



WEAR(E)ABLE

BEST DRESSED SUSTAINABLY

“WEAR(E)ABLE - BEST DRESSED SUSTAINABLY”

Erasmus+ project 2019-3-AT02-KA205-002603

REZULTAT PROJEKTU 3

PLAN WARSZTATÓW & INSTRUKCJE



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

SPIS TREŚCI

Słowo wstępu	3
1. Ramowy plan warsztatów i proces Design Thinking	5
1.1 Plan warsztatów 1 - wewnątrz	9
1.2 Plan warsztatów 2 – na zewnątrz	29
1.3 Plan warsztatów 3 - online.....	49
2. Dalsze ćwiczenia rozgrzewkowe i ice-breakery dla trybu online i offline	68
Bibliografia oraz strony internetowe.....	69

Słowo wstępu

Materiał ten został stworzony w ramach Rezultatu Projektu 3 w kontekście projektu "Wear(e)able - best dressed sustainably".¹ Głównym celem projektu jest zwiększenie świadomości i podjęcie konkretnych działań w celu zwalczania negatywnych skutków fast fashion wśród młodych ludzi, a w szczególności głównego problemu środowiskowego, jakim jest zanieczyszczenie mikroplastikiem.

Niniejszy materiał zawiera plan i instrukcje do warsztatów, których celem jest umożliwienie osobom pracującym z młodzieżą, nauczycielom i wychowawcom wspieranie młodych ludzi w podejmowaniu konkretnych, alternatywnych działań, w byciu kreatywnym i zaangażowanym, aby stać się wzorem do naśladowania i twórcą zmian wśród rówieśników w dziedzinie zrównoważonej odzieży.

Plany warsztatów zostały opracowane w procesie Design Thinking, aby zagwarantować, że spełniają one potrzeby grupy docelowej, którą w projekcie "Wear(e)able" są młodzi ludzie w wieku 15 - 19 lat.

Aby zwiększyć wpływ projektu, zachęcamy czytelników do wykorzystania materiału w szerokim środowisku edukacyjnym oraz dzielenia się i rozpowszechniania informacji o dostępnych rezultatach projektu:

- wytyczne dla grup fokusowych i wyniki projektów grup fokusowych w krajach
- interaktywna gra planszowa dla młodych ludzi ucząca o zrównoważonej modzie i najlepszych praktykach w tej dziedzinie
- materiały szkoleniowe "Jak ubierać się w sposób zrównoważony" dostępne w formacie PDF oraz w formie kursu online
- wskazówki dla osób pracujących z młodzieżą dotyczące tego, jak zainteresować ludzi tematem
- 8 kart promocyjnych dla "działań alternatywnych".
- wskazówki dla osób pracujących z młodzieżą i osób prowadzących kursy dla rówieśników dotyczące korzystania z platformy internetowej i szkolenia animatorów.
- plan warsztatów i instrukcje
- zestaw narzędzi do tworzenia trwałych ubrań - ZOBACZ - DOTKNIJ - POCZUJ
- strona internetowa projektu, na której można znaleźć materiały, odniesienia, linki:
<https://www.weareable-fashion.eu/de/>

¹ <https://www.weareable-fashion.eu/>

Materiał ten jest dostępny w 5 językach: niemieckim, litewskim, polskim, włoskim i angielskim; i można go pobrać za darmo na całym świecie. Może być on przetłumaczony na inne języki i może być zaadaptowany do innych celów edukacyjnych poza pracą z młodzieżą.

Dalsze wykorzystanie tego materiału jest dozwolone z podaniem źródła.

Projekt "Wear(e)able - best dressed sustainably" jest współfinansowany przez program Erasmus+² Unii Europejskiej, Key Action 2 - Partnerstwo strategiczne.

² https://ec.europa.eu/programmes/erasmus-plus/about_en

1. Ramowy plan warsztatów i proces Design Thinking

Unikanie tworzyw sztucznych jest istotną częścią ochrony klimatu i środowiska, jak pokazuje "Europejska strategia na rzecz tworzyw sztucznych"³ Komisji Europejskiej, której celem jest znaczne zmniejszenie ilości tworzyw sztucznych i mikroplastików we wszystkich dziedzinach.

Przemysł modowy w znacznym stopniu przyczynia się do zanieczyszczenia mikroplastikiem, podczas każdego cyklu prania znaczna ilość mikroplastiku przedostaje się do wody. Ze względu na szybko zmieniające się trendy i zmieniające się rozmiary ubrań (wzrost), w szczególności młodzi ludzie kupują dużą ilość ubrań po korzystnych cenach, ale tanie tekstylia są w większości wykonane z materiałów syntetycznych, tj. z tworzyw sztucznych. Ze względu na ich krótki okres użytkowania i ścieranie podczas prania, duże ilości plastiku i mikroplastiku są deponowane lub odprowadzane do morza. Ponadto marki odzieżowe - zwłaszcza w przypadku zwrotów online - niszczą niedrogą odzież syntetyczną poprzez spalanie, ponieważ koszty zniszczenia są niższe niż koszty zwrotu na rynek. Oznacza to ogromne niszczenie zasobów i zanieczyszczenie środowiska.

Aby zrealizować cel projektu "Wear(e)able", głównym założeniem warsztatów jest sprawienie, by młodzi ludzie stali się aktywnymi i świadomymi twórcami zmian w kierunku zrównoważonych wyborów odzieżowych. Z tego powodu działania warsztatowe oparte są na metodach edukacji nieformalnej⁴ i uczeniu się przez doświadczenie.

Proces Design Thinking⁵ okazał się być najbardziej odpowiednią metodą w celu stworzenia warsztatów, ponieważ opiera się on na podejściu skoncentrowanym na człowieku, więc główny nacisk można położyć na potrzeby, poglądy, nawyki i opinie ludzi. Na podstawie tych elementów projektanci zaczynają szukać rozwiązań, używając swojej wyobraźni, aby nie wykluczać żadnych możliwości⁶. Jest to jedna z najskuteczniejszych metod poszukiwania rozwiązań, poprzez identyfikację tego, co jest pożądane z punktu widzenia grupy docelowej, oraz poprzez połączenie kreatywności i zdolności do rozwiązywania problemów.

³ https://ec.europa.eu/info/research-and-innovation/research-area/environment/circular-economy/plastics-circular-economy_en

⁴ <https://pjp-eu.coe.int/en/web/youth-partnership/non-formal-learning>

⁵ <https://designthinking.ideo.com/>

⁶ Rob H., 'From what is to what if, unleashing the power of imagination to create the future we want', Chelsea Green Publishing, London, 2019

Ściśle rzecz biorąc, proces twórczy składa się z 5 kroków:

1. Wczuj się w sytuację

Etap ten polega na osiągnięciu głębokiego i szerokiego zrozumienia problemu poprzez obserwację, badania, wywiady, angażowanie i współodczuwanie z ludźmi, aby zrozumieć globalnie i analitycznie, jakie są ich doświadczenia, motywacje, sposoby myślenia i działania. Na tym etapie projektanci powinni znaleźć znaczenie i informacje nawet w tym, co "nie zostało powiedziane".

2. Zdefiniuj

Na tym etapie projektanci analizują informacje zebrane podczas "etapu empatii", odnajdując trendy, porządkując i syntetyzując dane w celu znalezienia głównych problemów. W tym momencie przydatna może być "mapa empatii", która pozwoli ułatwić rozumowanie w celu zdefiniowania problemu, lub inaczej mówiąc, wyzwania. Aby proces był skoncentrowany na człowieku, projektanci powinni zdefiniować problem w formie stwierdzenia problemu lub pytania-wyzwania. W naszym przypadku użyliśmy pytania "Jak moglibyśmy...?".



3. Pomyśl

Podczas "etapu pomysłowego", po zrozumieniu "persony" (lub użytkowników, lub grupy docelowej), ich potrzeb oraz wyzwania, nad którym mają pracować, projektanci zaczynają generować pomysły, myśleć "poza schematami", tworząc rozwiązania dla zdefiniowanego "wyzwania" (lub stwierdzenia problemu).



4. Prototyp

W tym etapie zespół projektowy tworzy przeskalowaną wersję produktu lub prototyp usługi. Celem projektanta jest tu identyfikacja najlepszego możliwego rozwiązania.

5. Test

Prototypy muszą być udostępniane i testowane zarówno w samym zespole, jak i w grupie osób odpowiadających grupie docelowej, poza zespołem projektowym. Na tym etapie, w oparciu o doświadczenia użytkowników, rozwiązania są akceptowane, odrzucane, poprawiane i ponownie testowane, w procesie pętli przez etap 4 i 5. W rzeczywistości, gdy wyniki testów uzyskają co najmniej 60% pozytywnych opinii, są one wykorzystywane do ulepszenia prototypu, gdy pozytywne wyniki są niższe niż 50%, dobrym pomysłem może być powrót do etapu 3 i wybranie innego rozwiązania. Czynność tę należy powtarzać aż do uzyskania 70% lub

80% pozytywnych opinii w fazie testowania. Zachęcamy czytelników do potraktowania tego etapu jako fundamentalnej części procesu doskonalenia własnych warsztatów zaprojektowanych tą metodą. Sposób, w jaki przeprowadzicie fazę testowania może zdecydować o Waszym sukcesie.

Metoda Design Thinking była bardzo użytecznym podejściem przy tworzeniu warsztatów. Wykorzystanie tego podejścia jest również sugerowane w przypadku chęci opracowania kolejnych warsztatów w tym obszarze tematycznym.

Proces Design Thinking w tworzeniu warsztatów Wear(e)able będzie teraz dalej rozwijany. Na etapie empatii zebraliśmy w sumie 7 wywiadów z młodymi ludźmi w wieku średnio 16 lat (2 Włochów, 1 Austriak, 2 Polaków i 2 Litwinów). Dokonaliśmy również dalszej analizy ustaleń z grup fokusowych w ramach Rezultatu Projektu 1⁷.

W konsekwencji pierwszego etapu, jedną z głównych rzeczy, które uznaliśmy za fundamentalne jako spostrzeżenia, były świadome i nieświadome potrzeby młodych ludzi:

- mieć przynajmniej pojęcie o tym, czym jest zrównoważony rozwój;
- zdekonstruować swój pogląd na zrównoważony rozwój jako coś "starego", "niekolorowego", "nieinnowacyjnego", "nudnego", co wymaga wiele czasu i wysiłku, by do tego dążyć;
- posiadać konkretne dane na temat wpływu przemysłu odzieżowego na środowisko;
- posiadać przynajmniej ogólne pojęcie o procesie produkcji odzieży i dynamice szybkiej mody;
- zdekonstruować przekonanie, że problemy zanieczyszczenia środowiska związane z przemysłem odzieżowym są czymś odległym od codziennego życia.

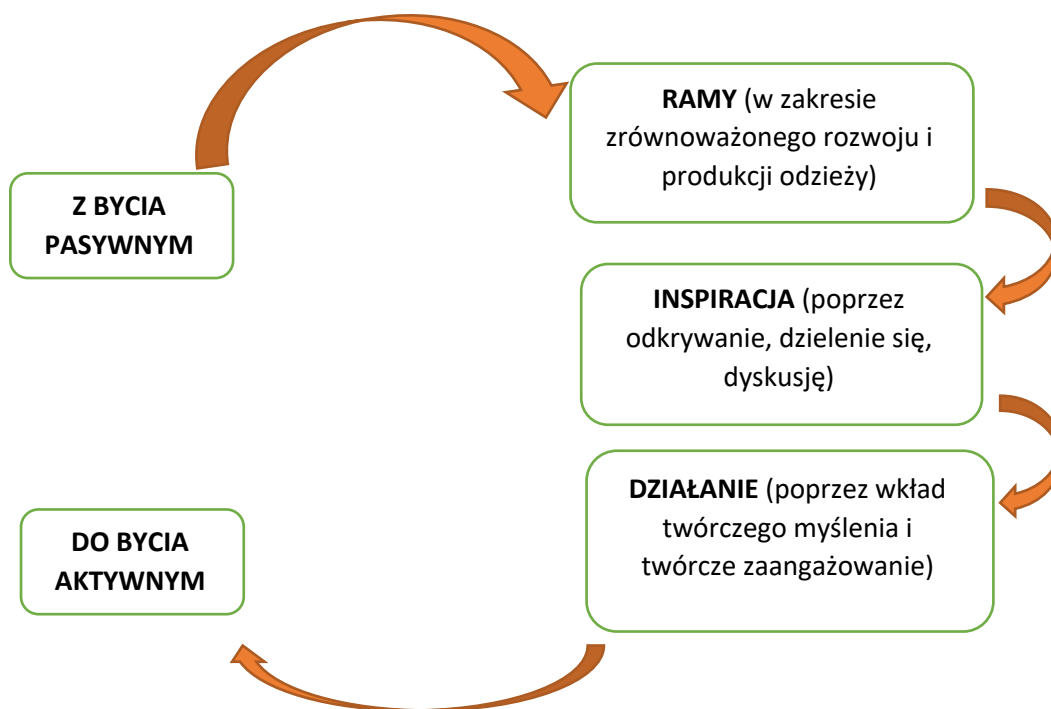


To skłoniło nas do głębokiej refleksji w drugim etapie, pojawiło się też wiele zagadnień do opracowania i jak wymaga tego proces, musieliśmy zidentyfikować obszar do pracy i określić źródła problemów. Wyniki tego etapu doprowadziły nas do ostatecznego określenia naszego "wyzwania" w następujący sposób: 'Jak możemy zainspirować młodych ludzi do zidentyfikowania zrównoważonych nawyków jako szansy dla nich i dla świata?'.

⁷<https://www.weareable-fashion.eu/resource-toolbox/>

Następnie przeszliśmy do etapu 3, w którym wygenerowaliśmy naprawdę wiele pomysłów i wkładu do działań, a w końcu przeszliśmy do etapu 4, aby stworzyć prototyp i zorganizować warsztaty z wykorzystaniem tych działań.

Proces przebiegł gładko, szczególnie dzięki wczesnemu określeniu ram przepływu nauki w trakcie etapu 2, które musieliśmy ustalić i sprecyzować, aby konkretnie znaleźć rozwiązanie naszego wyzwania. Przepływ ten można przedstawić w następujący sposób:



Na kolejnych stronach można znaleźć stworzone plany warsztatów.

W sumie opracowano trzy różne scenariusze warsztatów, po jednym dla każdego z nich: w zamkniętej przestrzeni, na zewnątrz i online.

Każdy warsztat składa się z trzech "dni", a każdy dzień składa się z różnych działań, które podążają za tokiem nauki przedstawionym powyżej.

Dla każdej fazy warsztatów podano szczegółowe instrukcje dotyczące przygotowania i realizacji, jak również przydatne wskazówki. Dodatkowo, w załącznikach znajdują się materiały do wykorzystania.

Kilka innych ogólnych szczegółów dotyczących realizacji warsztatów:

- cała procedura trwa około 12 godzin podzielonych na 3 różne dni i sugerujemy, aby pomiędzy jednym a drugim dniem było co najmniej 5/7 dni przerwy
- jest odpowiednia dla 5/10 uczestników, ale prowadzący mogą z łatwością pracować z większą grupą nawet 20/25 uczestników, aranżując pewne dostosowania do materiałów, czasu trwania, przestrzeni, itp.

- jest odpowiedni dla uczestników w wieku 15-19 lat (ale nawet 13-21/25)
- każdy dzień składa się z:
 - sesja początkowa/icebreaker
 - sesja główna (2 ćwiczenia + icebreaker, z wyjątkiem dnia 3)
 - sesja końcowa (2 ćwiczenia, z wyjątkiem dnia 3)

1.1 Plan warsztatów 1 - wewnątrz

DZIEŃ 1

(Podanie ram)

Starter/Icebreaker
Czas trwania: 45 min Cele dydaktyczne sesji: - wzajemne poznawanie się - budowanie zespołu - podejście do tematu w sposób bardzo pobieżny i oparty na grach - identyfikowanie oczekiwań - rozpoznawanie/identyfikowanie własnych opinii, nawyków, codziennej rutyny Materiały: papiery, kolorowe ołówki, taśma, sznurki, plakaty, karteczki samoprzylepne, małe klamerki (lub podobne), wydrukowane egzemplarze kwestionariusza (załącznik 1).
Gra imion Jeśli uczestnicy nie znają się nawzajem, warto na początek przeprowadzić kilka zabaw z imionami, ustawiając uczestników w kręgu, np: • Powiedz swoje imię i przymiotnik, którego pierwsza litera jest pierwszą literą samego imienia, np. "Jestem Marco - magik"; • Powiedz swoje imię i wykonaj jakiś ruch, a następnie wszyscy pozostali uczestnicy muszą go powtórzyć. Dynamika jest taka sama w obu grach: pierwszy uczestnik zaczyna od wypowiedzenia swojego imienia i przymiotnika (wykonania ruchu), następnie drugi, zanim wypowie swoje imię i przymiotnik (wykona ruch), musi powtórzyć imię i przymiotniki (ruch) pierwszego uczestnika, a następnie kontynuować. Gra toczy się

dalej i ostatni uczestnik musi zapamiętać imiona i przymiotniki (ruchy) wszystkich pozostałych uczestników, którzy grali wcześniej i wtedy może powiedzieć swoje imię i przymiotnik (wykonać ruch).

Icebreaker

Przygotowanie:

Na podłodze znajduje się wyimaginowana linia, wykonana za pomocą taśmy lub sznurka, wystarczająco długa, aby wszyscy uczestnicy znaleźli się w jednej linii.

Instrukcje:

Uczestnicy mają za zadanie wykonać polecenia prowadzącego bez odzywania się. W wyimaginowanej linii muszą:

- zorganizować się na linii w kolejności alfabetycznej swoich imion;
- ustawić się na linii w kolejności od najmniejszego do najwyższego;
- uporządkować się na linii w kolejności od jaśniejszego koloru oczu do ciemniejszego koloru oczu;
- ustawiają się na linii w kolejności od najdalszego do najbliższego adresu zamieszkania (w przeliczeniu na km) w stosunku do miejsca, w którym odbywają się warsztaty;
- ustawiają się na linii w kolejności od najdalszego do najbliższego kraju produkcji koszulki/topu/swetra, który noszą (w rozumieniu n. km);

Podsumowanie/dyskusja:

Prowadzący może na koniec zadać kilka pytań typu "jak było"? Czy mieliście trudności z powodu tego, że musieliście wykonywać zadania bez mówienia? A co z ostatnim zadaniem? Czy wszyscy byliście w stanie znaleźć kraj produkcji waszych ubrań?

Ocena i oczekiwania

Przygotowania:

Wydrukowany kwestionariusz (załącznik 1), kartki papieru w rozmiarze i kształcie karteczek post-it oraz sznurek przymocowany wzdłuż ściany lub między kolumnami/koszykami za pomocą małych klamerek lub podobnych.

Instrukcja:

W tym ćwiczeniu uczestnicy są proszeni o zastanowienie się nad swoimi oczekiwaniami, dlatego najpierw muszą narysować na kartce papieru kształt tkaniny. Następnie proszeni są o indywidualne zastanowienie się nad swoimi oczekiwaniami wobec tego 3-dniowego warsztatu i zapisanie ich w narysowanym kształcie tkaniny. Na każde oczekiwanie przeznaczana jest jedna kartka papieru. Następnie uczestnicy mają 10 minut

na wypełnienie kwestionariusza dotyczącego ich przyzwyczaję i odczuć (załącznik 1) związanych z tematem. Kwestionariusz zostanie zebrany przez prowadzącego.

