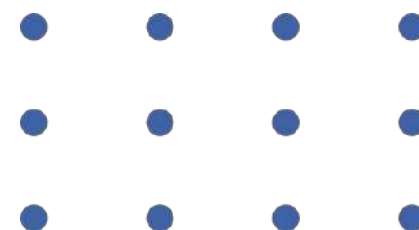
Участниците ще бъдат поканени да размислят как игривите дейности са събудили любопитството им, променили са гледните им точки или са им помогнали да си сътрудничат по-ефективно. Те ще бъдат помолени също така да обмислят как биха могли да интегрират игривото учене в своя собствен контекст – било то чрез работилници, училищни проекти, младежки групи или дигитално съдържание. В крайна сметка тази рефлексия има за цел да разкрие трансформацията потенциал на ученето чрез игра и да помогне на участниците да се възприемат не само като учащи се, но и като фасилитатори на промяна чрез игра.





Въпроси за размисъл

- Как играта повлия на моето разбиране за устойчивостта или здравето?
- Какво момент по време модула модул се най- увлекателен или даващ увереност, и защо?
- Как може да да използвам игриви обучение в училище училище, работното място, или общността?
- Какви емоционални реакции предизвика играта у мен – и как те биха могли да повлияят на поведението ми?
- Ако имах неограничено време и ресурси, каква игра бих създавал за по-здравословна планета?





SHIELD

БЛАГОДАРЯ

ЗА ВАШЕ ВНИМАНИЕ!

СТРАТЕГИИ И ИНТЕРАКТИВНО ОБУЧЕНИЕ ЗА ОПТИМИЗИРАНЕ НА ЕНЕРГИЯТА И ЗДРАВЕТО

Идентификационен номер на проекта: 2023-2-EL02-KA220-YOU-000182904

МОДУЛ 8: УЧЕНЕ ЧРЕЗ ИГРА ЗА ПО- ЗДРАВΟΣЛОВНА ПЛАНЕТА



Финансирано от Европейския съюз. Изразените възгледи и мнения обаче са само на автора/авторите и не отразяват непременно тези на Европейския съюз или на Фондацията за младежта и ученето през целия живот (INEDIVIM). Нито Европейският съюз, нито отпусащият орган могат да бъдат държани отговорни за тях.





SHIELD

СТРАТЕГИИ И ИНТЕРАКТИВНО ОБУЧЕНИЕ ЗА ОПТИМИЗИРАНЕ НА ЕНЕРГИЯТА И ЗДРАВЕТО

ИДЕНТИФИКАЦИОНЕН НОМЕР НА ПРОЕКТА: 2023-2-EL02-KA220-YOU-000182904

МОДУЛ 9: ОТ ЗНАНИЕ КЪМ ДЕЙСТВИЕ: ПРОЕКТИРАНЕ НА ВАШИЯ ПРОЕКТ ЗА ВЪЗДЕЙСТВИЕ

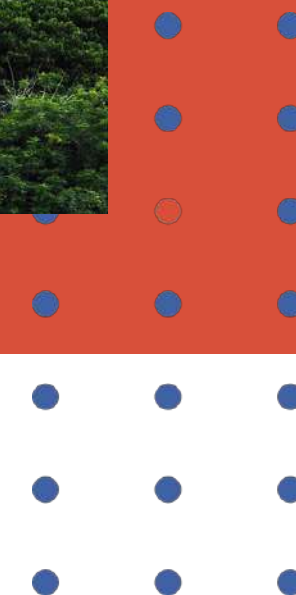
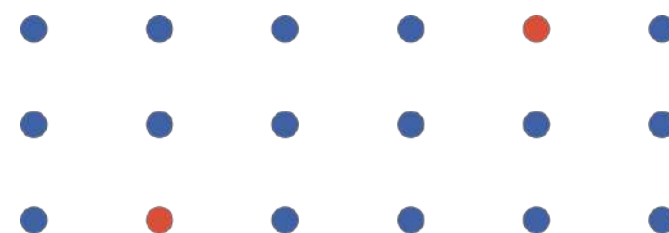


Co-funded by
the European Union

СЪДЪРЖАНИЕ

- 01 Общ преглед на модула
- 02 Резултати от обучението по модула
- 03 Раздел 1 – Разбиране на цикъла на действие
- 04 ” “
Раздел 2 – Проектиране с цел и прецизност

- 05 Раздел 3 – Представяне, стартиране и ръководене
- 06 Оценка и размисъл





ОБЩ ПРЕГЛЕД НА МОДУЛА

Този модул подпомага участниците да превърнат наученото по време на програмата SHIELD в значимо въздействие в реалния свят. Той се фокусира върху проектно-базираното обучение като метод за превръщане на идеите в действие – помагайки на участниците да преминат от теорията към практиката чрез проектиране и стартиране на свои собствени инициативи за устойчивост и благополучие.