Podsumowanie/dyskusja:

Podczas sesji plenarnej prowadzący pyta, czy ktoś chce podzielić się swoimi oczekiwaniami. Prowadzący powinien starać się podkreślać wspólne oczekiwania uczestników itp. w celu stworzenia poufnej atmosfery i warunków uczestnictwa.

Wskazówki dla prowadzących:

- Więcej gier z imionami można znaleźć pod tym linkiem <https://learningforchange.net/knowledge-base/icebreakers-and-name-games/>;
- Aby icebreaker trwał dłużej, prowadzący może wyznaczyć dodatkowe zadania;
- Możliwe jest rozszerzenie podsumowania poprzez zadawanie pytań dotyczących kwestionariusza, co ma na celu zwiększenie atmosfery współpracy i uczestnictwa.

Sesja 1

Czas trwania: 45 min.

Cele dydaktyczne sesji:

- **podejście do tematu zrównoważonego rozwoju**
- **rozwijanie i doskonalenie krytycznego myślenia**
- **rozwijanie i doskonalenie umiejętności komunikacyjnych**
- **rozwijanie i doskonalenie umiejętności samoanalizy**
- **rozwijanie umiejętności pracy w zespole i współpracy**

Materiały: kolorowe ołówki, taśma klejąca, karteczki samoprzylepne, plakaty - co najmniej 2 dla prowadzącego i po jednym dla każdej grupy.

Zrównoważony podwieczorek

Przygotowania:

Różne stoły z krzesłami wokół, na stole leży plakat, kilka kolorowych ołówków i kilka karteczek samoprzylepnych. Na środku plakatu na stole narysowany jest talerz z herbatnikami. Na ścianie są już przyklepione 2 plakaty w taki sposób, aby każdy mógł je łatwo obejrzeć.

Instrukcja:

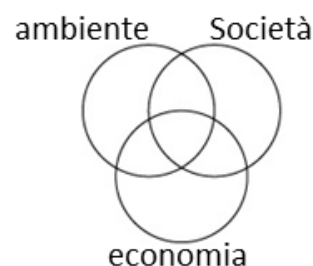
Uczestnicy zostają podzieleni na grupy 2-4 osobowe i proszeni są o usadowienie się w kręgu wokół stołu, a każdy z nich proszony jest o narysowanie swojej własnej filiżanki herbaty. Wewnątrz kształtu indywidualnej

filiżanki proszeni są o wypisanie najbardziej zrównoważonych nawyków, które stosują lub stosowali na co dzień.

Powinni wypisać co najmniej 3 do 5 nawyków w ciągu około 5 minut. Kiedy skończą, mają kolejne 15 minut na podzielenie się swoimi nawykami między grupami i wspólne wybranie 3 najlepszych zrównoważonych nawyków zespołu. Te 3 najlepsze zrównoważone nawyki należy zapisać na karteczkach samoprzylepnych i umieścić na środku plakatu, wewnątrz talerza.

Następnie każda grupa krótko prezentuje swój obrus i stara się wyjaśnić powody, dla których właśnie te nawyki zostały uznane za najbardziej zrównoważone. Powody te zostają zapisane na karteczkach samoprzylepnych przez prowadzącego na jednym z plakatów, który został wcześniej powieszony na ścianie.

W drugiej części gry, zaczynając od powodów podanych na karteczkach samoprzylepnych, prowadzący zaprasza i prowadzi uczestników do określenia 3 wymiarów zrównoważonego rozwoju, w których podane powody mogłyby być potencjalnie pogrupowane, na przykład poprzez przeniesienie karteczek samoprzylepnych w różne miejsca plakatu. Mają na to około 10 minut, a kiedy skończą, jeden z wybranych przedstawicieli grupy wyjaśnia uzasadnienie zastosowanej przez nich metody grupowania. Następnie prowadzący poprowadzi uczestników do rozpoznania obszarów, które zidentyfikowali z trzema obszarami zrównoważonego rozwoju, tj. środowiskowym, społecznym i ekonomicznym, jak pokazano na rysunku.



Następnie, prowadzący rysuje na nowym, pustym plakacie, wcześniej powieszonym na ścianie, 3 wymiary jako 3 koła częściowo zachodzące na siebie i oznacza je nazwami tych trzech wymiarów. Teraz powinien zadać pytania naprowadzające/refleksyjne i wyjaśnić, jaki wpływ mają zachowania na te trzy wymiary, podając również krótkie wyjaśnienie, czym jest "zrównoważony rozwój".

Następnie grupy mają 5 minut na ponowne przyjrzenie się swoim trzem najbardziej zrównoważonym nawykom (które zidentyfikowali na początku i umieścili w kształcie talerza), zastanowienie się, czy są inne nawyki, które są bardziej zrównoważone lub czy są jeszcze jakieś dwa inne, które warto wybrać. Na koniec każda grupa prezentuje swoje 3 najlepsze zrównoważone nawyki i wspólnie z innymi uczestnikami dyskutuje, w którym kole (lub na którym poziomie) umieścić wybrane nawyki. W tej fazie ważne jest, aby młodzi ludzie myśleli, dyskutowali i dzielili się opiniami na temat wpływu każdego z nawyków na środowisko, społeczeństwo i gospodarkę. Może się zdarzyć, że przyczepią karteczkę samoprzylepną w jednym z kół lub w części pokrywającej się z dwoma, a może w środku trzech, co oznacza, że dany nawyk jest zrównoważony w odniesieniu do wszystkich trzech wymiarów.

Podsumowanie/dyskusja:

Prowadzący zadaje kilka pytań, takich jak: "Czy wiedziałeś o tych 3 poziomach? Czy wiedzieliście o koncepcji i znaczeniu zrównoważonego rozwoju? Czy sądzicie, że jest jakiś poziom ważniejszy od innych? Czy myślicie, że Wasi rówieśnicy i przyjaciele na ogół zastanawiali się nad swoim zachowaniem tak jak Wy teraz? Ilu z Was wskazało jakieś nawyki związane z modą i ubraniami?"

Wskazówki dla prowadzącego:

- Nie przejmuj się, jeśli uczestnicy będą mieli trudności z identyfikacją trzech kategorii, celem ćwiczenia jest skłonienie ich do refleksji nad wpływem ich własnych nawyków;
- Jeśli w drugiej części ćwiczenia uczestnicy będą mieli trudności z identyfikacją trzech makroobszarów zrównoważonego rozwoju (środowisko, społeczeństwo i gospodarka), prowadzący ma za zadanie pomóc im i naprowadzić ich na tę identyfikację. Ostatecznie także poprzez podanie rozwiązania;
- Aby zapoznać się z wymiarami zrównoważonego rozwoju i lepiej wesprzeć dyskusję podsumowującą, w załączniku 1 - dzień 1 zamieszczono kilka przydatnych wskazówek i linków;
- W trakcie podsumowania, w pewnym momencie przydatne może być poprowadzenie dyskusji również w kierunku zwyczajów związanych z ubraniami i modą, aby coraz bardziej zbliżać się do tematu i zrozumieć postrzeganie przez uczestników wpływu tego przemysłu;
- Po tym ćwiczeniu można zrobić krótką przerwę dla uczestników.

Przerwa/Icebreaker

Czas trwania: 15 min.

Cele dydaktyczne sesji:

- poprawienie umiejętności budowania zespołu
- zwiększenie świadomości na temat wartości, jaką nadajemy ubraniom
- zwiększenie świadomości również na temat cyklu życia naszych ubrań

Materiały: kartka papieru, kolorowe kredki i pinezki.

Icebreaker

Przygotowania:

Uczestnicy ustawiają się w kręgu, a każdy z nich wyposażony jest w kartkę papieru, kolorowy ołówek i pinezkę.

Instrukcja:

Prowadzący zadaje uczestnikom pytanie: "Gdybym była moją ulubioną sukienką/ubranie, jaką sukienką/ubranie byłabym/byłbym?". Uczestnicy wybierają i zapisują swoją odpowiedź na kartce, ewentualnie dopisując na tkaninie (np. jestem moim ulubionym Jeanssem, tym, który mam na sobie podczas koncertu mojej ulubionej gwiazdy...).

Następnie muszą przymocować papier szpilką w widocznym miejscu do koszuli, tak aby inni uczestnicy mogli się im przyjrzeć. Następnie mają kilka minut, aby bez mówienia przeczytać wzajemnie swoje odpowiedzi.

Następnie prowadzący dzieli uczestników na pary i obaj uczestnicy po kolei wykonują następujące zadanie, w którym uczestnik A jest wybraną przez siebie tkaniną, a uczestnik B jest jej właścicielem.

Prowadzący prowadzi proces, wypowiadając na głos zadania:

- przynieś/dotknij tkaninę, na której są plamy po lodach lub gorącej czekoladzie i użyj środka wstępnego/odplamiacza;
- wrzuć tkaninę do pralki i rozpocznij cykl prania;
- rozwieś i / lub wyprasuj swoją tkaninę;
- ok, zdajesz sobie sprawę, że na tkaninie jest rysa, napraw ją;
- ok, twoja tkanina zbliża się do swego kresu... powiedz jej kilka chwalebnych i pełnych wdzięczności słów.

Podsumowanie/dyskusja:

Jak się czułeś? Które zadanie było najdziwniejsze? Które z nich było najtrudniejsze? Jak się czułeś, wyrzucając swoją tkaninę? Czy chciałeś mieć szansę, aby ją naprawić lub użyć ponownie? Albo dać jej drugie życie?

Wskazówki dla prowadzącego:

- W przypadku osób, które nigdy wcześniej się nie spotkały, upewnij się, że wszyscy uczestnicy czują się swobodnie podczas tego icebreakera;
- Możesz dodać kolejne zadania do gry;
- W zależności od dostępnego czasu możesz odwrócić role tkaniny i właściciela.

Sesja 2

Czas trwania: 60 min.

Cele dydaktyczne sesji:

- zwiększanie świadomości na temat skutków szybkiej mody
- zwiększenie świadomości na temat skutków zanieczyszczenia środowiska
- zdekonstruowanie przekonania, że "trwałe ubrania" są stare, nie kolorowe lub modne
- rozwijanie umiejętności krytycznego myślenia, empatii i obserwacji

Materiały: projektor lub tablica interaktywna, komputer, pliki graficzne (załącznik 1), Poll.Ev lub podobne narzędzia (jako wsparcie) oraz jeden telefon komórkowy na uczestnika.

Potęga obrazów

Przygotowania:

Dla każdego uczestnika przewidziano krzesło ustawione w kręgu. Każdy uczestnik potrzebuje podczas ćwiczenia swojego telefonu komórkowego. Przed rozpoczęciem ćwiczenia, prowadzący musi przygotować Poll.Ev lub podobne narzędzie, używając obrazków podanych pod tym [linkiem](#).

Instrukcja:

Prowadzący pokaże uczestnikom serię obrazów za pomocą projektora lub tablicy interaktywnej. Dla każdego obrazu mają kilka minut, aby indywidualnie wpisać na Poll.Ev lub podobnym narzędziu pierwsze rzeczy/impresje/myśli, które przysły im do głowy podczas oglądania obrazów. Kiedy wszyscy uczestnicy udzielą odpowiedzi, po każdym obrazie, prowadzący pokrótce przejrzy wyniki z Poll.Ev lub podobnego narzędzia i zachęci do krótkiej chwili dzielenia się.

Po podsumowaniu wszystkich zdjęć, prowadzący ponownie pokaże zdjęcia, jedno po drugim, zaczynając od pierwszego, ale tym razem pokaże również to, czego bezpośrednio nie widzimy na zdjęciach (rodzaj "kulis"; np. pierwsze zdjęcie może być fantazyjnym t-shirtem, a drugie zdjęcie niezrównoważonym łańcuchem produkcji, który za nim stoi) i poprowadzi uczestników pytaniami do refleksji po każdym slajdzie, aby popracować nad ich wyczuciem, empatią, percepcją, wiedzą i krytycznym myśleniem.

Podsumowanie/dyskusja:

Omówienie następuje w drugiej fazie ćwiczenia, kiedy uczestnicy przeglądają obrazy, jednak pod koniec prowadzący może zadać kilka innych pytań, aby zrozumieć ich odczucia, sprawdzić, czy spodziewali się tego "za kulisami" lub "odpowiedników", czy kiedykolwiek myśleli lub zastanawiali się nad innymi aspektami zrównoważonego rozwoju lub produkcji odzieży itp.

Wskazówki dla prowadzącego:

- Sprawdź i wspieraj uczestników w logowaniu się i korzystaniu z Poll.Ev lub podobnego narzędzia;
- Jeśli jest jakiś problem z użyciem Poll.Ev lub podobnego narzędzia, możesz zaadaptować ćwiczenie i użyć pełnej prezentacji dostępnej [tutaj](#).
- W załączniku 1 znajdziesz kilka ciekawych sugestii dotyczących pobudzenia refleksji nad obrazami.

Sesja kończąca

Czas trwania: 20 min.

Cele dydaktyczne sesji:

- usystematyzowanie wiedzy, idei i emocji
- promowanie i zachęcanie do gromadzenia informacji i prowadzenia badań
- rozwijanie umiejętności analizy i krytycznego myślenia

Materiały: kolorowe ołówki, co najmniej dwa plakaty, karteczki samoprzylepne

Skontaktuj się ze swoim influencerem!

W kręgu (siedząc na krzesłach) uczestnicy są proszeni o pomyślenie o influencerach (niekoniecznie modowych), których śledzą, o znalezienie kilku lokalnych lub osiągalnych influencerów, których znają (lub osiągalnych nowo poznanych, którzy mogliby być dla nich interesujący), ale także nie tak łatwo osiągalnych influencerów, i postawienie im wszystkich tych samych pytań z samooceny, którą przeprowadzili na początku dnia (sesja startowa) i zapisanie w jakiś sposób ich odpowiedzi, jeśli na nie odpowiedzą, oraz przyniesienie tych odpowiedzi w dniu 2. Mogą również pytać o inne rzeczy związane z tematem zrównoważonej mody, jeśli chcą. W przypadku, gdy nie mogą dotrzeć do żadnego influencera, są zobowiązani do zadania pytań przynajmniej dwóm osobom spośród swoich znajomych i krewnych/przyjaciół.

Fix it & podsumowanie:

Przygotowania:

Prowadzący oraz wszyscy uczestnicy powinni widzieć ścianę, do której przymocowane są dwa plakaty: na jednym z nich znajdują się dwa obszary nazwane odpowiednio "emocje" i "wiedza", podczas gdy drugi plakat nosi nazwę/etykietę "co chcę zmienić, aby żyć w bardziej zrównoważonym świecie?"

Instrukcja:

Następnie uczestnicy są proszeni o napisanie (bezpośrednio na plakatach lub za pomocą karteczek samoprzylepnych) na plakacie 1 o emocjach, których doświadczyli oraz interesujących informacjach i wiedzy, którą uważają za cenną, a na plakacie 2 o tym, co chcieliby zmienić w swoich zachowaniach w oparciu o nową wiedzę, którą zdobyli podczas pierwszego dnia warsztatów.

Na koniec dnia uczestnicy otrzymują link do [platformy MILES](#), gdzie są zaproszeni do oceny i pogłębienia tematu zrównoważonej mody.

DZIEŃ 2

(Ramy i inspiracje)

Stater/Icebreaker

Czas trwania: 15 min.

Cele dydaktyczne sesji:

- przypomnienie sobie niektórych informacji zdobytych podczas poprzedniego dnia zajęć
- rozwijanie refleksji i krytycznego myślenia
- zwiększenie świadomości na temat swojej wiedzy o ubraniach, które noszą na co dzień
- rozgrzewka i przygotowanie kanałów komunikacji i empatii do następnej części

Materiały: rzutnik z geograficzną mapą świata (lub plakat przedstawiający mapę świata) karteczki samoprzylepne w 4 kolorach.

Skąd biorą się moje ubrania?

Przygotowania:

Projekcja mapy świata na ścianie lub coś, co potrafi ją odtworzyć na ścianie.

Instrukcja:

Uczestnicy ustawiają się w kręgu, a prowadzący prosi ich, aby zastanowili się, czy wiedzą, skąd pochodzą ich ubrania i gdzie są dokładnie produkowane. Następnie uczestnicy otrzymują 5 karteczek samoprzylepnych w 4 różnych kolorach, przedstawiających odpowiednio górną część garderoby (np. koszulę, t-shirt, top, itp.), dolną część garderoby (np. spódnicę, spodnie, dżinsy), skarpetki, bieliznę i proszeni są o wpisanie na każdej z nich swojego imienia.

Następnie uczestnicy są pytani w 4 rundach, czy wiedzą skąd pochodzą ich ubrania i w razie potrzeby sprawdzają to, a następnie przyklejają na mapie plakaty odpowiadające krajowi produkcji ich ubrań; w przypadku ubrań wierzchnich mogą poprosić o dodatkową karteczkę w tym samym kolorze, jeśli mają na sobie kurtkę, bluzę, sweter, itp. Aby wykonać zadania, uczestnicy mogą sprawdzić metki swoich ubrań, mogą pomagać sobie nawzajem w oglądaniu metek lub udać się do prywatnej przestrzeni, aby przyjrzeć się im samodzielnie. Jeśli ktoś nie wie, skąd pochodzi jego ubranie (gdzie przyklepić karteczkę na mapie), może po prostu przyklepić karteczkę na ścianie poza mapą.

Podsumowanie/dyskusja:

Na koniec warto byłoby skłonić uczestników do refleksji nad faktem, że prawdopodobnie niektórzy z nich nie wiedzieli, gdzie wyprodukowano niektóre z ich ubrań i być może żałują, że nie wiedzieli o tym wcześniej (tak jakby zastanawiali się nad jedzeniem, które jedzą lub wodą, którą piją) i zapytać ich o zdanie i o to, czy chcieliby znać kraj produkcji i uzasadnienie tego faktu.

Wskazówki dla prowadzącego:

- Przydałby się rodzaj legendy, widocznej dla wszystkich, aby łatwo dopasować kolor karteczek samoprzylepnych i odpowiadającej im tkaniny;
- Aby było to bardziej wymowne, można by powiesić sznurek/sznurek od kraju produkcji do kraju lub regionów zamieszkania, aby jeszcze bardziej uwidocznąć odległość od "produkcji" do "konsumpcji";
- Interesujące mogłoby być pozwolenie uczestnikom na dopisanie na karteczkach samoprzylepnych nazwy marki każdego z ich ubrań, aby skłonić ich do refleksji nad tym, jak daleko od siebie poszczególne marki produkują ich ubrania.

Sesja 1

Czas trwania: 1h

Cele dydaktyczne sesji:

- rozwijanie i doskonalenie krytycznego myślenia
- rozwijanie i doskonalenie umiejętności komunikacyjnych
- rozwijanie i poprawa zdolności do samoanalizy
- rozwijanie samoświadomości na temat roli i własnego postrzegania influencerów
- zwiększenie świadomości możliwości w zakresie zrównoważonej odzieży

Materiały: projektor (lub tablica interaktywna), sieć Wi-Fi i ewentualnie odpowiedzi zebrane przez uczestników od influencer(a)ów, z którym się skontaktowali

Świadectwo zmiany sposobu myślenia

Przygotowania:

Wystarczająca liczba krzeseł dla każdego uczestnika ustawiona jest w półkolu, a przygotowany projektor (lub tablica interaktywna) gotowy do użycia. Jeśli są trudności ze znalezieniem świadectwa, zobacz "Wskazówki dla prowadzących" - alternatywne rozwiązania, na końcu tej sesji.

Instrukcja:

Podczas tego ćwiczenia młody świadek/influencer będzie wchodził w interakcję z grupą młodych ludzi, wyjaśni swoje doświadczenia związane ze zrównoważonymi zachowaniami, możliwościami stojącymi za

świadomym działaniem i wyborem w codziennej rutynie. Mogą oni zadawać pytania dotyczące samooceny (dzień 1 - druga część sesji startowej) lub inne, na które mają ochotę. Powinni czuć się swobodnie w wymianie opinii, pomysłów, wątpliwości i wszystkiego, co przyjdzie im do głowy na temat zrównoważonego rozwoju, a zwłaszcza zrównoważonego rozwoju w ubraniach.

Czas na influencera!

Przygotowania:

Uczestnicy siedzą w kółku.

Instrukcja:

Uczestnicy proszeni są o podanie odpowiedzi udzielonych przez influencerów, przyjaciół, członków rodziny i znajomych, z którymi się skontaktowali. Dyskusja może rozpocząć się od analizy odpowiedzi udzielonych na każde z pytań samooceny, a w niektórych przypadkach od podzielenia się tym, co mogli wyrazić influencerzy. Prowadzący powinien ułatwić wymianę zdań i samą dyskusję i może zadawać pytania, aby skłonić uczestników do refleksji, znalezienia własnego postrzegania spraw i opinii na temat zebranych stwierdzeń.

Podsumowanie/dyskusja:

Prowadzący może przeprowadzić podsumowanie, które będzie funkcjonalne dla obu ćwiczeń, pytając uczestników, czy spodziewali się takiej odpowiedzi od świadka/influencera. Ważne jest, aby nie oceniać i nie mówić, co jest dobre, a co złe, ale raczej zapytać uczestników, co sądzą o danym stwierdzeniu lub udzielonej odpowiedzi, czy zgadzają się z nimi, czy nie i dlaczego, czy spodziewali się innej odpowiedzi lub stanowiska, czy to, co zadeklarował ich rozmówca lub świadectwo jest zgodne lub nie z ich myślami lub opiniami. Tak więc w tej fazie ważne jest, aby stymulować ich krytyczne myślenie, refleksję i umiejętności analizy.

Wskazówki dla prowadzącego:

- Ważne jest, aby wiedzieć z wyprzedzeniem, czy uczestnicy otrzymali jakąś odpowiedź od influencera, z którym się skontaktowali, aby odpowiednio zarządzać czasem trwania ćwiczenia "Świadectwo zmiany sposobu myślenia";
- Dla "Świadectwa zmiany sposobu myślenia" prowadzący może znaleźć własne świadectwo lub wykorzystać nagrane wideo, które można znaleźć na stronie Wear(e)able Website toolbox (z angielskimi napisami) [\[LINK\]](#)
- W przypadku ćwiczenia "Czas na influencera" ważne jest, aby nie oceniać i nie wskazywać, co jest dobre, a co złe, ale raczej pytać uczestników o ich przemyślenia. Ważne jest, aby stymulować ich krytyczne myślenie, refleksję i umiejętności analityczne. Powinni sami znaleźć "swoją drogę";

- Po tym ćwiczeniu, przed kolejnym, warto dać uczestnikom czas na małą przerwę.

Przerwa/Icebreaker

Czas trwania: 30 min.

Cele dydaktyczne sesji:

- usprawnienie pracy w zespole
- zwiększenie świadomości na temat wartości, jaką nadajemy ubraniom
- zwiększenie świadomości na temat ścisłego związku między ubraniem a kulturą/ statusem społecznym/ autoprezentacją itp.

Materiały: miseczka zawierająca różne cytaty, powiedzenia i przysłowia dotyczące używania ubrań, zapisane na różnych złożonych kartkach papieru. Każda kartka musi zawierać tylko jedno powiedzenie lub przysłowie.

Ubrania we mnie

Przygotowania:

Krzesła ustawione są w półkolu po jednej stronie sali, na środku znajduje się przygotowana miska z wybranymi wcześniej cytatami i powiedzeniami zapisanymi na kartkach papieru.

Instrukcja:

W parach lub indywidualnie uczestnicy mają za zadanie wyciągnąć papieraś z miski. Następnie mają 1 minutę na zastanowienie się, jak przedstawić je innym uczestnikom (kalambury). Następnie, w różnych turach, każdy uczestnik lub para musi mimiką przedstawić powiedzenie pozostałym uczestnikom, a ci muszą znaleźć właściwe powiedzenie lub przysłowie. Zwycięzca każdej tury przejmuje scenę do pantomimy lub przekazuje ją innemu uczestnikowi lub grupie, która jeszcze jej nie wykonała.

Podsumowanie/dyskusja:

Prowadzący może zapytać ich, czy znają to powiedzenie, czy go używają, czy znają historię metafory, która się za nim kryje i jak się czuli, odgrywając je.

Wskazówki dla prowadzącego:

- Prowadzący powinien być do dyspozycji, by w razie potrzeby wyjaśniać wątpliwości co do sensu cytatu lub przysłowia, a także zarządzać czasem i kolejnymi etapami zabawy mimicznej;
- Ciekawym rozwiązaniem może być udostępnienie uczestnikom ubrań i przedmiotów, w których zawarte są wybrane przysłowia lub cytaty.

Sesja 2

Czas trwania: 75 min. (45 minutes for the game + about 30 min. for debriefing)

Cele dydaktyczne sesji:

- zwiększanie świadomości na temat efektu fast fashion
- zwiększanie świadomości na temat efektu zanieczyszczania środowiska
- zwiększanie świadomości na temat produkcji fast fashion i dynamiki biznesu
- zwiększanie świadomości na temat roli nabywców
- zwiększanie świadomości na temat znaczenia posiadania informacji przed zakupem
- rozwijanie umiejętności krytycznego myślenia, empatii i obserwacji

Materiały: wydrukowane profile ról do gry (załącznik 2).

Właściwa cena

Przygotowania:

W sali znajduje się stół z krzesłami dookoła, ale jedno krzesło jest ustawione nieco dalej od pozostałych. Prowadzący ma już wydrukowane wszystkie materiały dla uczestników i powinien już wiedzieć, jaki profil przydzielić każdemu z nich.

Instrukcja:

To ćwiczenie jest grą fabularną, w której każdy uczestnik ma określoną rolę/profil osobowy i musi działać zgodnie z nią. Celem gry dla wszystkich jest podjęcie decyzji i osiągnięcie porozumienia w sprawie ceny odzieży.

W grze biorą udział konsumenci, producenci, osoby wywierające wpływ, organizacje pozarządowe, stowarzyszenie handlowe konsumentów oraz obserwatorzy, a kontekst ramowy, w którym toczy się gra jest następujący:

Altroconsumatore", krajowe stowarzyszenie handlowe konsumentów, jest wrażliwe na etykę w cyklu produkcyjnym towarów konsumpcyjnych i w zeszłym miesiącu zorganizowało posiedzenie okrągłego stołu w celu określenia najlepszej wartości ekonomicznej/ceny niektórych ubrań, ceny, która powinna wynosić od minimum 10 € do maksimum 100 €.

Dzisiejszym przedmiotem dyskusji jest koszula, casualowa i kolorowa, wykonana z różnych materiałów (zarówno naturalnych jak i syntetycznych). Wszyscy goście zaproszeni przez Stowarzyszenie

Altroconsumatore do dyskusji przy okrągłym stole są proszeni o przedyskutowanie i znalezienie wartości/ceny koszuli, uzgodnionej przez wszystkich".

Po tym wstępie uczestnicy mają 10 minut na zapoznanie się z przydzielonym profilem, poproszenie prowadzącego o potrzebne wyjaśnienia i sugestie w celu właściwego działania i rozwiania wątpliwości.

Na podstawie liczby uczestników podział ról powinien być następujący:

5 u. > 1 przedstawiciel Stowarzyszenia, 2 producentów, 1 konsument/kupujący, 1 obserwator

6 u. > 1 przedstawiciel Stowarzyszenia, 2 producentów, 2 konsumentów/kupców, 1 obserwator

7 u. > 1 przedstawiciel stowarzyszenia, 2 producentów, 2 konsumentów/nabywców, 2 obserwatorów

8 u. > 1 przedstawiciel stowarzyszenia, 2 producentów, 2 konsumentów/nabywców, 2 obserwatorów, 1 influencer

9 u. > 1 przedstawiciel stowarzyszenia, 2 producentów, 2 konsumentów/nabywców, 3 obserwatorów, 1 influencer,

10 u. > 1 przedstawiciel stowarzyszenia, 2 producentów, 2 konsumentów/nabywców, 3 obserwatorów, 1 influencer, 1 organizacja pozarządowa

Rola obserwatora(ów) jest ważna, ponieważ będzie miała zasadnicze znaczenie dla momentu podsumowania. Dokładniej rzecz biorąc, obserwator/obserwatorzy muszą zaobserwować i zapisać następujące elementy, od najbardziej do najmniej istotnych:

- relacje siły/władzy pomiędzy różnymi aktorami i różnymi rolami
- argumenty, których uczestnicy używali i dyskutowali podczas obrad okrągłego stołu w odniesieniu do zrównoważonego rozwoju środowiskowego, społecznego i ekonomicznego
- główne argumenty przytoczone przez uczestników w celu podtrzymania ich stanowiska w sprawie sugerowanej ceny oraz jasność i/lub przejrzystość ich wypowiedzi
- zmiana poglądów i opinii w trakcie obrad okrągłego stołu
- aspekty emocjonalne pojawiające się w celu podtrzymania i promowania własnego stanowiska w sprawie proponowanej ceny.

Z tego powodu muszą oni odbyć "osobistą rozmowę" z prowadzącym przed rozpoczęciem gry, aby wiedzieć z wyprzedzeniem, czyj profil został przydzielony komu, i aby móc przygotować szablon dokumentu i/lub notatek (patrz przykład w załączniku 2).

Rolą Stowarzyszenia "Altroconsumatore" jest ułatwianie dyskusji przy stole (i działanie jako rodzaj moderatora) bez wpływania na samą dyskusję, udziela głosu osobom, które jeszcze nie zabrały głosu lub zaprasza innych do interwencji. Jego/jej rolą jest również zarządzanie czasem gry, poprzez przypominanie przynajmniej raz po upływie połowy czasu, przynajmniej około 15 minut od rozpoczęcia dyskusji przy okrągłym stole i 5 minut przed końcem dyskusji przy okrągłym stole. Osoba ta ma również za zadanie zapisywać na kartce (patrz przykład w załączniku 2) propozycje cenowe i zmiany dokonywane przez gości oraz zapisywać ostateczną decyzję dotyczącą ceny koszuli po osiągnięciu porozumienia między uczestnikami. Jeśli porozumienie nie zostanie osiągnięte, to miejsce pozostanie puste. Wreszcie, influencer nie będzie musiał zgodzić się na cenę, a raczej będzie musiał wybrać firmę, którą będzie wspierał po zakończeniu dyskusji.

Podsumowanie/dyskusja:

Podsumowanie opiera się na ustaleniach i zapisach obserwatora. Tak więc, zasadniczo, po kilku ogólnych pytaniach zadanych przez prowadzącego wszystkim uczestnikom, takich jak "Jak było? Czy czułeś się komfortowo, czy nie w swojej roli? Czy odczuwałeś różne emocje?", zaczyna on/ona zadawać obserwatorowi/obserwatorom informacje na temat podanych elementów obserwacji i rozpoczyna dyskusję między uczestnikami, aby sprawdzić, czy istnieje zgodność i ewentualnie wyjaśnić sposób, w jaki przebiegała dyskusja lub powód określonego nastroju, odpowiedzi lub stanowiska itp.

Wskazówki dla prowadzącego:

- Ważne jest, aby upewnić się, że uczestnicy nie znają profilu innych uczestników.
- Uczestnicy muszą się dobrze przygotować w oparciu o swój profil i warto by było, gdyby prowadzący przydzielił konkretne role konkretnym uczestnikom w oparciu o ich osobowość i cechy;
- Na podstawie liczby obserwatorów można podzielić elementy do obserwacji, aby ułatwić im skupienie się na kilku z nich. Jeśli jest tylko jeden obserwator, może on skupić się na pierwszym 1 lub na 3 elementach;
- W przypadku liczby uczestników większej niż 10, prowadzący może utworzyć mniejsze grupy lub zwiększyć liczbę osób pełniących określone role, np. dodając: inny profil producenta, innego kupca lub obserwatora;
- To ćwiczenie powinno być naprawdę stymulujące, w konsekwencji moment podsumowania może trwać dłużej lub też musi być starannie poprowadzony, aby zmieścić się w dostępnych ramach czasowych.

Sesja kończąca

Czas trwania: 20 min.

Cele dydaktyczne sesji:

- usystematyzowanie wiedzy, pomysłów i emocji
- promowanie i zachęcanie do korzystania z internetowej platformy edukacyjnej MILES
- dekonstrukcja przekonania, że zrównoważony rozwój nie może iść w parze z innowacyjnością
- dekonstrukcja poglądu, że efekty fast fashion są czymś odległym od nas

Materiały: kolorowe ołówki, plakaty, karteczki samoprzylepne

Torba niespodzianka do domu

Każdy uczestnik otrzyma dobrze zamkniętą torbę-niespodziankę, którą będzie mógł otworzyć w domu, zawierającą wszystkie materiały potrzebne do skonstruowania swojej kamery VR, takiej jak Google Cardboard (patrz załącznik 2). Wewnątrz torby będzie znajdować się instrukcja montażu części, link do filmu VR przeznaczonego do oglądania na telefonie komórkowym, wszystko związane z tematem ochrony środowiska poprzez skupienie się na jego wartościach i wspaniałych aspektach lub skupienie się na problemach zanieczyszczenia mórz i rzek, takich jak zanieczyszczenie mikroplastikiem. Tak więc, są oni proszeni o otwarcie torby z niespodzianką w domu, złożenie urządzenia VR zgodnie z instrukcjami i obejrzenie przypisanych filmów.

Fix it & podsumowanie

Przygotowania:

Krzesła w kółku. Prowadzący oraz wszyscy uczestnicy powinni widzieć ścianę, do której przymocowane są dwa plakaty: na jednym z nich znajdują się dwa obszary nazwane odpowiednio "emocje" i "wiedza", drugi plakat nosi nazwę/etykieta "co chcę zmienić" (jak w dniu 1).

Instrukcja:

Uczestnicy i prowadzący siedzą w kręgu, widzą się nawzajem i na forum omawiają główne wnioski i najważniejsze informacje uzyskane tego dnia. Wszystko odbywa się pod kierunkiem ogólnych pytań zadawanych przez prowadzącego, takich jak: "Czy uważasz, że nauczyłeś się czegoś nowego? Czy jest coś, czego nie spodziewaliście się zobaczyć/odkryć? Co było najbardziej interesujące lub zaskakujące?"

Następnie, podobnie jak w przypadku sesji kończącej dzień 1, uczestnicy są proszeni o napisanie (bezpośrednio na nich lub za pomocą karteczek samoprzylepnych) na plakacie 1 o emocjach, które odczuli oraz interesujących informacjach i wiedzy, którą uważają, że będą cenić, a na plakacie 2 o tym, co chcieliby zmienić w swoich zachowaniach, w oparciu o nową wiedzę, którą zdobyli podczas drugiego dnia warsztatów.

DZIEŃ 3

(Inspiracja do akcji)

Stater/Icebreaker
Czas trwania: 15 min. Cele dydaktyczne sesji: • rozwijanie kreatywnego myślenia • rozwijanie umiejętności rozwiązywania problemów • rozwijanie umiejętności komunikacyjnych Materiały: kolorowy ołówek i papier, telefony komórkowe uczestników
Kreatywny malarz <i>Przygotowania:</i> Ilość krzeseł jest wystarczająca dla każdego uczestnika. Krzesła są podzielone na dwie grupy i ustawione plecami do siebie. Na każdym krześle leży papier i kolorowy ołówek. <i>Instrukcja:</i> Uczestnicy zostają podzieleni na pary i wybierają, kto jest parą A i B i muszą usiąść na krzesłach siedząc tyłem do siebie. Następnie proszeni są o indywidualne wyszukanie w swoim telefonie komórkowym dowolnego zdjęcia (niekoniecznie związanego z tematem), bez pokazywania go partnerowi w grze. Najpierw uczestnicy A muszą opisać wybrane obrazki uczestnikom B, bez podawania nazw rzeczy, przedmiotów i osób. Uczestnicy B próbują narysować opisany obrazek. Następnie rysunki są sprawdzane na forum. Następnie w drugiej rundzie role są odwrócone, więc uczestnicy B opisują obrazek uczestnikom A bez nazywania rzeczy, przedmiotów i osób, a A muszą go narysować. Następnie rysunki są sprawdzane na forum. <i>Podsumowanie/dyskusja:</i> Interesujące może być udzielenie głosu każdej parze, aby powiedziała coś na temat przyjętej strategii, aby opisała wybrany obraz, najtrudniejszy moment, itp.
Wskazówki dla prowadzącego: • Inną wersją gry jest rozdanie uczestnikom wybranych wcześniej obrazków. W każdym razie, sugerujemy, aby prowadzący wybrał ładne, kolorowe obrazki, niekoniecznie związane z tematem,

ze względu na fakt, że ćwiczenie ma na celu jedynie stymulowanie kreatywności i strategii rozwijania umysłu;

- Opcjonalnie, prowadzący może poprosić uczestników o wskazanie najbardziej zbliżonych do oryginału rysunków i ogłosić zwycięzcę gry.

Sesja 1

Czas trwania: 45min

Cele dydaktyczne sesji:

- rozwijanie i doskonalenie krytycznego myślenia
- rozwijanie i doskonalenie umiejętności komunikacyjnych
- rozwijanie umiejętności rozwiązywania problemów
- rozwijanie kreatywnego myślenia

Materiały: stoły i krzesła, białe kartki A2 na każdy stół, 4 rodzaje czarnych kartonowych pasków o różnych rozmiarach (1: 20cmx3cm; 2°: 45cmx1,5cm; 3°: 30cmx4cm; 4°: 15cmx2,5cm), zszywacz i klej w sztyfcie dla każdego uczestnika, ewentualnie zszywacz i klej w sztyfcie na każdy stół.

ĆŚŚŚ...atak sztuki!

Przygotowania:

W sali ustawia się osobno kilka stołów, a wokół nich odpowiednią ilość krzeseł. Na środku każdego stołu umieszczony jest biały papier A2, a na każdym miejscu dla uczestników znajdują się 4 rodzaje czarnych kartonowych pasków o różnych rozmiarach (1: 20cmx3cm; 2°: 45cmx1,5cm; 3°: 30cmx4cm; 4°: 15cmx2,5cm), zszywacz i klej w sztyfcie lub ewentualnie zszywacz i klej w sztyfcie na stół do podziału między uczestników.

Instrukcja:

Uczestnicy zostają podzieleni na małe grupy po 5/7 osób i siadają wokół stołów. Teraz mają za zadanie stworzyć dzieło, arcydzieło, które wyrazi kreatywność grupy, a jedyną zasadą jest zrobienie tego bez mówienia. Przed przystąpieniem do pracy daje się im kilka minut na zapoznanie się z kartonami, ale uwaga: nie należy sugerować, co można z nich zrobić, ale tylko i wyłącznie to, jak te kawałki papieru są elastyczne, można je zwinąć, składać, itp.