Участниците ще бъдат насочвани през всеки етап от процеса: от определянето на нужда на общността или лична страст, през формулирането на ясни цели, изготвянето на проектен план, до очертаването на измерими резултати. Акцентът ще бъде поставен върху създаването на проекти, които са реалистични, актуални за местния контекст и способни да допринесат за осезаема промяна.

Използвайки интерактивни инструменти, шаблони и сътрудничество с колеги, участниците ще придобият увереност в области като планиране, управление на времето, картографиране на ресурсите и ангажиране на общността. Те също така ще получат структурирани възможности да дават и получават обратна връзка, което ще им помогне да усъвършенстват идеите си и да укрепят окончателните си предложения за проекти.

В края на модула всеки участник ще си тръгне с добре разработен проектен план – готов за изпълнение или представяне пред заинтересованите страни. Целта е не само да се предоставят на участниците практически умения, но и да се предизвика чувство за принадлежност, инициативност и дългосрочна ангажираност към устойчивостта и благоденствието на общностно ниво.

РЕЗУЛТАТИ ОТ ОБУЧЕНИЕТО

До края на този модул участниците ще:

- Разберат как да идентифицират предизвикателствата пред общността и възможностите за въздействие върху устойчивостта.
- Придобият инструменти и рамки за разработване на малки проекти за действие.
- Разработят проектен план с ясни цели, заинтересовани страни и срокове.
- Укрепят увереността си в ръководенето на инициативи и мобилизирането на другите за промяна.

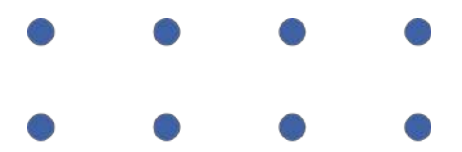




РАЗДЕЛ 1 – РАЗБИРАНЕ НА ЦИКЪЛА НА ДЕЙСТВИЕ „ “

Основни дефиниции:

- Проект с въздействие: Инициатива, фокусирана върху общността, която има за цел да създаде положителна, измерима промяна в конкретна област.
- Теория на промяната: Рамка , която съпоставя как конкретни действия ще доведат до желаните резултати.
- Заинтересована страна: Всяко лице, група или организация, засегнато от или участващо в даден проект.





КЛЮЧОВИ КОНЦЕПЦИИ

- От осъзнаване към действие: преодоляване на различията

Самото осъзнаване не е достатъчно – промяната изисква ясни пътища към действие. Даване на възможност на отделните лица и общностите да поемат инициативата е ключът към превръщането на разбирането в въздействие.

- Цикълът на планиране, действие, оценка и усъвършенстване

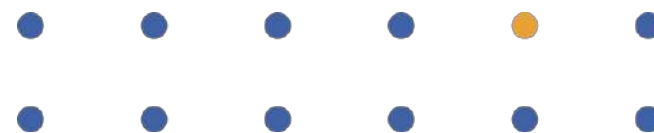
Устойчивата промяна следва повтарящ се процес. Планирането води до действие, което след това се оценява, за да се идентифицират поуки и подобрения, като по този начин инициативите остават ефективни и адаптивни.

- Значението на местния контекст и житейския опит

Местните реалности и ежедневиият опит са от значение. Адаптирането на действията към конкретните нужди на общността гарантира уместност, доверие и ефективност в реалния свят.

- Проектиране със, а не само за общностите

Включването трябва да надхвърля рамките на консултациите. Ангажирането на общностите като сътворци носи по-дълбоки прозрения, укрепва чувството за принадлежност и води до по-устойчиви резултати.





ДЕЙНОСТ 1: БРЕЙНСТОРМИНГ ЗА МЕСТНИ ПРЕДИЗВИКАТЕЛСТВА

Цел: Да определите основните предизвикателства и възможности във вашата общност

Инструкции:

1. Използвайте шаблона „Дърво на проблемите“, за да очертаете местен проблем.
2. Определете основните причини и видимите последици.
3. Споделете с колегите си и обмислете върху какво можете да повлияете или какво можете да разрешите.



РАЗДЕЛ 2 – ПРОЕКТИРАНЕ С ЦЕЛ И ПРЕЦИЗНОСТ

Основни дефиниции

- SMART цели

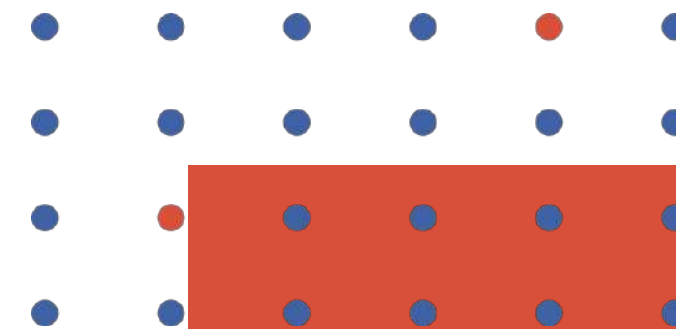
Поставете цели, които са конкретни, измерими, постижими, значими и обвързани с конкретен срок. Това придава яснота и фокус на проекта ви и ви дава възможност да следите напредъка.

- Ресурси

Определете хората, материалите, уменията и средствата, от които се нуждаете. Знанието за това, което е на разположение – и какво липсва – ви помага да планирате реалистично и да действате ефективно.

- График

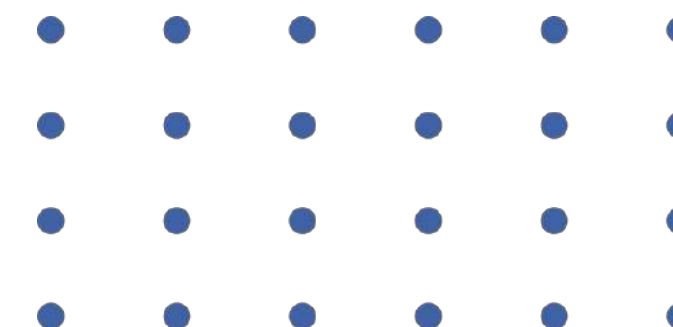
Разделете проекта си на ясни етапи с конкретни срокове. Добре структурираният график поддържа динамиката и помага на всички да работят в синхрон.





Ключови концепции

- **Поставяне на ясни и постижими цели**
Определете как изглежда успехът още от самото начало. Фокусираните, реалистични цели помагат да запазите проекта си реалистичен и дават на екипа ви нещо конкретно, към което да се стреми.
- **Определяне на заинтересованите страни и съюзниците**
Разберете кои са засегнатите, кои могат да ви подкрепят и кои трябва да бъдат ангажирани. Изграждането на взаимоотношения в ранна фаза засилва въздействието и помага за създаването на общо чувство за ангажираност.
- **Идентифициране на рискове и резервни планове**
Всеки проект е свързан с несигурност. Предвиждайте потенциалните препятствия и разработвайте планове за действие при извънредни ситуации, за да бъдете подготвени и устойчиви.
- **Изготвяне на бюджет и управление на ограничените ресурси**
Бъдете стратегически с това, което имате. Ясен бюджет, съобразен с целите на „ “, гарантира, че можете ефективно да определяте приоритетите си и да избегнете изненади по пътя.





ДЕЙНОСТ 2: КАНВАС ЗА ПРОЕКТЕН ПЛАН

Цел: Изгответе основен план за вашия проект с обществено значение

Инструкции:

1. Попълнете работния лист „Project Canvas“ (шаблонът е предоставен).
2. Определете целта, целевата аудитория, ресурсите и графика на проекта си.
3. Представете го на партньор за обратна връзка и усъвършенстване.

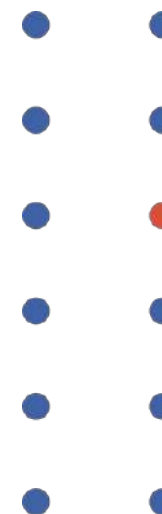


РАЗДЕЛ 3 – ПРЕЗЕНТАЦИЯ, СТАРТИРАНЕ, УПРАВЛЕНИЕ НА „ “ И ” “

Основни определения

Застъпничество: Публична подкрепа за идея или кауза.

- Мобилизация: Обединяване на хора за предприемане на координирани действия.
- Устойчивост (на проект): Гарантиране, че въздействието или резултатите от проекта ще продължат във времето.