Na początku, jeden uczestnik z każdego stołu (który chce) zaczyna od umieszczenia jednego ze swoich fragmentów i zszywania go na białym arkuszu na środku stołu. Następnie, jeden po drugim, pozostali uczestnicy wybierają i zszywają jeden ze swoich pasków czarnego kartonu. Każdy uczestnik będzie miał 4 ruchy, które będzie rozgrywał zgodnie z kolejnością. Czarne paski nie mogą być zerwane, aby uformować inne paski.

Po zakończeniu pracy twórczej grupa może wymienić się doświadczeniami, podzielić się nimi i nadać tytuł pracy, która zostanie zaprezentowana na forum. Po wszystkich prezentacjach odbywa się małe podsumowanie.

Podsumowanie/dyskusja:

Prowadzący może zadać kilka pytań typu: "Jak było? Jak poszło? Jak powstawało dzieło? Kto zaczął pierwszy? Czy jesteście zadowoleni? itd."

Wskazówki dla prowadzącego:

- Opcjonalnie można zadać pytania podsumowujące po każdej prezentacji arcydzieła;
- Po tej sesji, a przed rozpoczęciem sesji 2, warto zrobić małą przerwę dla uczestników.

Sesja 2

Czas trwania: 120 min. (20" faza 1, 100" faza 2)

Cele dydaktyczne sesji:

- rozwijanie zdolności twórczego myślenia
- rozwijanie umiejętności rozwiązywania problemów
- rozwijanie umiejętności projektowania
- rozwijanie poczucia inicjatywy i przedsiębiorczości
- rozwijanie poczucia wspólnoty i aktywnego obywatelstwa
- rozwijanie empatii i poczucia odpowiedzialności

Materiały: wydrukowany szablon projektu, karteczki samoprzylepne, papier, kolory do tkanin, kolorowe kredki, zszywacz, pistolet do kleju, stare ubrania, odzież, skrawki, 1 biały plakat (ok. 70*100cm) i plakaty wypełnione podczas sesji zamykającej dzień 1 i dzień 2 w ramach działania "Napraw to".

Jak...ubrać zmianę?

Przygotowania:

W sali znajdują się różne stoły z krzesłami do pracy grupowej lub indywidualnej. Na stołach znajduje się kilka wydrukowanych szablonów do opracowywania pomysłów, kolorowe ołówki, białe kartki do robienia notatek i szkiców. Ponadto, plakaty wypełnione podczas sesji zamykającej dzień 1 i 2 w ramach ćwiczenia "Fix-it" są umieszczone na ścianie. Jest też osobny stół z różnymi materiałami (ubrania, stare ubrania, skrawki, pistolet do kleju, kolory do tkanin, itp.)

Faza 1

Uczestnicy mają 5 minut na indywidualne przyjrzenie się wszystkim rzeczom, które pojawiły się i zostały zapisane na plakatach "Fix-it" z dnia 1 i 2. Następnie mają kolejne 10 minut na ponowne przyjrzenie się tylko

tej części plakatu, która dotyczyła "Co chcę zmienić, aby żyć w bardziej zrównoważonym świecie?" i jeśli chcą, mogą dodać na nowym białym plakacie (wcześniej przyklepionym obok innych) coś jeszcze, jakieś inne rzeczy, sytuacje, zachowania ludzi, które chcieliby zmienić, szczególnie związane z negatywnymi skutkami szybkiej mody, zanieczyszczeniem mikroplastikiem, itp. Ale są również proszeni o refleksję i próbę przypomnienia sobie, jakie jest/było pochodzenie rzeczy, które chcą zmienić.

Teraz, na tym ważnym etapie, są proszeni o zapisanie na karteczkach samoprzylepnych wszystkich pomysłów, które przychodzą im do głowy, aby osiągnąć tę zmianę, aby zrobić krok naprzód i podążać w kierunku tej zmiany; muszą czuć się swobodnie i zapisywać wszystko, co praktyczne, teoretyczne, szalone i naprawdę konkretne działania, wszystko, co jest szybkie i wykonalne i wszystko, co wydaje się niemożliwe. Na tym etapie ważna jest rola prowadzącego, który stymuluje uczestników podczas burzy mózgów z motywującymi stwierdzeniami, zachęcając ich do zabawy z kreatywnością; należy ich pobudzić do myślenia o swoim pomysle, zaczynając stwierdzenie od "Co by było gdyby...".

Faza 2

Po zakończeniu burzy mózgów prowadzący prosi uczestników, aby przyjrzeni się wszystkim pomysłom zapisanym na karteczkach, następnie prosi ich o wybranie jednego pomysłu (dowolnego, bez względu na to, czy jest to pomysł kogoś innego) i odczytanie go na głos. Jeśli ktoś nie chce pracować sam, może dołączyć do kogoś innego, innej grupy lub poprosić kogoś, by do niego dołączył. Ważne jest, aby na koniec mieć w sumie przynajmniej 2 lub 3 opracowane pomysły.

Prowadzący zaprasza teraz uczestników, aby usiedli przy stołach (jeden stół, jeden pomysł) i prosi ich o przyniesienie szablonu rozwoju pomysłu (patrz załącznik 3), który posłuży im jako przewodnik do dalszego rozwoju ich pomysłu, przekształcenia go w projekt i wyjaśnienia wątpliwości, gdy zajdzie taka potrzeba. Podczas fazy rozwoju, prowadzący przechodzi wokół grup roboczych, aby sprawdzić fazę początkową i proces rozwoju. Następnie, w połowie czasu, grupy zatrzymują się na chwilę, aby wyjaśnić, nad czym pracują i zebrać sugestie, informacje zwrotne i pomysły od pozostałych uczestników. Po tym momencie dzielenia się mogą kontynuować swoje projekty, do których mają do dyspozycji różne materiały, itp.

Prowadzący jest dostępny, aby im pomóc, udzielić wsparcia, udzielić wskazówek, jeśli ktoś ma lub wydaje się mieć trudności itp. Na 10 minut przed końcem, w razie potrzeby, informuje o pozostałym czasie. Następnie pomysły zostaną zaprezentowane na forum.

Podsumowanie/dyskusja:

Po prezentacji projektu prowadzący zadaje pytania motywacyjne i refleksyjne typu: "Jak się czujesz, rozwijając swój pomysł? Jak zamierzasz przekazać go swoim przyjaciołom i rówieśnikom? Czy uważasz, że ważne jest, aby Twój pomysł na zrównoważony rozwój, podobnie jak inne, był ważny, aby go realizować?"

Czy sądzisz, że Twoja potencjalna rola jako promotora może objąć i zmotywować innych do bardziej zrównoważonego rozwoju?

Wskazówki dla prowadzącego:

- Podczas fazy burzy mózgów dobrze byłoby mieć odpowiednie tło muzyczne;
- Podczas burzy pomysłów sugerujemy, aby prowadzący był przygotowany z ukierunkowanymi pytaniami, które pobudzą kreatywność na najwyższym poziomie.

Sesja kończąca

Czas trwania: 20 min.

Cele dydaktyczne sesji:

- usystematyzowanie wiedzy, pomysłów i emocji
- promowanie i zachęcanie uczestników do aktywności i bycia mentorem dla innych
- rozwijanie umiejętności samooceny i samooceny

Materiały: Plakaty "Fix it" wykonane w dniu 1 i 2, karteczki samoprzylepne i kolorowy ołówek.

Końcowe podsumowanie i ocena

Dla każdego uczestnika przewidziano miejsce na krześle ustawionym w kręgu, sznurek z oczekiwaniami rozwieszony podczas ćwiczenia rozpoczynającego w pierwszym dniu oraz drugi sznurek (dla spełnionych oczekiwań) rozwieszony w ten sam sposób, a także plakaty "fix it" na ścianie.

Uczestnicy są proszeni o spojrzenie na plakaty "fix it" i zastanowienie się nad czynnościami wykonanymi w ciągu 3 dni, co może pomóc im w przypomnieniu sobie czynności i zachęcić do przypomnienia sobie ciekawych momentów. Kto chce, może wyrazić swoją opinię na temat całego doświadczenia, podzielić się uwagami na temat zajęć, prowadzenia itp. Prowadzący może pozostawić miejsce na pytania i wątpliwości.

Następnie prowadzący prosi uczestników, aby przyjrzeni się swoim kartkom z oczekiwaniami, które zostały wywieszone pierwszego dnia podczas sesji startowej, aby wzięli te oczekiwania, które zostały spełnione i powiesili je na innym sznurku. Na koniec uczestnicy proszeni są również o zastanowienie się, czy zyskali coś, o czym nie myśleli lub czego się nie spodziewali, zapisanie tego na nowych karteczkach i zawieszenie ich w sznurku "spełnionych oczekiwań".

Krótką dyskusję na temat oczekiwań i kilka końcowych refleksji może nastąpić jako zamknięcie całej procedury.

1.2 Plan warsztatu 2 – na zewnątrz

DZIEŃ 1

(Ramy)

Starter/Icebreaker
Czas trwania: 45 min. Cele dydaktyczne sesji: • wzajemne poznawanie się • budowanie zespołu • podejście do tematu w sposób bardzo pobieżny i oparty na grze • identyfikowanie oczekiwań • rozpoznawanie/identyfikowanie własnych opinii, nawyków, codziennej rutyny Materiały: papier, kolorowe ołówki, taśma, sznurki, plakaty, karteczki samoprzylepne, małe klamerki (lub podobne), wydrukowane egzemplarze kwestionariusza (załącznik 1).
Gra imion Jeśli uczestnicy nie znają się nawzajem, warto na początek przeprowadzić kilka zabaw z imionami, ustawiając uczestników w kręgu, np: • Powiedz swoje imię i przymiotnik, którego pierwsza litera jest pierwszą literą samego imienia, np. "Jestem Marco - magik"; • Powiedz swoje imię i wykonaj jakiś ruch, a następnie wszyscy pozostali uczestnicy muszą go powtórzyć. • Dynamika jest taka sama w obu grach: pierwszy uczestnik zaczyna od wypowiedzenia swojego imienia i przymiotnika (wykonania ruchu), następnie drugi, zanim wypowie swoje imię i przymiotnik (wykona ruch), musi powtórzyć imię i przymiotniki (ruch) pierwszego uczestnika, a następnie kontynuować. Gra toczy się dalej i ostatni uczestnik musi zapamiętać imiona i przymiotniki (ruchy) wszystkich pozostałych uczestników, którzy grali wcześniej i wtedy może powiedzieć swoje imię i przymiotnik (wykonać ruch).
Icebreaker

Przygotowanie:

Na podłodze znajduje się wyimaginowana linia, wykonana za pomocą taśmy lub sznurka, wystarczająco długa, aby wszyscy uczestnicy znaleźli się w jednej linii.

Instrukcje:

Uczestnicy mają za zadanie wykonać polecenia prowadzącego bez odzywania się. W wyimaginowanej linii muszą:

- zorganizować się na linii w kolejności alfabetycznej swoich imion;
- ustawić się na linii w kolejności od najmniejszego do najwyższego;
- uporządkować się na linii w kolejności od jaśniejszego koloru oczu do ciemniejszego koloru oczu;
- ustawiają się na linii w kolejności od najdalszego do najbliższego adresu zamieszkania (w przeliczeniu na km) w stosunku do miejsca, w którym odbywają się warsztaty;
- ustawiają się na linii w kolejności od najdalszego do najbliższego kraju produkcji koszulki/topu/swetra, który noszą (w rozumieniu n. km);

Podsumowanie/dyskusja:

Prowadzący może na koniec zadać kilka pytań typu "jak było"? Czy mieliście trudności z powodu tego, że musieliście wykonywać zadania bez mówienia? A co z ostatnim zadaniem? Czy wszyscy byliście w stanie znaleźć kraj produkcji waszych ubrań?

Ocena i oczekiwania

Przygotowania:

Wydrukowany kwestionariusz (załącznik 1), kartki papieru w rozmiarze i kształcie karteczek post-it oraz sznurek przymocowany wzdłuż ściany lub między kolumnami/koszykami za pomocą małych klamerek lub podobnych.

Instrukcja:

W tym ćwiczeniu uczestnicy są proszeni o zastanowienie się nad swoimi oczekiwaniami, dlatego najpierw muszą narysować na kartce papieru kształt tkaniny. Następnie proszeni są o indywidualne zastanowienie się nad swoimi oczekiwaniami wobec tego 3-dniowego warsztatu i zapisanie ich w narysowanym kształcie tkaniny. Na każde oczekiwanie przeznaczana jest jedna kartka papieru. Następnie uczestnicy mają 10 minut na wypełnienie kwestionariusza dotyczącego ich przyzwyczajęń i odczuć (załącznik 1) związanych z tematem. Kwestionariusz zostanie zebrany przez prowadzącego.

Podsumowanie/dyskusja:

Podczas sesji plenarnej prowadzący pyta, czy ktoś chce podzielić się swoimi oczekiwaniami. Prowadzący powinien starać się podkreślać wspólne oczekiwania uczestników itp. w celu stworzenia poufnej atmosfery i warunków uczestnictwa.

Wskazówki dla prowadzących:

- Więcej gier z imionami można znaleźć pod tym linkiem <https://learningforchange.net/knowledge-base/icebreakers-and-name-games/>;
- Aby icebreaker trwał dłużej, prowadzący może wyznaczyć dodatkowe zadania;
- Możliwe jest rozszerzenie podsumowania poprzez zadawanie pytań dotyczących kwestionariusza, co ma na celu zwiększenie atmosfery współpracy i uczestnictwa.

Session 1

Czas trwania: 45 min.

Cele dydaktyczne sesji:

- **podejście do tematu zrównoważonego rozwoju** -
- **rozwijanie i doskonalenie krytycznego myślenia**
- **rozwijanie i doskonalenie umiejętności komunikacyjnych**
- **rozwijanie i doskonalenie umiejętności samoanalizy**
- **rozwijanie umiejętności pracy w zespole i współpracy**

Materiały: kolorowe ołówki, taśma klejąca, karteczki samoprzylepne, plakaty - co najmniej 2 dla prowadzącego i po jednym dla każdej grupy.

Zrównoważony podwieczorek

Przygotowania:

Różne stoły z krzesłami wokół, na stole leży plakat, kilka kolorowych ołówków i kilka karteczek samoprzylepnych. Na środku plakatu na stole narysowany jest talerz z herbatnikami. Na ścianie są już przyklejone 2 plakaty w taki sposób, aby każdy mógł je łatwo obejrzeć.

Instrukcja:

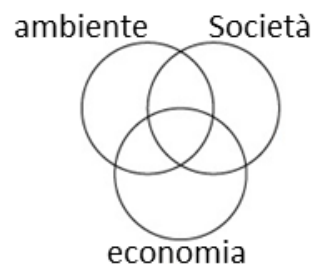
Uczestnicy zostają podzieleni na grupy 2-4 osobowe i proszeni są o usadowienie się w kręgu wokół stołu, a każdy z nich proszony jest o narysowanie swojej własnej filiżanki herbaty. Wewnątrz kształtu indywidualnej filiżanki proszeni są o wypisanie najbardziej zrównoważonych nawyków, które stosują lub stosowali na co dzień.

Powinni wypisać co najmniej 3 do 5 nawyków w ciągu około 5 minut. Kiedy skończą, mają kolejne 15 minut na podzielenie się swoimi nawykami między grupami i wspólne wybranie 3 najlepszych zrównoważonych

nawyków zespołu. Te 3 najlepsze zrównoważone nawyki należy zapisać na karteczkach samoprzylepnych i umieścić na środku plakatu, wewnątrz talerza.

Następnie każda grupa krótko prezentuje swój obrus i stara się wyjaśnić powody, dla których właśnie te nawyki zostały uznane za najbardziej zrównoważone. Powody te zostają zapisane na karteczkach samoprzylepnych przez prowadzącego na jednym z plakatów, który został wcześniej powieszony na ścianie.

W drugiej części gry, zaczynając od powodów podanych na karteczkach samoprzylepnych, prowadzący zaprasza i prowadzi uczestników do określenia 3 wymiarów zrównoważonego rozwoju, w których podane powody mogłyby być potencjalnie pogrupowane, na przykład poprzez przeniesienie karteczek samoprzylepnych w różne miejsca plakatu. Mają na to około 10 minut, a kiedy skończą, jeden z wybranych przedstawicieli grupy wyjaśnia uzasadnienie



zastosowanej przez nich metody grupowania. Następnie prowadzący poprowadzi uczestników do rozpoznania obszarów, które zidentyfikowali z trzema obszarami zrównoważonego rozwoju, tj. środowiskowym, społecznym i ekonomicznym, jak pokazano na rysunku.

Następnie, prowadzący rysuje na nowym, pustym plakacie, wcześniej powieszonym na ścianie, 3 wymiary jako 3 koła częściowo zachodzące na siebie i oznacza je nazwami tych trzech wymiarów. Teraz powinien zadać pytania naprowadzające/refleksyjne i wyjaśnić, jaki wpływ mają zachowania na te trzy wymiary, podając również krótkie wyjaśnienie, czym jest "zrównoważony rozwój".

Następnie grupy mają 5 minut na ponowne przyjrzenie się swoim trzem najbardziej zrównoważonym nawykom (które zidentyfikowali na początku i umieścili w kształcie talerza), zastanowienie się, czy są inne nawyki, które są bardziej zrównoważone lub czy są jeszcze jakieś dwa inne, które warto wybrać. Na koniec każda grupa prezentuje swoje 3 najlepsze zrównoważone nawyki i wspólnie z innymi uczestnikami dyskutuje, w którym kole (lub na którym poziomie) umieścić wybrane nawyki. W tej fazie ważne jest, aby młodzi ludzie myśleli, dyskutowali i dzielili się opiniami na temat wpływu każdego z nawyków na środowisko, społeczeństwo i gospodarkę. Może się zdarzyć, że przyklepią karteczkę samoprzylepną w jednym z kół lub w części pokrywającej się z dwoma, a może w środku trzech, co oznacza, że dany nawyk jest zrównoważony w odniesieniu do wszystkich trzech wymiarów.

Podsumowanie/dyskusja:

Prowadzący zadaje kilka pytań, takich jak: "Czy wiedziałeś o tych 3 poziomach? Czy wiedzieliście o koncepcji i znaczeniu zrównoważonego rozwoju? Czy sądzicie, że jest jakiś poziom ważniejszy od innych?"

Czy myślicie, że Wasi rówieśnicy i przyjaciele na ogół zastanawiali się nad swoim zachowaniem tak jak Wy teraz? Ilu z Was wskazało jakieś nawyki związane z modą i ubraniami?

Wskazówki dla prowadzącego:

- Nie przejmuj się, jeśli uczestnicy będą mieli trudności z identyfikacją trzech kategorii, celem ćwiczenia jest skłonienie ich do refleksji nad wpływem ich własnych nawyków;
- Jeśli w drugiej części ćwiczenia uczestnicy będą mieli trudności z identyfikacją trzech makroobszarów zrównoważonego rozwoju (środowisko, społeczeństwo i gospodarka), prowadzący ma za zadanie pomóc im i naprowadzić ich na tę identyfikację. Ostatecznie także poprzez podanie rozwiązania;
- Aby zapoznać się z wymiarami zrównoważonego rozwoju i lepiej wesprzeć dyskusję podsumowującą, w załączniku 1 - dzień 1 zamieszczono kilka przydatnych wskazówek i linków;
- W trakcie podsumowania, w pewnym momencie przydatne może być poprowadzenie dyskusji również w kierunku zwyczajów związanych z ubraniami i modą, aby coraz bardziej zbliżać się do tematu i zrozumieć postrzeganie przez uczestników wpływu tego przemysłu;
- Po tym ćwiczeniu można zrobić krótką przerwę dla uczestników.

Przerwa/Icebreaker

Czas trwania: 15 min.

Cele dydaktyczne sesji:

- poprawienie umiejętności budowania zespołu
- zwiększenie świadomości na temat wartości, jaką nadajemy ubraniom
- zwiększenie świadomości również na temat cyklu życia naszych ubrań

Materiały: kartka papieru, kolorowe kredki i pinezki.

Icebreaker

Przygotowania:

Uczestnicy ustawiają się w kręgu, a każdy z nich wyposażony jest w kartkę papieru, kolorowy ołówek i pinezkę.

Instrukcja:

Prowadzący zadaje uczestnikom pytanie: "Gdybym była moją ulubioną sukienką/ubranie, jaką sukienką/ubranie byłabym/byłbym?". Uczestnicy wybierają i zapisują swoją odpowiedź na kartce, ewentualnie dopisując na tkaninie (np. jestem moim ulubionym Jeansem, tym, który mam na sobie podczas koncertu mojej ulubionej gwiazdy...).

Następnie muszą przymocować papier szpilką w widocznym miejscu do koszuli, tak aby inni uczestnicy mogli się im przyjrzeć. Następnie mają kilka minut, aby bez mówienia przeczytać wzajemnie swoje odpowiedzi. Następnie prowadzący dzieli uczestników na pary i obaj uczestnicy po kolei wykonują następujące zadanie, w którym uczestnik A jest wybraną przez siebie tkaniną, a uczestnik B jest jej właścicielem.

Prowadzący prowadzi proces, wypowiadając na głos zadania:

- przynieś/dotknij tkaninę, na której są plamy po lodach lub gorącej czekoladzie i użyj środka wstępnego/odplamiacza;
- wrzuć tkaninę do pralki i rozpocznij cykl prania;
- rozwieś i / lub wyprasuj swoją tkaninę;
- ok, zdajesz sobie sprawę, że na tkaninie jest rysa, napraw ją;
- ok, twoja tkanina zbliża się do swego kresu... powiedz jej kilka chwalebnych i pełnych wdzięczności słów.

Podsumowanie/dyskusja:

Jak się czułeś? Które zadanie było najdziwniejsze? Które z nich było najtrudniejsze? Jak się czułeś, wyrzucając swoją tkaninę? Czy chciałeś mieć szansę, aby ją naprawić lub użyć ponownie? Albo dać jej drugie życie?

Wskazówki dla prowadzącego:

- W przypadku osób, które nigdy wcześniej się nie spotkały, upewnij się, że wszyscy uczestnicy czują się swobodnie podczas tego icebreakera;
- Możesz dodać kolejne zadania do gry;

W zależności od dostępnego czasu możesz odwrócić role tkaniny i właściciela.

Sesja 2

Czas trwania: 60 min.

Cele dydaktyczne sesji:

- zwiększanie świadomości na temat skutków szybkiej mody
- zwiększenie świadomości na temat skutków zanieczyszczenia środowiska
- zdekonstruowanie przekonania, że "trwałe ubrania" są stare, nie kolorowe lub modne
- rozwijanie umiejętności krytycznego myślenia, empatii i obserwacji

Materiały: Aplikacja Actionbound App pobrana na telefony komórkowe uczestników; telefony komórkowe uczestników; wyzwanie Actionbound (załącznik 1).

Zróbmy to!

Przygotowanie:

Młodzi ludzie są podzieleni na grupy lub grają indywidualnie, aby podjąć wyzwanie połączone z poszukiwaniem skarbów za pomocą aplikacji Actionbound (do pobrania za darmo). Jest to bardzo prosta aplikacja używana do tworzenia wszechstronnych poszukiwań skarbów, a także wyzwań edukacyjnych lub działań integracyjnych, więc proponujemy wychowawcom, czytelnikom, nauczycielom i osobom pracującym z młodzieżą wykorzystanie tego narzędzia również do innych działań.

Pod tym [linkiem](#) znajdziecie bazę Actionbound stworzoną na potrzeby projektu. Można z niego korzystać zarówno w niezmienionej formie (stworzyliśmy standardowe wyzwanie gotowe do wykorzystania), jak i czerpać inspirację do tworzenia własnych wyzwań. Kiedy "poszukiwanie skarbów" jest już gotowe, prowadzący pobiera lub drukuje kod QR, aby udostępnić grę.

W zależności od miejsca, w którym znajduje się grupa, poszukiwanie skarbów może być bardziej statyczne lub bardziej dynamiczne.

Instrukcja:

Prowadzący sprawdzi, czy wszyscy uczestnicy mają naładowane baterie i telefony komórkowe gotowe do działania, a następnie poprosi ich o zeskanowanie kodu QR lub kliknięcie w otrzymany link. Następnie wyjaśnia kilka rzeczy na temat wyzwania i sposobu, w jaki można poprosić o wsparcie (poprzez sms, telefon lub infopunkt). Po tym uczestnicy mogą rozpocząć wyzwanie.

Podsumowanie/dyskusja:

Prowadzący zadaje pytania typu "jak się czułeś? Czy było trudno? Czy było jakieś zadanie, które zrobiło na Tobie większe wrażenie niż inne? Czy były jakieś zadania, których się nie spodziewałeś? Czy chcesz się podzielić jakimiś spostrzeżeniami?"

Wskazówki dla prowadzącego:

- Sprawdzaj i wspieraj uczestników za pomocą aplikacji lub linku;
- Jeśli zamierzasz stworzyć własne wyzwania, postaraj się stworzyć powiązania między elementami przyrodniczymi a tematem zrównoważonej odzieży lub jego odpowiednikami (szybka moda, plastik w odzieży, zanieczyszczenie środowiska itp);
- Pamiętaj, że uczestnicy mogą również robić zdjęcia, które prześlą koordynatorowi;
- Interesujące i motywujące może być przyznanie nagrody zwycięzcy(om).

Sesja kończąca

Czas trwania: 20 min.

Cele dydaktyczne sesji:

- usystematyzowanie wiedzy, idei i emocji
- promowanie i zachęcanie do gromadzenia informacji i prowadzenia badań
- rozwijanie umiejętności analizy i krytycznego myślenia

Materiały: kolorowe ołówki, co najmniej dwa plakaty, karteczki samoprzylepne

Skontaktuj się ze swoim influencerem!

W kręgu (siedząc na krzesłach) uczestnicy są proszeni o pomyślenie o influencerach (niekoniecznie modowych), których śledzą, o znalezienie kilku lokalnych lub osiągalnych influencerów, których znają (lub osiągalnych nowo poznanych, którzy mogliby być dla nich interesujący), ale także nie tak łatwo osiągalnych influencerów, i postawienie im wszystkich tych samych pytań z samooceny, którą przeprowadzili na początku dnia (sesja startowa) i zapisanie w jakiś sposób ich odpowiedzi, jeśli na nie odpowiedzą, oraz przyniesienie tych odpowiedzi w dniu 2. Mogą również pytać o inne rzeczy związane z tematem zrównoważonej mody, jeśli chcą. W przypadku, gdy nie mogą dotrzeć do żadnego influencera, są zobowiązani do zadania pytań przynajmniej dwóm osobom spośród swoich znajomych i krewnych/przyjaciół.

Fix it & podsumowanie:

Przygotowania:

Prowadzący oraz wszyscy uczestnicy powinni widzieć ścianę, do której przymocowane są dwa plakaty: na jednym z nich znajdują się dwa obszary nazwane odpowiednio "emocje" i "wiedza", podczas gdy drugi plakat nosi nazwę/etykietę "co chcę zmienić, aby żyć w bardziej zrównoważonym świecie?"

Instrukcja:

Następnie uczestnicy są proszeni o napisanie (bezpośrednio na plakatach lub za pomocą karteczek samoprzylepnych) na plakacie 1 o emocjach, których doświadczali oraz interesujących informacjach i wiedzy, którą uważają za cenną, a na plakacie 2 o tym, co chcieliby zmienić w swoich zachowaniach w oparciu o nową wiedzę, którą zdobyli podczas pierwszego dnia warsztatów.

Na koniec dnia uczestnicy otrzymują link do [platformy MILES](#), gdzie są zaproszeni do oceny i pogłębienia tematu zrównoważonej mody.

DZIEŃ 2

(Ramy i inspiracja)

Stater/icebreaker

Czas trwania: 15 min.

Cele dydaktyczne sesji:

- przypomnienie sobie niektórych informacji zdobytych podczas poprzedniego dnia zajęć
- rozwijanie refleksji i krytycznego myślenia
- zwiększenie świadomości na temat swojej wiedzy o ubraniach, które noszą na co dzień
- rozgrzewka i przygotowanie kanałów komunikacji i empatii do następnej części

Materiały: 4 kartki papieru, na których zapisane są odpowiednio 4 punkty kardynalne.

Skąd biorą się moje ubrania?

Przygotowania:

Na podłodze/trawie, na większej przestrzeni, należy umieścić kartki z punktami kardynalnymi w odpowiednim miejscu. Prowadzący ustawia się w miejscu, które powinno odpowiadać krajowi, w którym znajduje się grupa.

Instrukcja:

Uczestnicy ustawiają się w kręgu, a prowadzący prosi ich, aby zastanowili się, czy wiedzą, skąd pochodzą ich ubrania i gdzie są dokładnie produkowane. Następnie uczestnicy otrzymują 5 karteczek samoprzylepnych w 4 różnych kolorach, przedstawiających odpowiednio górną część garderoby (np. koszulę, t-shirt, top, itp.), dolną część garderoby (np. spódnicę, spodnie, dżinsy), skarpetki, bieliznę i proszeni są o wpisanie na każdej z nich swojego imienia.

Następnie uczestnicy są pytani w 4 rundach, czy wiedzą skąd pochodzą ich ubrania i w razie potrzeby sprawdzają to, a następnie przyklejają na mapie plakaty odpowiadające krajowi produkcji ich ubrań; w przypadku ubrań wierzchnich mogą poprosić o dodatkową karteczkę w tym samym kolorze, jeśli mają na sobie kurtkę, bluzę, sweter, itp. Aby wykonać zadania, uczestnicy mogą sprawdzić metki swoich ubrań, mogą pomagać sobie nawzajem w oglądaniu metek lub udać się do prywatnej przestrzeni, aby przyjrzeć się im samodzielnie. Jeśli ktoś nie wie, skąd pochodzi jego ubranie (gdzie przyklepić karteczkę na mapie), może po prostu przyklepić karteczkę na ścianie poza mapą.

Podsumowanie/dyskusja:

Na koniec warto byłoby skłonić uczestników do refleksji nad faktem, że prawdopodobnie niektórzy z nich nie wiedzieli, gdzie wyprodukowano niektóre z ich ubrań i być może żałują, że nie wiedzieli o tym wcześniej (tak jakby zastanawiali się nad jedzeniem, które jedzą lub wodą, którą piją) i zapytać ich o zdanie i o to, czy chcieliby znać kraj produkcji i uzasadnienie tego faktu.

Wskazówki dla prowadzącego:

- Aby było to bardziej wymowne, można by powiesić sznurek/sznurek od kraju produkcji do kraju lub regionów zamieszkania, aby jeszcze bardziej uwidocznić odległość od "produkcji" do "konsumpcji";
- Interesujące mogłoby być pozwolenie uczestnikom na dopisanie na karteczkach samoprzylepnych nazwy marki każdego z ich ubrań, aby skłonić ich do refleksji nad tym, jak daleko od siebie poszczególne marki produkują ich ubrania.

Sesja 1

Czas trwania: 1h

Cele dydaktyczne sesji:

- rozwijanie i doskonalenie krytycznego myślenia
- rozwijanie i doskonalenie umiejętności komunikacyjnych
- rozwijanie i poprawa zdolności do samoanalizy
- rozwijanie samoświadomości na temat roli i własnego postrzegania influencerów
- zwiększenie świadomości możliwości w zakresie zrównoważonej odzieży

Materiały: jeśli influencer nie może uczestniczyć osobiście, potrzebny jest komputer lub telefony komórkowe uczestników, plus dane mobilne i ewentualnie odpowiedzi zebrane przez uczestników od influencerów, z którym się skontaktowali.

Świadectwo zmiany sposobu myślenia

Przygotowania:

Uczestnicy siadają w półkolu i jest miejsce zarezerwowane dla gościa, jeśli może przyjść osobiście, lub dla komputera albo dla każdego uczestnika z jego telefonem komórkowym. Jeśli są trudności ze znalezieniem świadectwa, zobacz "Wskazówki dla prowadzących", aby znaleźć alternatywne rozwiązania, na końcu tej sesji..

Instrukcja:

Podczas tego ćwiczenia młody świadek/influencer będzie wchodził w interakcję z grupą młodych ludzi, wyjaśni swoje doświadczenia związane ze zrównoważonymi zachowaniami, możliwościami stojącymi za świadomym działaniem i wyborem w codziennej rutynie. Mogą oni zadawać pytania dotyczące samooceny (dzień 1 - druga część sesji startowej) lub inne, na które mają ochotę. Powinni czuć się swobodnie w wymianie opinii, pomysłów, wątpliwości i wszystkiego, co przyjdzie im do głowy na temat zrównoważonego rozwoju, a zwłaszcza zrównoważonego rozwoju w ubraniach.

Czas na influencera!

Przygotowania:

Uczestnicy siedzą w kółku.

Instrukcja:

Uczestnicy proszeni są o podanie odpowiedzi udzielonych przez influencerów, przyjaciół, członków rodziny i znajomych, z którymi się skontaktowali. Dyskusja może rozpocząć się od analizy odpowiedzi udzielonych na każde z pytań samooceny, a w niektórych przypadkach od podzielenia się tym, co mogli wyrazić influencerzy. Prowadzący powinien ułatwić wymianę zdań i samą dyskusję i może zadawać pytania, aby skłonić uczestników do refleksji, znalezienia własnego postrzegania spraw i opinii na temat zebranych stwierdzeń.

Podsumowanie/dyskusja:

Prowadzący może przeprowadzić podsumowanie, które będzie funkcjonalne dla obu ćwiczeń, pytając uczestników, czy spodziewali się takiej odpowiedzi od świadka/influencera. Ważne jest, aby nie oceniać i nie mówić, co jest dobre, a co złe, ale raczej zapytać uczestników, co sądzą o danym stwierdzeniu lub udzielonej odpowiedzi, czy zgadzają się z nimi, czy nie i dlaczego, czy spodziewali się innej odpowiedzi lub stanowiska, czy to, co zadeklarował ich rozmówca lub świadectwo jest zgodne lub nie z ich myślami lub opiniami. Tak więc w tej fazie ważne jest, aby stymulować ich krytyczne myślenie, refleksję i umiejętności analizy.

Wskazówki dla prowadzącego:

- Ważne jest, aby wiedzieć z wyprzedzeniem, czy uczestnicy otrzymali jakąś odpowiedź od influencera, z którym się skontaktowali, aby odpowiednio zarządzać czasem trwania ćwiczenia "Świadectwo zmiany sposobu myślenia";
- Dla "Świadectwa zmiany sposobu myślenia" prowadzący może znaleźć własne świadectwo lub wykorzystać nagrane wideo, które można znaleźć na stronie Wear(e)able Website toolbox (z angielskimi napisami) [\[link\]](#)

- W przypadku ćwiczenia "Czas na influencera" ważne jest, aby nie oceniać i nie wskazywać, co jest dobre, a co złe, ale raczej pytać uczestników o ich przemyślenia. Ważne jest, aby stymulować ich krytyczne myślenie, refleksję i umiejętności analityczne. Powinni sami znaleźć "swoją drogę";
- Po tym ćwiczeniu, przed kolejnym, warto dać uczestnikom czas na małą przerwę.

Przerwa/Icebreaker

Czas trwania: 30 min.

Cele dydaktyczne sesji:

- usprawnienie pracy w zespole
- zwiększenie świadomości na temat wartości, jaką nadajemy ubraniom
- zwiększenie świadomości na temat ścisłego związku między ubraniem a kulturą/ statusem społecznym/ autoprezentacją itp.

Materiały: miseczka zawierająca różne cytaty, powiedzenia i przysłowia dotyczące używania ubrań, zapisane na różnych złożonych kartkach papieru. Każda kartka musi zawierać tylko jedno powiedzenie lub przysłowie.

Ubrania we mnie

Przygotowania:

Krzesła ustawione są w półkolu po jednej stronie sali, na środku znajduje się przygotowana miska z wybranymi wcześniej cytatami i powiedzeniami zapisanymi na kartkach papieru.

Instrukcja:

W parach lub indywidualnie uczestnicy mają za zadanie wyciągnąć papiera z miski. Następnie mają 1 minutę na zastanowienie się, jak przedstawić je innym uczestnikom (kalambury). Następnie, w różnych turach, każdy uczestnik lub para musi mimiką przedstawić powiedzenie pozostałym uczestnikom, a ci muszą znaleźć właściwe powiedzenie lub przysłowie. Zwycięzca każdej tury przejmuje scenę do pantomimy lub przekazuje ją innemu uczestnikowi lub grupie, która jeszcze jej nie wykonała.

Podsumowanie/dyskusja:

Prowadzący może zapytać ich, czy znają to powiedzenie, czy go używają, czy znają historię metafory, która się za nim kryje i jak się czuli, odgrywając je.

Wskazówki dla prowadzącego:

- Prowadzący powinien być do dyspozycji, by w razie potrzeby wyjaśniać wątpliwości co do sensu cytatu lub przysłowia, a także zarządzać czasem i kolejnymi etapami zabawy mimicznej;

Ciekawym rozwiązaniem może być udostępnienie uczestnikom ubrań i przedmiotów, w których zawarte są wybrane przysłowia lub cytaty.

Sesja 2

Czas trwania: 75 min. (45 minutes for the game + about 30 min. for debriefing)

Cele dydaktyczne sesji:

- zwiększanie świadomości na temat efektu fast fashion
- zwiększanie świadomości na temat efektu zanieczyszczania środowiska
- zwiększanie świadomości na temat produkcji fast fashion i dynamiki biznesu
- zwiększanie świadomości na temat roli nabywców
- zwiększanie świadomości na temat znaczenia posiadania informacji przed zakupem
- rozwijanie umiejętności krytycznego myślenia, empatii i obserwacji

Materiały: wydrukowane profile ról do gry (załącznik 2).

Właściwa cena

Przygotowania:

Do dyspozycji uczestników jest duży koc piknikowy (lub kilka mniejszych koców piknikowych ustawionych jeden obok drugiego), a prowadzący ma już wydrukowane wszystkie materiały dla uczestników.

Prowadzący powinien już wiedzieć, jakie profile przydzielić każdemu uczestnikowi.

Instrukcja:

To ćwiczenie jest grą fabularną, w której każdy uczestnik ma określoną rolę/profil osobowy i musi działać zgodnie z nią. Celem gry dla wszystkich jest podjęcie decyzji i osiągnięcie porozumienia w sprawie ceny odzieży.