Ключови концепции

- Как да създадете кратко представяне на проекта си
Обобщете проекта си за 30–60 секунди: какъв проблем разглеждате, как го решавате и защо е важен? Бъдете ясни, убедителни и съобразени с вашата аудитория.
- Стратегии за ангажиране на общността и набиране на доброволци
Срещайте се с хората там, където се намират. Използвайте приобщаващ език, изграждайте доверие чрез прозрачност и създавайте значими роли за доброволците, които съответстват на техните интереси и умения.
- Измерване на успеха: резултати срещу постижения
Резултатите са това, което правите (например проведени събития, създадени материали), докато крайните резултати са промяната, която създавате (например повишена осведоменост, промени в поведението). Проследяването и на двете дава по-пълна картина на вашето въздействие.
- Разкажете историята си: Използвайте медиите и социалните платформи, за да разпространите посланието си
Споделете истински гласове, визуални материали и важни моменти. Изберете платформи, които вашата целева аудитория използва, и създайте съдържание, което вдъхновява, информира и приканва към участие.



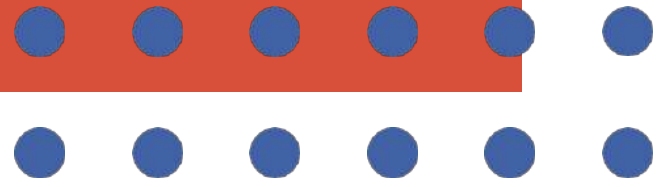
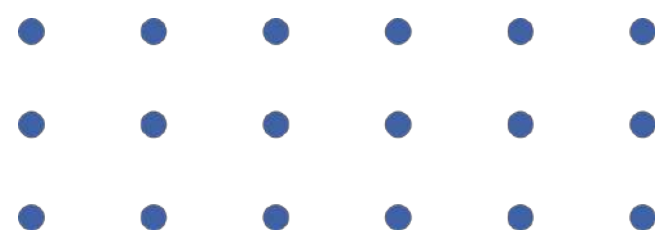


ДЕЙНОСТ 3: ПРЕДСТАВЕТЕ ПРОЕКТА СИ

Цел: Представете убедително 2-минутно представяне на вашия проект за въздействие

Инструкции:

1. Подгответе кратко представяне, като използвате вашия Project Canvas.
2. Представете го пред групата (или малките екипи).
3. Получавайте конструктивна обратна връзка и предложения от колеги и фасилитатори.

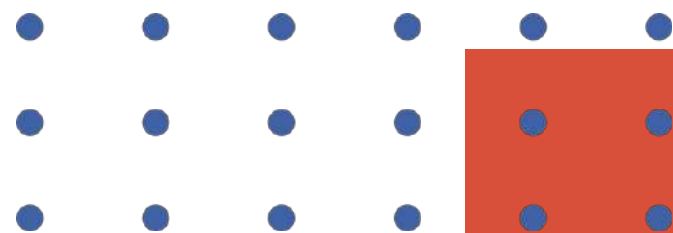


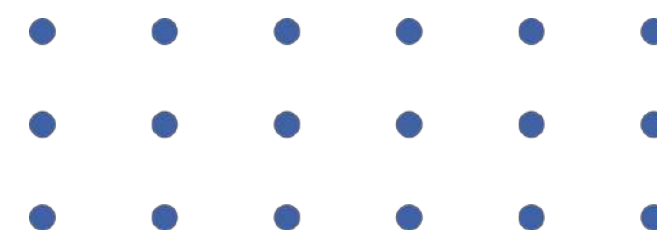
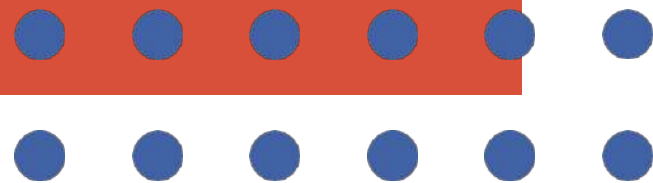
Оценяване

Оценяването за този модул набляга на превръщането на теоретичните знания в стратегия, която може да бъде приложена на практика. От участниците се очаква да представят добре разработен план за проект с въздействие, като използват инструментите, разгледани в часовете (Дърво на проблемите, Проектен канвас, Времева линия).

Този план трябва да очертава целите на проекта, целевите бенефициенти, ключовите действия, необходимите ресурси и методите за измерване на въздействието. В допълнение към плана, участниците ще представят 2-минутна презентация, която тества способността им да комуникират своята визия ясно и убедително.