W grze biorą udział konsumenci, producenci, osoby wywierające wpływ, organizacje pozarządowe, stowarzyszenie handlowe konsumentów oraz obserwatorzy, a kontekst ramowy, w którym toczy się gra jest następujący:

Altroconsumatore", krajowe stowarzyszenie handlowe konsumentów, jest wrażliwe na etykę w cyklu produkcyjnym towarów konsumpcyjnych i w zeszłym miesiącu zorganizowało posiedzenie okrągłego stołu w celu określenia najlepszej wartości ekonomicznej/ceny niektórych ubrań, ceny, która powinna wynosić od minimum 10 € do maksimum 100 €.

Dzisiejszym przedmiotem dyskusji jest koszula, casualowa i kolorowa, wykonana z różnych materiałów (zarówno naturalnych jak i syntetycznych). Wszyscy goście zaproszeni przez Stowarzyszenie

Altroconsumatore do dyskusji przy okrągłym stole są proszeni o przedyskutowanie i znalezienie wartości/ceny koszuli, uzgodnionej przez wszystkich".

Po tym wstępie uczestnicy mają 10 minut na zapoznanie się z przydzielonym profilem, poproszenie prowadzącego o potrzebne wyjaśnienia i sugestie w celu właściwego działania i rozwiania wątpliwości.

Na podstawie liczby uczestników podział ról powinien być następujący:

5 u. > 1 przedstawiciel Stowarzyszenia, 2 producentów, 1 konsument/kupujący, 1 obserwator

6 u. > 1 przedstawiciel Stowarzyszenia, 2 producentów, 2 konsumentów/kupców, 1 obserwator

7 u. > 1 przedstawiciel stowarzyszenia, 2 producentów, 2 konsumentów/nabywców, 2 obserwatorów

8 u. > 1 przedstawiciel stowarzyszenia, 2 producentów, 2 konsumentów/nabywców, 2 obserwatorów, 1 influencer

9 u. > 1 przedstawiciel stowarzyszenia, 2 producentów, 2 konsumentów/nabywców, 3 obserwatorów, 1 influencer,

10 u. > 1 przedstawiciel stowarzyszenia, 2 producentów, 2 konsumentów/nabywców, 3 obserwatorów, 1 influencer, 1 organizacja pozarządowa

Rola obserwatora(ów) jest ważna, ponieważ będzie miała zasadnicze znaczenie dla momentu podsumowania. Dokładniej rzecz biorąc, obserwator/obserwatorzy muszą zaobserwować i zapisać następujące elementy, od najbardziej do najmniej istotnych:

- relacje siły/władzy pomiędzy różnymi aktorami i różnymi rolami
- argumenty, których uczestnicy używali i dyskutowali podczas obrad okrągłego stołu w odniesieniu do zrównoważonego rozwoju środowiskowego, społecznego i ekonomicznego
- główne argumenty przytoczone przez uczestników w celu podtrzymania ich stanowiska w sprawie sugerowanej ceny oraz jasność i/lub przejrzystość ich wypowiedzi
- zmiana poglądów i opinii w trakcie obrad okrągłego stołu
- aspekty emocjonalne pojawiające się w celu podtrzymania i promowania własnego stanowiska w sprawie proponowanej ceny.

Z tego powodu muszą oni odbyć "osobistą rozmowę" z prowadzącym przed rozpoczęciem gry, aby wiedzieć z wyprzedzeniem, czyj profil został przydzielony komu, i aby móc przygotować szablon dokumentu i/lub notatek (patrz przykład w załączniku 2).

Rolą Stowarzyszenia "Altroconsumatore" jest ułatwianie dyskusji przy stole (i działanie jako rodzaj moderatora) bez wpływania na samą dyskusję, udziela głosu osobom, które jeszcze nie zabrały głosu lub zaprasza innych do interwencji. Jego/jej rolą jest również zarządzanie czasem gry, poprzez przypominanie przynajmniej raz po upływie połowy czasu, przynajmniej około 15 minut od rozpoczęcia dyskusji przy okrągłym stole i 5 minut przed końcem dyskusji przy okrągłym stole. Osoba ta ma również za zadanie zapisywać na kartce (patrz przykład w załączniku 2) propozycje cenowe i zmiany dokonywane przez gości oraz zapisywać ostateczną decyzję dotyczącą ceny koszuli po osiągnięciu porozumienia między uczestnikami. Jeśli porozumienie nie zostanie osiągnięte, to miejsce pozostanie puste. Wreszcie, influencer nie będzie musiał zgodzić się na cenę, a raczej będzie musiał wybrać firmę, którą będzie wspierał po zakończeniu dyskusji.

Podsumowanie/dyskusja:

Podsumowanie opiera się na ustaleniach i zapisach obserwatora. Tak więc, zasadniczo, po kilku ogólnych pytaniach zadanych przez prowadzącego wszystkim uczestnikom, takich jak "Jak było? Czy czułeś się komfortowo, czy nie w swojej roli? Czy odczuwałeś różne emocje?", zaczyna on/ona zadawać obserwatorowi/obserwatorom informacje na temat podanych elementów obserwacji i rozpoczyna dyskusję między uczestnikami, aby sprawdzić, czy istnieje zgodność i ewentualnie wyjaśnić sposób, w jaki przebiegała dyskusja lub powód określonego nastroju, odpowiedzi lub stanowiska itp.

Wskazówki dla prowadzącego:

- Ważne jest, aby upewnić się, że uczestnicy nie znają profilu innych uczestników.
- Uczestnicy muszą się dobrze przygotować w oparciu o swój profil i warto by było, gdyby prowadzący przydzielił konkretne role konkretnym uczestnikom w oparciu o ich osobowość i cechy;
- Na podstawie liczby obserwatorów można podzielić elementy do obserwacji, aby ułatwić im skupienie się na kilku z nich. Jeśli jest tylko jeden obserwator, może on skupić się na pierwszym 1 lub na 3 elementach;
- W przypadku liczby uczestników większej niż 10, prowadzący może utworzyć mniejsze grupy lub zwiększyć liczbę osób pełniących określone role, np. dodając: inny profil producenta, innego kupca lub obserwatora;
- To ćwiczenie powinno być naprawdę stymulujące, w konsekwencji moment podsumowania może trwać dłużej lub też musi być starannie poprowadzony, aby zmieścić się w dostępnych ramach czasowych.

Sesja kończąca

Czas trwania: 20 min.

Cele dydaktyczne sesji:

- usystematyzowanie wiedzy, pomysłów i emocji
- promowanie i zachęcanie do korzystania z internetowej platformy edukacyjnej MILES
- dekonstrukcja przekonania, że zrównoważony rozwój nie może iść w parze z innowacyjnością
- dekonstrukcja poglądu, że efekty fast fashion są czymś odległym od nas

Materiały: kolorowe ołówki, plakaty, karteczki samoprzylepne

Torba niespodzianka do domu

Każdy uczestnik otrzyma dobrze zamkniętą torbę-niespodziankę, którą będzie mógł otworzyć w domu, zawierającą wszystkie materiały potrzebne do skonstruowania swojej kamery VR, takiej jak Google Cardboard (patrz załącznik 2). Wewnątrz torby będzie znajdować się instrukcja montażu części, link do filmu VR przeznaczonego do oglądania na telefonie komórkowym, wszystko związane z tematem ochrony środowiska poprzez skupienie się na jego wartościach i wspaniałych aspektach lub skupienie się na problemach zanieczyszczenia mórz i rzek, takich jak zanieczyszczenie mikroplastikami. Tak więc, są oni proszeni o otwarcie torby z niespodzianką w domu, złożenie urządzenia VR zgodnie z instrukcjami i obejrzenie przypisanych filmów.

Fix it & podsumowanie

Przygotowania:

Krzesła w kółku. Prowadzący oraz wszyscy uczestnicy powinni widzieć ścianę, do której przymocowane są dwa plakaty: na jednym z nich znajdują się dwa obszary nazwane odpowiednio "emocje" i "wiedza", drugi plakat nosi nazwę/etykiety "co chcę zmienić" (jak w dniu 1).

Instrukcja:

Uczestnicy i prowadzący siedzą w kręgu, widzą się nawzajem i na forum omawiają główne wnioski i najważniejsze informacje uzyskane tego dnia. Wszystko odbywa się pod kierunkiem ogólnych pytań zadawanych przez prowadzącego, takich jak: "Czy uważasz, że nauczyłeś się czegoś nowego? Czy jest coś, czego nie spodziewaliście się zobaczyć/odkryć? Co było najbardziej interesujące lub zaskakujące?"

Następnie, podobnie jak w przypadku sesji kończącej dzień 1, uczestnicy są proszeni o napisanie (bezpośrednio na nich lub za pomocą karteczek samoprzylepnych) na plakacie 1 o emocjach, które odczuli oraz interesujących informacjach i wiedzy, którą uważają, że będą cenić, a na plakacie 2 o tym, co chcieliby zmienić w swoich zachowaniach, w oparciu o nową wiedzę, którą zdobyli podczas drugiego dnia warsztatów.

DZIEŃ 3

(Inspiracja do akcji)

Stater/icebreaker
Czas trwania: 15 min. Cele dydaktyczne sesji: • rozwijanie kreatywnego myślenia • rozwijanie umiejętności rozwiązywania problemów • rozwijanie umiejętności komunikacyjnych Materiały: kolorowy ołówek i papier, telefony komórkowe uczestników
Kreatywny malarz <i>Przygotowania:</i> Tu i tam w wymagowanym dużym kole leżą 2 papiery i 2 kolorowe ołówki. <i>Instrukcja:</i> Uczestnicy zostają podzieleni na pary i wybierają, kto jest parą A i B i muszą usiąść na podłodze/trawie tyłem do siebie. Następnie proszeni są o indywidualne wyszukanie w swoim telefonie komórkowym dowolnego zdjęcia (niekoniecznie związanego z tematem), bez pokazywania go partnerowi w grze. Najpierw uczestnicy A muszą opisać wybrane obrazki uczestnikom B, bez podawania nazw rzeczy, przedmiotów i osób. Uczestnicy B próbują narysować opisany obrazek. Następnie rysunki są sprawdzane na forum. Następnie w drugiej rundzie role są odwrócone, więc uczestnicy B opisują obrazek uczestnikom A bez nazywania rzeczy, przedmiotów i osób, a A muszą go narysować. Następnie rysunki są sprawdzane na forum. <i>Podsumowanie/dyskusja:</i> Interesujące może być udzielenie głosu każdej parze, aby powiedziała coś na temat przyjętej strategii, aby opisała wybrany obraz, najtrudniejszy moment, itp.
Wskazówki dla prowadzącego: • Inną wersją gry jest rozdanie uczestnikom wybranych wcześniej obrazków. W każdym razie, sugerujemy, aby prowadzący wybrał ładne, kolorowe obrazki, niekoniecznie związane z tematem,

ze względu na fakt, że ćwiczenie ma na celu jedynie stymulowanie kreatywności i strategii rozwijania umysłu;

- Opcjonalnie, prowadzący może poprosić uczestników o wskazanie najbardziej zbliżonych do oryginału rysunków i ogłosić zwycięzcę gry.

Sesja 1

Czas trwania: 45min

Cele dydaktyczne sesji:

- rozwijanie i doskonalenie krytycznego myślenia
- rozwijanie i doskonalenie umiejętności komunikacyjnych
- rozwijanie umiejętności rozwiązywania problemów
- rozwijanie kreatywnego myślenia

Materiały: 1 koc piknikowy dla każdej grupy 3/4, białe kartki A2 na każdy koc piknikowy; 4 formaty czarnych kartonowych pasków o różnych rozmiarach (1.: 20cmx3cm; 2.: 45cmx1,5cm; 3.: 30cmx4cm; 4.: 15cmx2,5cm), zszywacz i klej w sztyfcie dla każdego uczestnika lub ewentualnie zszywacz i klej w sztyfcie na każdy koc piknikowy.

ĆŚŚŚ...atak sztuki!

Przygotowania:

Wokół obszaru ćwiczenia rozłożonych jest kilka koców piknikowych. Na środku koca umieszczony jest biały papier A2, a na każdym miejscu dla uczestników znajdują się 4 rodzaje czarnych pasków tekturowych o różnych rozmiarach (1. 20cmx3cm; 2. 45cmx1,5cm; 3. 30cmx4cm; 4. 15cmx2,5cm), zszywacz i klej w sztyfcie lub zszywka i klej w sztyfcie na każdy koc, do podziału między uczestników.

Instrukcja:

Uczestnicy zostają podzieleni na małe grupy po 5/7 osób i siadają na kocach. Teraz mają za zadanie stworzyć dzieło, arcydzieło, które wyrazi kreatywność grupy, a jedyną zasadą jest zrobienie tego bez mówienia. Przed przystąpieniem do pracy daje się im kilka minut na zapoznanie się z kartonami, ale uwaga: nie należy sugerować, co można z nich zrobić, ale tylko i wyłącznie to, jak te kawałki papieru są elastyczne, można je związać, składać, itp.

Na początku, jeden uczestnik z każdego koca (który chce) zaczyna od umieszczenia jednego ze swoich fragmentów i zszywania go na białym arkuszu na środku stołu. Następnie, jeden po drugim, pozostali uczestnicy

wybierają i zszywają jeden ze swoich pasków czarnego kartonu. Każdy uczestnik będzie miał 4 ruchy, które będzie rozgrywał zgodnie z kolejnością. Czarne paski nie mogą być zerwane, aby uformować inne paski.

Po zakończeniu pracy twórczej grupa może wymienić się doświadczeniami, podzielić się nimi i nadać tytuł pracy, która zostanie zaprezentowana na forum. Po wszystkich prezentacjach odbywa się małe podsumowanie.

Podsumowanie/dyskusja:

Prowadzący może zadać kilka pytań typu: "Jak było? Jak poszło? Jak powstawało dzieło? Kto zaczął pierwszy? Czy jesteście zadowoleni? itd."

Wskazówki dla prowadzącego:

- Opcjonalnie można zadać pytania podsumowujące po każdej prezentacji arcydzieła;
- Po tej sesji, a przed rozpoczęciem sesji 2, warto zrobić małą przerwę dla uczestników.

Session 2

Czas trwania: 120 min. (20" faza 1, 100" faza 2)

Cele dydaktyczne sesji:

- rozwijanie zdolności twórczego myślenia
- rozwijanie umiejętności rozwiązywania problemów
- rozwijanie umiejętności projektowania
- rozwijanie poczucia inicjatywy i przedsiębiorczości
- rozwijanie poczucia wspólnoty i aktywnego obywatelstwa
- rozwijanie empatii i poczucia odpowiedzialności

Materiały: wydrukowany szablon projektu, karteczki samoprzylepne, papier, kolory do tkanin, kolorowe kredki, zszywacz, pistolet do kleju, stare ubrania, odzież, skrawki, 1 biały plakat (ok. 70*100cm) i plakaty wypełnione podczas sesji zamykającej dzień 1 i dzień 2 w ramach działania "Fix-it", flipchart (o ile nie ma ścian ani drzew)

Jak...ubrać zmianę?

Przygotowania:

Do dyspozycji są różne koce piknikowe do pracy grupowej lub indywidualnej. Na kocach znajduje się kilka wydrukowanych szablonów do opracowywania pomysłów, kolorowe ołówki, białe kartki do robienia notatek i szkiców. Ponadto, plakaty wypełnione podczas sesji zamykającej dzień 1 i 2 w ramach ćwiczenia "Fix-it" są umieszczone na ścianie, drzewie lub flipcharcie. Jest też osobny koc z różnymi materiałami (ubrania, stare ubrania, skrawki, pistolet do kleju, kolory do tkanin, itp.)

Faza 1

Uczestnicy mają 5 minut na indywidualne przyjrzenie się wszystkim rzeczom, które pojawiły się i zostały zapisane na plakatach "Fix-it" z dnia 1 i 2. Następnie mają kolejne 10 minut na ponowne przyjrzenie się tylko tej części plakatu, która dotyczyła "Co chcę zmienić, aby żyć w bardziej zrównoważonym świecie?" i jeśli chcą, mogą dodać na nowym białym plakacie (wcześniej przyklepionym obok innych) coś jeszcze, jakieś inne rzeczy, sytuacje, zachowania ludzi, które chcieliby zmienić, szczególnie związane z negatywnymi skutkami szybkiej mody, zanieczyszczeniem mikroplastikiem, itp. Ale są również proszeni o refleksję i próbę przypomnienia sobie, jakie jest/było pochodzenie rzeczy, które chcą zmienić.

Teraz, na tym ważnym etapie, są proszeni o zapisanie na karteczkach samoprzylepnych wszystkich pomysłów, które przychodzą im do głowy, aby osiągnąć tę zmianę, aby zrobić krok naprzód i podążać w kierunku tej zmiany; muszą czuć się swobodnie i zapisywać wszystko, co praktyczne, teoretyczne, szalone i naprawdę konkretne działania, wszystko, co jest szybkie i wykonalne i wszystko, co wydaje się niemożliwe. Na tym etapie ważna jest rola prowadzącego, który stymuluje uczestników podczas burzy mózgów z motywującymi stwierdzeniami, zachęcając ich do zabawy z kreatywnością; należy ich pobudzić do myślenia o swoim pomysle, zaczynając stwierdzenie od "Co by było gdyby...".

Faza 2

Po zakończeniu burzy mózgów prowadzący prosi uczestników, aby przyjrzeni się wszystkim pomysłom zapisanym na karteczkach, następnie prosi ich o wybranie jednego pomysłu (dowolnego, bez względu na to, czy jest to pomysł kogoś innego) i odczytanie go na głos. Jeśli ktoś nie chce pracować sam, może dołączyć do kogoś innego, innej grupy lub poprosić kogoś, by do niego dołączył. Ważne jest, aby na koniec mieć w sumie przynajmniej 2 lub 3 opracowane pomysły.

Prowadzący zaprasza teraz uczestników, aby usiedli przy stołach (jeden stół, jeden pomysł) i prosi ich o przyniesienie szablonu rozwoju pomysłu (patrz załącznik 3), który posłuży im jako przewodnik do dalszego rozwoju ich pomysłu, przekształcenia go w projekt i wyjaśnienia wątpliwości, gdy zajdzie taka potrzeba. Podczas fazy rozwoju, prowadzący przechodzi wokół grup roboczych, aby sprawdzić fazę początkową i proces rozwoju. Następnie, w połowie czasu, grupy zatrzymują się na chwilę, aby wyjaśnić, nad czym pracują i zebrać sugestie, informacje zwrotne i pomysły od pozostałych uczestników. Po tym momencie dzielenia się mogą kontynuować swoje projekty, do których mają do dyspozycji różne materiały, itp.

Prowadzący jest dostępny, aby im pomóc, udzielić wsparcia, udzielić wskazówek, jeśli ktoś ma lub wydaje się mieć trudności itp. Na 10 minut przed końcem, w razie potrzeby, informuje o pozostałym czasie. Następnie pomysły zostaną zaprezentowane na forum.

Podsumowanie/dyskusja:

Po prezentacji projektu prowadzący zadaje pytania motywacyjne i refleksyjne typu: "Jak się czujesz, rozwijając swój pomysł? Jak zamierzasz przekazać go swoim przyjaciołom i rówieśnikom? Czy uważasz, że ważne jest, aby Twój pomysł na zrównoważony rozwój, podobnie jak inne, był ważny, aby go realizować? Czy sądzisz, że Twoja potencjalna rola jako promotora może objąć i zmotywować innych do bardziej zrównoważonego rozwoju?"

Wskazówki dla prowadzącego:

- Podczas fazy burzy mózgów dobrze byłoby mieć odpowiednie tło muzyczne;
- Podczas burzy pomysłów sugerujemy, aby prowadzący był przygotowany z ukierunkowanymi pytaniami, które pobudzą kreatywność na najwyższym poziomie.