Фасилитаторите ще оценят както писмената, така и устната част въз основа на яснота, осъществимост, иновативност и съответствие с целите за устойчивост. Този формат на двойна оценка гарантира, че обучаващите се не само са оборудвани с инструменти за проектиране, но и с техните умения, необходими за лидерство и застъпничество в реални ситуации.

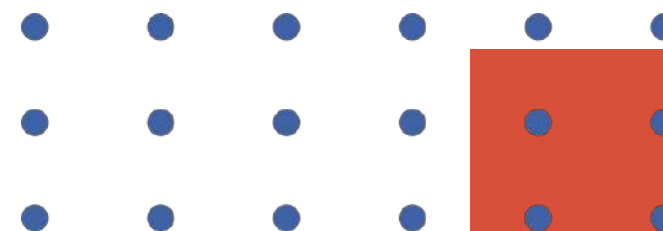


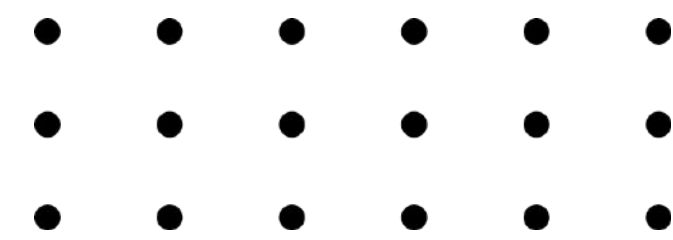
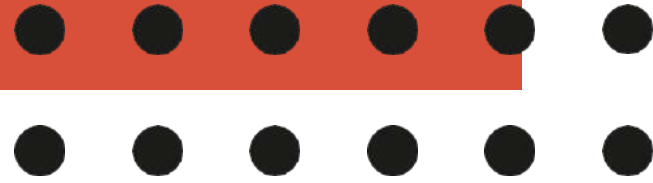


Рефлексия

Размисълът в този модул служи като мост между вътрешния растеж и външните действия. Участниците са поканени да обмислят как знанията, увереността и вдъхновението, които са придобили чрез SHIELD, могат сега да бъдат насочени към значимо и измеримо въздействие. Те ще проучат какво ги мотивира да действат, какви страхове или съмнения могат да ги възпрепятстват и как си представят своя принос към по-здравословен и по-устойчив свят.

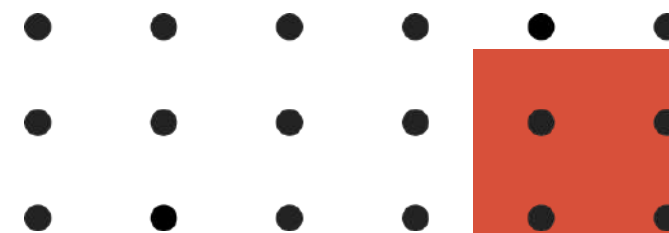
Чрез водено водене на дневник или кръгове за диалог, учащите ще формулират лично „изявление за въздействието“ – декларация за промяната, която желаят да направят, и защо тя е важна. Това размишление дава възможност на участниците да продължат напред не само с план за проект, но и с чувство за идентичност и цел като носители на промяна.





Въпроси за размисъл

- Какви лични преживявания или интереси ме вдъхновиха за идеята за моя проект?
- Какви предизвикателства предвиждам при превръщането на идеята ми в действие – и как мога да ги преодоляя?
- Кой мога да ангажирам, за да подкрепи и поддържа моята инициатива?
- Как дефинирам „въздействие“ и как ще разбера, че съм го постигнал?
- Как опитът с SHIELD промени начина, по който се възприемам като лидер?





SHIELD

БЛАГОДАРЯ

ЗА ВАШЕ ВНИМАНИЕ!

СТРАТЕГИИ И ИНТЕРАКТИВНО ОБУЧЕНИЕ ЗА ОПТИМИЗИРАНЕ НА ЕНЕРГИЯТА И ЗДРАВЕТО

ИДЕНТИФИКАЦИОНЕН НОМЕР НА ПРОЕКТА: 2023-2-EL02-KA220-YOU-000182904

МОДУЛ 9: ОТ ЗНАНИЕ КЪМ ДЕЙСТВИЕ: ПРОЕКТИРАНЕ НА ВАШИЯ ПРОЕКТ ЗА ВЪЗДЕЙСТВИЕ



Финансиран от Европейския съюз. Изразените възгледи и мнения обаче са само на автора/авторите и не отразяват непременно тези на Европейския съюз или на Фондацията за младежта и ученето през целия живот (INEDIVIM). Нито Европейският съюз, нито отпусащият орган могат да бъдат държани отговорни за тях.