Sesja kończąca

Czas trwania: 20 min.

Cele dydaktyczne sesji:

- usystematyzowanie wiedzy, pomysłów i emocji
- promowanie i zachęcanie uczestników do aktywności i bycia mentorem dla innych
- rozwijanie umiejętności samooceny i samooceny

Materiały: Plakaty "Fix it" wykonane w dniu 1 i 2, karteczki samoprzylepne i kolorowy ołówek.

Końcowe podsumowanie i ocena

Dla każdego uczestnika przewidziano miejsce na kocu, sznurek z oczekiwaniami rozwieszony podczas ćwiczenia rozpoczynającego w pierwszym dniu oraz drugi sznurek (dla spełnionych oczekiwań) rozwieszony w ten sam sposób, a także plakaty "fix it" na ścianie, drzewie, flipcharcie.

Uczestnicy są proszeni o spojrzenie na plakaty "fix it" i zastanowienie się nad czynnościami wykonanymi w ciągu 3 dni, co może pomóc im w przypomnieniu sobie czynności i zachęcić do przypomnienia sobie ciekawych momentów. Kto chce, może wyrazić swoją opinię na temat całego doświadczenia, podzielić się uwagami na temat zajęć, prowadzenia itp. Prowadzący może pozostawić miejsce na pytania i wątpliwości. Następnie prowadzący prosi uczestników, aby przyjrzyli się swoim kartkom z oczekiwaniami, które zostały wywieszone pierwszego dnia podczas sesji startowej, aby wzięli te oczekiwania, które zostały spełnione i powiesili je na innym sznurku. Na koniec uczestnicy proszeni są również o zastanowienie się, czy zyskali coś, o czym nie myśleli lub czego się nie spodziewali, zapisanie tego na nowych karteczkach i zawieszenie ich w sznurku "spełnionych oczekiwań".

Krótką dyskusję na temat oczekiwań i kilka końcowych refleksji może nastąpić jako zamknięcie całej procedury.

1.3 Plan warsztatów 3 - online

DZIEŃ 1

(Ramy)

Stater/Icebreaker
Czas trwania: 45 min Cele dydaktyczne sesji: - wzajemne poznawanie się - budowanie zespołu - podejście do tematu w sposób bardzo pobieżny i oparty na grach - identyfikowanie oczekiwań - rozpoznawanie/identyfikowanie własnych opinii, nawyków, codziennej rutyny Materiały: nic szczególnego
Gra imion Jeśli uczestnicy nie znają się nawzajem, warto na początek przeprowadzić kilka zabaw z imionami, ustawiając uczestników w kręgu, np: • Powiedz swoje imię i przymiotnik, którego pierwsza litera jest pierwszą literą samego imienia, np. "Jestem Marco - magik"; • Powiedz swoje imię i wykonaj jakiś ruch, a następnie wszyscy pozostali uczestnicy muszą go powtórzyć. • powiedz swoje imię, nazwisko, wiek i hobby i przekaz kolejkę do prezentacji komuś, kto ma z tobą przynajmniej jedną wspólną cechę (coś związanego z prezentacją lub coś, co widać na ekranie, np. kolor włosów, okulary itp.)
Icebreaker <i>Przygotowanie:</i> Uczestnicy mają 5 minut na zastanowienie się nad 1 kłamstwem i 2 prawdami związanymi z ich codziennym życiem, a w szczególności z codziennymi nawykami lub faktami związanymi z codziennymi nawykami (np. Piję wodę tylko w szklanej butelce", "Codziennie jem mięso", "Sam robię pastę do zębów"...) <i>Instrukcje:</i>

Każdy uczestnik mówi swoje 3 nawyki z życia codziennego, a pozostali muszą odgadnąć, który z nich jest kłamstwem. Jeśli ktoś znajdzie kłamstwo, jest następny, jeśli nie, gracz wybiera następnego do zabawy.

Podsumowanie/dyskusja:

Na koniec prowadzący może ewentualnie zadać kilka pytań typu: "Jak było? Czy było trudno? Który z nawyków był najdziwniejszy? Jak próbowałeś zrozumieć, które z nich było kłamstwem, a które prawdą? Jakie były twoje strategie?"

Ocena i oczekiwania

Przygotowania:

Przygotowana wcześniej ankieta online, oparta na pytaniach do samooceny z załącznika 1, ważne, aby ustawić powiadomienie z otrzymaniem kopii udzielonych odpowiedzi. Przydatnymi narzędziami mogą być Google Forms, Survio, itp. oraz wcześniej przygotowana tablica online (przydatnymi narzędziami mogą być Google Jamboard, Mural, ...).

Instrukcja:

Uczestnicy proszeni są o indywidualne zastanowienie się nad swoimi oczekiwaniami wobec tych warsztatów i zapisanie ich na "wirtualnych" karteczkach post-it stworzonych na tablicy. Uwaga: jedno oczekiwanie, jeden post-it.

Następnie mają 10 minut na wypełnienie przygotowanej wcześniej samooceny online na temat swoich nawyków i odczuć związanych z tematem. Kopia z udzielonymi odpowiedziami zostanie wysłana e-mailem lub, jeśli nie będzie możliwości ustawienia tej funkcji, wyśle ją prowadzący.

Podsumowanie/dyskusja:

Podczas sesji plenarnej prowadzący pyta, czy ktoś chce podzielić się swoimi oczekiwaniami. Prowadzący powinien starać się podkreślać wspólne oczekiwania uczestników itp. w celu stworzenia poufnej atmosfery i warunków uczestnictwa.

Wskazówki dla prowadzących:

- Więcej gier z imionami można znaleźć pod tym linkiem <https://learningforchange.net/knowledge-base/icebreakers-and-name-games/>;
- Aby icebreaker trwał dłużej, prowadzący może wyznaczyć dodatkowe zadania;
- Możliwe jest rozszerzenie podsumowania poprzez zadawanie pytań dotyczących kwestionariusza, co ma na celu zwiększenie atmosfery współpracy i uczestnictwa.

Sesja 1

Czas trwania: 45 min.

Cele dydaktyczne sesji:

- podejście do tematu zrównoważonego rozwoju
- rozwijanie i doskonalenie krytycznego myślenia
- rozwijanie i doskonalenie umiejętności komunikacyjnych
- rozwijanie i doskonalenie umiejętności samoanalizy
- rozwijanie umiejętności pracy w zespole i współpracy

Materiały: nic szczególnego, kilka narzędzi internetowych (przykłady w załączniku 1), które działają jak tablica, ewentualnie papier i ołówki dla uczestników.

Zrównoważony podwieczorek

Przygotowania:

Dla każdej grupy przygotowywane są inne pliki na tablicy, a dla prowadzącego dodatkowo 2 pliki. Uczestnicy mogą potrzebować papieru i ołówków do robienia notatek.

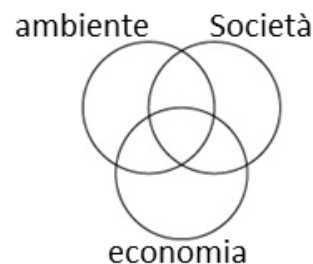
Instrukcja:

Uczestnicy zostają podzieleni na grupy 2-4 osobowe i rozmieszczeni w oddzielnych pokojach online. Każdy z nich proszony jest o narysowanie swojej własnej filiżanki herbaty na tablicy lub karteczkach post-it w programie. Wewnątrz kształtu indywidualnej filiżanki proszeni są o wypisanie najbardziej zrównoważonych nawyków, które stosują lub stosowali na co dzień.

Powinni wypisać co najmniej 3 do 5 nawyków w ciągu około 5 minut. Kiedy skończą, mają kolejne 15 minut na podzielenie się swoimi nawykami między grupami i wspólne wybranie 3 najlepszych zrównoważonych nawyków zespołu. Te 3 najlepsze zrównoważone nawyki należy zapisać na karteczkach i umieścić na środku tablicy.

Następnie każda grupa, na forum, krótko prezentuje swój obrus i stara się wyjaśnić powody, dla których właśnie te nawyki zostały uznane za najbardziej zrównoważone. Powody te zostają zapisane na karteczkach przez prowadzącego na innej tablicy.

W drugiej części gry, zaczynając od powodów podanych na karteczkach, prowadzący zaprasza i prowadzi uczestników do określenia 3 wymiarów zrównoważonego rozwoju, w których podane powody mogłyby być potencjalnie pogrupowane, na przykład poprzez przeniesienie karteczek w różne miejsca tablicy. Mają na to około 10 minut, a kiedy skończą, jeden z wybranych przedstawicieli grupy wyjaśnia uzasadnienie zastosowanej przez nich metody grupowania. Następnie prowadzący poprowadzi uczestników do rozpoznania obszarów, które zidentyfikowali z trzema obszarami zrównoważonego rozwoju, tj. środowiskowym, społecznym i ekonomicznym, jak pokazano na rysunku.



Następnie, prowadzący rysuje na nowej, pustej tablicy, 3 wymiary jako 3 koła częściowo zachodzące na siebie i oznacza je nazwami tych trzech wymiarów. Teraz powinien zadać pytania naprowadzające/refleksyjne i wyjaśnić, jaki wpływ mają zachowania na te trzy wymiary, podając również krótkie wyjaśnienie, czym jest "zrównoważony rozwój".

Następnie grupy mają 5 minut na ponowne przyjrzenie się swoim trzem najbardziej zrównoważonym nawykom (które zidentyfikowali na początku i umieścili w kształcie talerza), zastanowienie się, czy są inne nawyki, które są bardziej zrównoważone lub czy są jeszcze jakieś dwa inne, które warto wybrać. Na koniec każda grupa prezentuje swoje 3 najlepsze zrównoważone nawyki i wspólnie z innymi uczestnikami dyskutuje, w którym kole (lub na którym poziomie) umieścić wybrane nawyki. W tej fazie ważne jest, aby młodzi ludzie myśleli, dyskutowali i dzielili się opiniami na temat wpływu każdego z nawyków na środowisko, społeczeństwo i gospodarkę. Może się zdarzyć, że przyklepią karteczkę samoprzylepną w jednym z kół lub w części pokrywającej się z dwoma, a może w środku trzech, co oznacza, że dany nawyk jest zrównoważony w odniesieniu do wszystkich trzech wymiarów.

Podsumowanie/dyskusja:

Prowadzący zadaje kilka pytań, takich jak: "Czy wiedziałeś o tych 3 poziomach? Czy wiedzieliście o koncepcji i znaczeniu zrównoważonego rozwoju? Czy sądzicie, że jest jakiś poziom ważniejszy od innych? Czy myślicie, że Wasi rówieśnicy i przyjaciele na ogół zastanawiali się nad swoim zachowaniem tak jak Wy teraz? Ilu z Was wskazało jakieś nawyki związane z modą i ubraniami?"

Wskazówki dla prowadzącego:

- Nie przejmuj się, jeśli uczestnicy będą mieli trudności z identyfikacją trzech kategorii, celem ćwiczenia jest skłonienie ich do refleksji nad wpływem ich własnych nawyków;

- Jeśli w drugiej części ćwiczenia uczestnicy będą mieli trudności z identyfikacją trzech makroobszarów zrównoważonego rozwoju (środowisko, społeczeństwo i gospodarka), prowadzący ma za zadanie pomóc im i naprowadzić ich na tę identyfikację. Ostatecznie także poprzez podanie rozwiązania;
- Aby zapoznać się z wymiarami zrównoważonego rozwoju i lepiej wesprzeć dyskusję podsumowującą, w załączniku 1 - dzień 1 zamieszczono kilka przydatnych wskazówek i linków;
- W trakcie podsumowania, w pewnym momencie przydatne może być poprowadzenie dyskusji również w kierunku zwyczajów związanych z ubraniami i modą, aby coraz bardziej zbliżać się do tematu i zrozumieć postrzeganie przez uczestników wpływu tego przemysłu;
- Po tym ćwiczeniu można zrobić krótką przerwę dla uczestników.

Przerwa/Icebreaker

Czas trwania: 15 min.

Cele dydaktyczne sesji:

- poprawienie umiejętności budowania zespołu
- zwiększenie świadomości na temat wartości, jaką nadajemy ubraniom
- zwiększenie świadomości również na temat cyklu życia naszych ubrań

Materiały: kartę bingo, na której znajdują się zrównoważone nawyki (ta sama wersja dla każdego uczestnika).

Icebreaker

Przygotowanie:

Każdy uczestnik otrzymuje link do karty bingo. <https://mfbc.us/m/sgnbsux> <https://mfbc.us/m/uyme42j>

Zwróć uwagę, że w każdym linku jest tylko 30 kart za darmo; w załączniku znajdziesz obrazek, jak powinna wyglądać karta bingo.

Instrukcja:

Prowadzący dzieli uczestników na małe grupy (breakout roomy). W każdej sali jeden z uczestników dzieli ekran i odczytuje na głos nawyki zawarte na karcie bingo, a następnie każdy z uczestników, jeśli posiada te nawyki, skreśla je. Po odczytaniu wszystkich nawyków, w każdym pokoju zostanie wyłoniony zwycięzca pokoju na podstawie liczby skreślonych na karcie bingo nawyków. Po powrocie do głównej sali nastąpi wybór zwycięzcy spośród zwycięzców. Gra nie ma na celu jedynie sprawdzenia, kto ma więcej zrównoważonych nawyków, ale ma również pobudzić dyskusję w małych grupach. Tak więc, przed podzieleniem uczestników

na sale/grupy, prowadzący będzie musiał podkreślić cel ćwiczenia i przekonać uczestników do dyskusji o nawykach w grupach.

Podsumowanie/dyskusja:

Czy podobała Ci się gra? Czy są jakieś zwyczaje, o których nie wiedziałeś? Czy ktoś chciałby opowiedzieć nam o swoich doświadczeniach? Jak często zastanawiasz się nad swoimi nawykami? Jak ważne jest dzielenie się nawykami z rówieśnikami?

Wskazówki dla prowadzącego:

- Ważne jest, aby uczestnicy czuli się pewnie w wyrażaniu swoich zachowań, dlatego sugerujemy, aby prowadzący podawał przykłady ze swojego doświadczenia, jeśli istnieje potrzeba dalszego przełamania lodów lub nawet zagrania w grę.

Sesja 2

Czas trwania: 60 min.

Cele dydaktyczne sesji:

- zwiększanie świadomości na temat skutków szybkiej mody
- zwiększenie świadomości na temat skutków zanieczyszczenia środowiska
- zdekonstruowanie przekonania, że "trwałe ubrania" są stare, nie kolorowe lub modne
- rozwijanie umiejętności krytycznego myślenia, empatii i obserwacji

Materiały: pliki graficzne i link na stronie internetowej Menti (załącznik 1), telefony komórkowe (każdy uczestnik z własnym telefonem komórkowym).

Potęga obrazów

Przygotowanie:

Uczestnicy są online i podczas zajęć potrzebują telefonu komórkowego. Przed rozpoczęciem ćwiczenia, prowadzący musi przygotować Poll.Ev lub podobne narzędzie, używając obrazków podanych pod tym [linkiem](#). Prowadzący podaje uczestnikom link do Poll.Ev lub podobnego narzędzia, z którym muszą się połączyć.

Instrukcja:

Prowadzący pokaże uczestnikom serię obrazów, dzieląc ekran. Dla każdego obrazu mają kilka minut na wpisanie na Poll.Ev lub podobnym narzędziu pierwszych rzeczy/impresji/myśli, które przyszły im do głowy

podczas oglądania obrazów. Kiedy wszyscy uczestnicy udzielą odpowiedzi, po każdym obrazie, prowadzący krótko przejrzy wyniki z Poll.Ev lub podobnego narzędzia i zachęci do krótkiej chwili refleksji.

Po podsumowaniu wszystkich zdjęć, prowadzący pokaże zdjęcia ponownie, jedno po drugim, zaczynając od pierwszego, ale tym razem pokaże również to, czego nie widzimy bezpośrednio na zdjęciach (rodzaj "kulis"; np. pierwsze zdjęcie może być fantazyjnym t-shirtem, a drugie zdjęcie nie zrównoważonym łańcuchem produkcji, który za nim stoi) i poprowadzi uczestników pytaniami do refleksji po każdym slajdzie, aby popracować nad ich wyczuciem, empatią, percepcją, wiedzą i krytycznym myśleniem.

Podsumowanie/dyskusja:

Podsumowanie następuje w drugiej fazie ćwiczenia, kiedy uczestnicy przeglądają zdjęcia, ale na koniec prowadzący może zadać kilka innych pytań, aby zrozumieć ich odczucia, sprawdzić, czy spodziewali się tego "za kulisami" lub "odpowiedników", czy kiedykolwiek myśleli lub zastanawiali się nad innymi aspektami zrównoważonego rozwoju lub produkcji odzieży itp.

Wskazówki dla prowadzącego:

- Sprawdzaj i wspieraj uczestników w logowaniu się i korzystaniu z Poll.Ev lub podobnego narzędzia;
- Jeśli jest jakiś problem z użyciem Poll.Ev lub podobnego narzędzia, możesz zaadaptować ćwiczenie i użyć pełnej prezentacji dostępnej [tutaj](#).
- W załączniku 1 znajdziesz kilka ciekawych sugestii dotyczących pobudzenia refleksji nad obrazami.

Sesja kończąca

Czas trwania: 20 min.

Cele dydaktyczne sesji:

- usystematyzowanie wiedzy, idei i emocji
- promowanie i zachęcanie do gromadzenia informacji i prowadzenia badań
- rozwijanie umiejętności analizy i krytycznego myślenia

Materiały: nic szczególnego

Skontaktuj się ze swoim influencerem!

Uczestnicy są proszeni o zastanowienie się nad influencerami, których obserwują (niekoniecznie influencerami miodowymi), znalezienie jakiegoś lokalnego lub osiągalnego influencera, którego znają (lub osiągalnego nowego, który mógłby być dla nich interesujący), ale także nie tak łatwo osiągalnego, i postawienie mu tych samych pytań z samooceny, które zadali na początku dnia (sesja startowa) i zapisanie w jakiś sposób ich odpowiedzi, jeśli na nie odpowiedzą, oraz przyniesienie tych odpowiedzi w dniu 2. Mogą

również pytać o inne rzeczy związane z tematem zrównoważonej mody, jeśli chcą. W przypadku, gdy nie mogą dotrzeć do influencerów, są zobowiązani do zadania pytań przynajmniej dwóm osobom spośród swoich znajomych i krewnych/przyjaciół. samooceny swoim rówieśnikom, przyjaciołom lub krewnym (przynajmniej 2 osoby na każdego uczestnika).

Fix it & podsumowanie

Przygotowanie:

Przygotowane są 2 tablice online: na jednej znajdują się 2 obszary nazwane odpowiednio "emocje" i "wiedza", druga tablica nosi nazwę/etykieta "co chcę zmienić, aby żyć w bardziej zrównoważonym świecie?".

Instrukcja:

Uczestnicy i prowadzący omawiają na forum główne wnioski i najważniejsze informacje uzyskane podczas tego dnia. Wszystko odbywa się za pomocą ogólnych pytań zadawanych przez prowadzącego, takich jak: "Czy uważasz, że nauczyłeś się czegoś nowego? Czy było coś, czego nie spodziewaliście się zobaczyć/odkryć? Co było najbardziej interesujące lub zaskakujące?"