5. Заключение

5.1 Обобщение на ключовите изводи

Инструментариумът SHIELD е инструмент за преподаване, променящ парадигмата, който позволява на младите хора да станат ефективни, активни и устойчиви двигатели на промяната. Чрез деветте модула на инструментариума, на студентите се предоставя цялостно разбиране за взаимосвързаната, развиваща се динамика между енергийните системи, екологичната устойчивост и физическото и психическото благополучие.

Участниците не само получават теоретични знания, но и се учат да мислят критично за глобални и локални проблеми. Те могат да анализират последиците от потреблението на енергия, да идентифицират социалните детерминанти на здравето и да оценят как изменението на климата влияе върху благосъстоянието – особено на тези, които са най-застрашени. Тази холистична перспектива създава системно мислене, необходимо за положителни действия.

Инструментът развива и зелени и дигитални компетенции.

Студентите се учат да използват онлайн платформи, инструменти за комуникация и интерактивни медии, за да улеснят устойчивото поведение и да обменят знания. Те изучават нови технологии и поведения, които могат да допринесат за енергийния преход и климатичната устойчивост, придобивайки съответните практически умения за лично, образователно и професионално развитие.

По-специално, SHIELD насърчава култура на благополучие, емпатия и емоционална грамотност. Модулите са предназначени да създадат самосъзнание, да намалят стреса и да изградят позитивно психично здраве чрез съвместно обучение и рефлексивна практика. Този акцент гарантира, че участниците са не само подготвени да се справят с външни проблеми, но и са способни да се грижат за себе си и за другите.

Чрез интегриране на придобиване на знания, развиване на умения и активно гражданство, инструментариумът SHIELD в крайна сметка подготвя младите хора да поемат отговорност за проекти, които насърчават устойчив начин на живот, социална справедливост и равенство в здравеопазването. Той превръща обучението в мост, който води до положителна промяна в света, така че участващите да се чувстват овластени от способността си да направят света по-здрав и по-зелен.

5.2 Следващи стъпки и продължаващо сътрудничество

Завършването на модулите на SHIELD Toolkit бележи само началото на едно много по-голямо пътешествие на продължаваща екологична и здравна защита. Участниците се насърчават да останат ангажирани в проекта и да използват придобитите знания, за да постигнат трайно въздействие в своите общности и извън тях. Една от най-силните последващи стъпки е разпространението на вашия групов или личен проект за въздействие в по-голямата мрежа на SHIELD. Чрез публикации в блогове, кратки видеоклипове или кампании в социалните медии, представянето на вашите проекти мотивира другите и допринася за нарастващо движение на промени, водени от младежите, в цяла Европа.

Участниците са поканени и да станат лидери, като водят местни семинари или сесии между връстници, използвайки модулите на SHIELD. По този начин придобитите знания продължават да се разпространяват, достигайки до нова аудитория и насърчавайки други млади хора да изследват връзката между енергията и здравето.

Активното членство в онлайн общността на SHIELD улеснява продължаващото обучение и работата в мрежа. Завършилите могат да поддържат връзка с най-новите развития в устойчивостта, психичното здраве и младежката работа чрез дискусии, уебинари и обмен на ресурси. Онлайн сайтовете предоставят и възможност за сътрудничество с връстници, съвместно проектиране на нови проекти и участие в международни проекти.

Освен това, участниците в SHIELD се насърчават да останат ангажирани чрез предстоящи уебинари, състезания и удължаване на проекти. Като останат ангажирани в екосистемата на програмата SHIELD, младежите могат да продължат да мащабират своето въздействие, да информират дискусиите по политиките и да продължат да се развиват като образовани и състрадателни лидери. Накратко, краят на инструментариума не е краят – това е началото на дългосрочен ангажимент за устойчив начин на живот, колективно благополучие и позитивна гражданска ангажираност.



СТРАТЕГИИ И ИНТЕРАКТИВНО
ОБУЧЕНИЕ ЗА ОПТИМИЗИРАНЕ
НА ЕНЕРГИЈАТА И ЗДРАВЕТО

ИНСТРУМЕНТАРИУМ

ПРОЕКТ N° : 2023-2-EL02-KA220-YOU-000182904

www.shield-project.eu



Co-funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the Youth and Lifelong Learning Foundation (INEDIVIM). Neither the European Union nor the granting authority can be held responsible for them.