Następnie uczestnicy są proszeni o napisanie na karteczkach post-it, na tablicy nr 1 o emocjach, które odczuwali oraz o interesujących informacjach i wiedzy, którą uważają, że będą cenić, a na tablicy nr 2 o tym, co chcieliby zmienić w swoim zachowaniu, aby żyć w bardziej zrównoważonym świecie, w oparciu o wiedzę, którą zdobyli podczas pierwszego dnia warsztatów.

Pod koniec dnia uczestnicy otrzymują link do [platformy MILES](#), gdzie są zaproszeni do oceny i pogłębienia tematu zrównoważonej mody.

DZIEŃ 2

(Ramy i inspiracje)

Stater/Icebreaker

Czas trwania: 15 min.

Cele dydaktyczne sesji:

- przypomnienie sobie niektórych informacji zdobytych podczas poprzedniego dnia zajęć
- rozwijanie refleksji i krytycznego myślenia
- zwiększenie świadomości na temat swojej wiedzy o ubraniach, które noszą na co dzień
- rozgrzewka i przygotowanie kanałów komunikacji i empatii do następnej części

Materiały: tablica interaktywna z mapą świata jako zintegrowanym tłem (patrz przykład podany w załączniku 2)

Skąd biorą się moje ubrania?

Przygotowanie:

Utworzenie interaktywnej białej tablicy z wykorzystaniem mapy świata jako tła. Po lewej stronie znajduje się zdanie "Nie wiem", natomiast po prawej stronie powinna znajdować się legenda z 4 różnokolorowymi post-itami zawierającymi odpowiednio słowa: koszulka/top; spodnie/spódnica; bielizna; skarpetki.

Instrukcja:

Prowadzący prosi uczestników, aby najpierw zastanowili się, skąd pochodzą ich ubrania i gdzie dokładnie są produkowane. Następnie, w 4 rundach, są proszeni o sprawdzenie, gdzie produkowane są ich górne ubrania (takie jak koszula, t-shirt, top,...), dolne ubrania (takie jak spódnica, spodnie, dżinsy, skarpetki, bielizna). W każdej rundzie muszą:

- sprawdzić metkę tkaniny wywołaną przez prowadzącego,
- stworzyć za każdym razem kolorowy interaktywny post-it (kierując się legendą, jakiego koloru użyć) z wpisanym w środku swoim imieniem
- umieścić go na mapie świata na tablicy, w kraju produkcji, który znajduje się na metce.

Jeśli ktoś nie zna miejsca produkcji, musi umieścić post-it stworzony dla tej tkaniny obok napisanego zdania "Nie wiem".

Podsumowanie/dyskusja:

Na koniec warto byłoby skłonić uczestników do refleksji nad tym, jak wielu z nich nie wie, gdzie produkowane są niektóre z ich ubrań i czy chcieliby to wiedzieć, tak jakby zastanawiali się nad jedzeniem, które jedzą, lub wodą, którą piją, i zapytać ich o zdanie i czy chcieliby znać kraj produkcji i dlaczego.

Wskazówki dla prowadzącego:

- Przydałby się rodzaj legendy, widocznej dla wszystkich, aby łatwo dopasować kolor karteczek samoprzylepnych i odpowiadającej im tkaniny;
- Aby było to bardziej wymowne, można by narysować linię od kraju produkcji do kraju lub regionów zamieszkania, aby jeszcze bardziej uwidocznąć odległość od "produkcji" do "konsumpcji";

- Interesujące mogłoby być pozwolenie uczestnikom na dopisanie na karteczkach nazwy marki każdego z ich ubrań, aby skłonić ich do refleksji nad tym, jak daleko od siebie poszczególne marki produkują ich ubrania

Sesja 1

Czas trwania: 1h

Cele dydaktyczne sesji:

- rozwijanie i doskonalenie krytycznego myślenia
- rozwijanie i doskonalenie umiejętności komunikacyjnych
- rozwijanie i poprawa zdolności do samoanalizy
- rozwijanie samoświadomości na temat roli i własnego postrzegania influencerów
- zwiększenie świadomości możliwości w zakresie zrównoważonej odzieży

Materiały: Odpowiedzi zebrane przez uczestników od influencera, z którym się kontaktowali, jeśli są znane.

Świadectwo zmiany sposobu myślenia

Przygotowanie:

Nic szczególnego. Jeśli są trudności w znalezieniu świadectwa, zobacz "wskazówki dla prowadzących" dla alternatywnych rozwiązań, na końcu tej sesji.

Instrukcja:

Podczas tej aktywności młody świadek/influencer będzie wchodził w interakcję z grupą młodych ludzi, wyjaśni swoje doświadczenia związane ze zrównoważonymi zachowaniami, możliwościami stojącymi za działaniem i świadomym wyborem w codziennej rutynie. Mogą oni zadawać pytania dotyczące samooceny (dzień 1 - druga część sesji startowej) lub inne, na które mają ochotę. Powinni czuć się swobodnie w wymianie opinii, pomysłów, wątpliwości i wszystkiego, co przyjdzie im do głowy na temat zrównoważonego rozwoju, a zwłaszcza zrównoważonego rozwoju w ubraniach.

Czas na influencera!

Przygotowanie:

Odpowiedzi udzielone przez ich influencerów, jeśli takowi występują, lub odpowiedzi udzielone przez znajomych, przyjaciół lub członków rodziny.

Instrukcja:

Uczestnicy proszeni są o podanie odpowiedzi udzielonych przez influencerów, przyjaciół, członków rodziny i znajomych, z którymi się skontaktowali. Dyskusja może rozpocząć się od analizy odpowiedzi udzielonych na każde z pytań samooceny, a w niektórych przypadkach od podzielenia się tym, co mogli wyrazić influencerzy. Prowadzący powinien ułatwić wymianę zdań i samą dyskusję i może zadawać pytania, aby skłonić uczestników do refleksji, znalezienia własnego postrzegania spraw i opinii na temat zebranych stwierdzeń.

Debriefing/discussion:

Prowadzący może przeprowadzić podsumowanie, które będzie funkcjonalne dla obu ćwiczeń, pytając uczestników, czy spodziewali się takiej odpowiedzi od świadka/influencera. Ważne jest, aby nie oceniać i nie mówić, co jest dobre, a co złe, ale raczej zapytać uczestników, co sądzą o danym stwierdzeniu lub udzielonej odpowiedzi, czy zgadzają się z nimi, czy nie i dlaczego, czy spodziewali się innej odpowiedzi lub stanowiska, czy to, co zadeklarował ich rozmówca lub świadectwo jest zgodne lub nie z ich myślami lub opiniami. Tak więc w tej fazie ważne jest, aby stymulować ich krytyczne myślenie, refleksję i umiejętności analizy.

Wskazówki dla prowadzącego:

- Ważne jest, aby wiedzieć z wyprzedzeniem, czy uczestnicy otrzymali jakąś odpowiedź od influencera, z którym się skontaktowali, aby odpowiednio zarządzać czasem trwania ćwiczenia "Świadectwo zmiany sposobu myślenia";
- Dla "Świadectwa zmiany sposobu myślenia" prowadzący może znaleźć własne świadectwo lub wykorzystać nagrane wideo, które można znaleźć na stronie Wear(e)able Website toolbox (z angielskimi napisami) [\[link\]](#)
- W przypadku ćwiczenia "Czas na influencera" ważne jest, aby nie oceniać i nie wskazywać, co jest dobre, a co złe, ale raczej pytać uczestników o ich przemyślenia. Ważne jest, aby stymulować ich krytyczne myślenie, refleksję i umiejętności analityczne. Powinni sami znaleźć "swoją drogę";
- Po tym ćwiczeniu, przed kolejnym, warto dać uczestnikom czas na małą przerwę.

Przerwa/icebreaker

Czas trwania: 30 min.

Cele dydaktyczne sesji:

- usprawnienie pracy w zespole
- zwiększenie świadomości na temat wartości, jaką nadajemy ubraniom
- zwiększenie świadomości na temat ścisłego związku między ubraniem a kulturą/ statusem społecznym/ autoprezentacją itp.

Materiały: każdy z uczestników powinien mieć do dyspozycji również drugie urządzenie (telefon komórkowy/tablet); Kwestionariusz [Kahoot](#) poświęcony powiedzeniom, cytatom i przysłowiom z wykorzystaniem nazw ubrań.

Ubrania we mnie

Przygotowanie:

Prowadzący powinien mieć przygotowaną grę Kahoot gotową do użycia.

Instrukcja:

Uczestnicy proszeni są o wejście na podany link i zagrać w Kahoot.

Podsumowanie/dyskusja:

Prowadzący, sprawdzając odpowiedzi zawodników, może ich zapytać, czy znają to powiedzenie, czy go używają, czy znają historię metafory, która się za nim kryje.

Wskazówki dla prowadzącego:

- Można zaoferować jakąś nagrodę dla zwycięzcy

Sesja 2

Czas trwania: 75 min. (45 minutes for the game + about 30 min. for debriefing)

Cele dydaktyczne sesji:

- zwiększanie świadomości na temat efektu fast fashion
 - zwiększanie świadomości na temat efektu zanieczyszczania środowiska
 - zwiększanie świadomości na temat produkcji fast fashion i dynamiki biznesu
 - zwiększanie świadomości na temat roli nabywców
 - zwiększanie świadomości na temat znaczenia posiadania informacji przed zakupem
- rozwijanie umiejętności krytycznego myślenia, empatii i obserwacji

Materiały: file with the profile's roles for the game (Annex 2) and the sheet for respectively observer and Altroconsumatore Association.

Odpowiednia cena

Przygotowanie:

Prowadzący ma wszystkie pliki gotowe do wysłania uczestnikom za pośrednictwem prywatnego czatu/maila/wiadomości. Prowadzący powinien już wiedzieć, jaki profil przypisać każdemu uczestnikowi.

Instrukcja:

To ćwiczenie jest grą fabularną, w której każdy uczestnik ma określoną rolę/profil osobowy i musi działać zgodnie z nią. Celem gry dla wszystkich jest podjęcie decyzji i osiągnięcie porozumienia w sprawie ceny odzieży.

W grze biorą udział konsumenci, producenci, osoby wywierające wpływ, organizacje pozarządowe, stowarzyszenie handlowe konsumentów oraz obserwatorzy, a kontekst ramowy, w którym toczy się gra jest następujący:

Altroconsumatore", krajowe stowarzyszenie handlowe konsumentów, jest wrażliwe na etykę w cyklu produkcyjnym towarów konsumpcyjnych i w zeszłym miesiącu zorganizowało posiedzenie okrągłego stołu w celu określenia najlepszej wartości ekonomicznej/ceny niektórych ubrań, ceny, która powinna wynosić od minimum 10 € do maksimum 100 €.

Dzisiejszym przedmiotem dyskusji jest koszula, casualowa i kolorowa, wykonana z różnych materiałów (zarówno naturalnych jak i syntetycznych). Wszyscy goście zaproszeni przez Stowarzyszenie Altroconsumatore do dyskusji przy okrągłym stole są proszeni o przedyskutowanie i znalezienie wartości/ceny koszuli, uzgodnionej przez wszystkich".

Po tym wstępie uczestnicy mają 10 minut na zapoznanie się z przydzielonym profilem, poproszenie prowadzącego o potrzebne wyjaśnienia i sugestie w celu właściwego działania i rozwiania wątpliwości.

Na podstawie liczby uczestników podział ról powinien być następujący:

5 u. > 1 przedstawiciel Stowarzyszenia, 2 producentów, 1 konsument/kupujący, 1 obserwator

6 u. > 1 przedstawiciel Stowarzyszenia, 2 producentów, 2 konsumentów/kupców, 1 obserwator

7 u. > 1 przedstawiciel stowarzyszenia, 2 producentów, 2 konsumentów/nabywców, 2 obserwatorów

8 u. > 1 przedstawiciel stowarzyszenia, 2 producentów, 2 konsumentów/nabywców, 2 obserwatorów, 1 influencer

9 u. > 1 przedstawiciel stowarzyszenia, 2 producentów, 2 konsumentów/nabywców, 3 obserwatorów, 1 influencer,

10 u. > 1 przedstawiciel stowarzyszenia, 2 producentów, 2 konsumentów/nabywców, 3 obserwatorów, 1 influencer, 1 organizacja pozarządowa

Rola obserwatora(ów) jest ważna, ponieważ będzie miała zasadnicze znaczenie dla momentu podsumowania. Dokładniej rzecz biorąc, obserwator/obserwatorzy muszą zaobserwować i zapisać następujące elementy, od najbardziej do najmniej istotnych:

- relacje siły/władzy pomiędzy różnymi aktorami i różnymi rolami
- argumenty, których uczestnicy używali i dyskutowali podczas obrad okrągłego stołu w odniesieniu do zrównoważonego rozwoju środowiskowego, społecznego i ekonomicznego
- główne argumenty przytoczone przez uczestników w celu podtrzymania ich stanowiska w sprawie sugerowanej ceny oraz jasność i/lub przejrzystość ich wypowiedzi
- zmiana poglądów i opinii w trakcie obrad okrągłego stołu
- aspekty emocjonalne pojawiające się w celu podtrzymania i promowania własnego stanowiska w sprawie proponowanej ceny.

Z tego powodu muszą oni odbyć "osobistą rozmowę" z prowadzącym przed rozpoczęciem gry, aby wiedzieć z wyprzedzeniem, czyj profil został przydzielony komu, i aby móc przygotować szablon dokumentu i/lub notatek (patrz przykład w załączniku 2).

Rolą Stowarzyszenia "Altroconsumatore" jest ułatwianie dyskusji przy stole (i działanie jako rodzaj moderatora) bez wpływania na samą dyskusję, udziela głosu osobom, które jeszcze nie zabrały głosu lub zaprasza innych do interwencji. Jego/jej rolą jest również zarządzanie czasem gry, poprzez przypominanie przynajmniej raz po upływie połowy czasu, przynajmniej około 15 minut od rozpoczęcia dyskusji przy okrągłym stole i 5 minut przed końcem dyskusji przy okrągłym stole. Osoba ta ma również za zadanie zapisywać na kartce (patrz przykład w załączniku 2) propozycje cenowe i zmiany dokonywane przez gości oraz zapisywać ostateczną decyzję dotyczącą ceny koszuli po osiągnięciu porozumienia między uczestnikami. Jeśli porozumienie nie zostanie osiągnięte, to miejsce pozostanie puste. Wreszcie, influencer nie będzie musiał zgodzić się na cenę, a raczej będzie musiał wybrać firmę, którą będzie wspierał po zakończeniu dyskusji.

Podsumowanie/dyskusja:

Podsumowanie opiera się na ustaleniach i zapisach obserwatora. Tak więc, zasadniczo, po kilku ogólnych pytaniach zadanych przez prowadzącego wszystkim uczestnikom, takich jak "Jak było? Czy czułeś się komfortowo, czy nie w swojej roli? Czy odczuwałeś różne emocje?", zaczyna on/ona zadawać obserwatorowi/obserwatorom informacje na temat podanych elementów obserwacji i rozpoczyna dyskusję między uczestnikami, aby sprawdzić, czy istnieje zgodność i ewentualnie wyjaśnić sposób, w jaki przebiegała dyskusja lub powód określonego nastroju, odpowiedzi lub stanowiska itp.

Wskazówki dla prowadzącego:

- Ważne jest, aby upewnić się, że uczestnicy nie znają profilu innych uczestników.

- Uczestnicy muszą się dobrze przygotować w oparciu o swój profil i warto by było, gdyby prowadzący przydzielił konkretne role konkretnym uczestnikom w oparciu o ich osobowość i cechy;
- Na podstawie liczby obserwatorów można podzielić elementy do obserwacji, aby ułatwić im skupienie się na kilku z nich. Jeśli jest tylko jeden obserwator, może on skupić się na pierwszym 1 lub na 3 elementach;
- W przypadku liczby uczestników większej niż 10, prowadzący może utworzyć mniejsze grupy lub zwiększyć liczbę osób pełniących określone role, np. dodając: inny profil producenta, innego kupca lub obserwatora;
- To ćwiczenie powinno być naprawdę stymulujące, w konsekwencji moment podsumowania może trwać dłużej lub też musi być starannie poprowadzony, aby zmieścić się w dostępnych ramach czasowych.

Sesja kończąca

Czas trwania: 20 min.

Cele dydaktyczne sesji:

- usystematyzowanie wiedzy, pomysłów i emocji
- promowanie i zachęcanie do korzystania z internetowej platformy edukacyjnej MILES
- dekonstrukcja przekonania, że zrównoważony rozwój nie może iść w parze z innowacyjnością
- dekonstrukcja poglądu, że efekty fast fashion są czymś odległym od nas

Materiały: karton, instrukcje konstrukcji dla widzów, odnośniki do filmów.

Torba niespodzianka do domu

Każdy uczestnik otrzyma „torbę-niespodziankę” (plik), którą będzie mógł otworzyć w domu, zawierającą wszystkie materiały potrzebne do skonstruowania swojej kamery VR, takiej jak Google Cardboard (patrz załącznik 2). Wewnątrz torby będzie znajdować się instrukcja montażu części, link do filmu VR przeznaczonego do oglądania na telefonie komórkowym, wszystko związane z tematem ochrony środowiska poprzez skupienie się na jego wartościach i wspianych aspektach lub skupienie się na problemach zanieczyszczenia mórz i rzek, takich jak zanieczyszczenie mikroplastikami. Tak więc, są oni proszeni o otwarcie torby z niespodzianką w domu, złożenie urządzenia VR zgodnie z instrukcjami i obejrzenie przypisanych filmów.

Fix it & podsumowanie

Przygotowania:

Przygotowane są 2 tablice online (takie same jak w dniu 1): na jednej znajdują się 2 obszary nazwane odpowiednio "emocje" i "wiedza", na drugiej tablicy znajduje się obszar nazwany/oznaczony "co chcę zmienić, aby żyć w bardziej zrównoważonym świecie?".

Instrukcja:

Uczestnicy i prowadzący omawiają główne wnioski i najważniejsze informacje uzyskane podczas tego dnia. Wszystko odbywa się za pomocą ogólnych pytań zadawanych przez prowadzącego, takich jak: "Czy uważasz, że nauczyłeś się czegoś nowego? Czy było coś, czego nie spodziewaliście się zobaczyć/odkryć? Co było najbardziej interesujące lub zaskakujące?"

Następnie uczestnicy są proszeni o zapisanie na tablicy 1 w formie post-it emocji, które odczuli, ciekawych informacji i wiedzy, którą uważają za cenną, a na tablicy 2 tego, co chcieliby zmienić w swoich zachowaniach, aby żyć w bardziej zrównoważonym świecie, w oparciu o nową wiedzę, którą zdobyli podczas pierwszego dnia warsztatów.

DZIEŃ 3

(Inspiracja do akcji)

Stater/icebreaker
Czas trwania: 15 min. Cele dydaktyczne sesji: • rozwijanie kreatywnego myślenia • rozwijanie umiejętności rozwiązywania problemów • rozwijanie umiejętności komunikacyjnych Materiały: Uczestnicy potrzebować będą kartki i ołówka
Nauczanie Picassa <i>Przygotowanie:</i> W mniejszych zespołach w oddzielnych pokojach online, każdy zespół musi wskazać jednego członka, który będzie "Picasso", a pozostali będą "nauczycielami sztuki". Wskazany "Picasso" wróci do głównej sali i będzie tym, który potrzebuje dostępu do papieru i kolorowych długopisów. Nauczyciele plastyki znajdą się w wyznaczonej sali na przerwie (chyba, że to oni wrócą do głównej sali, aby uczyć swojego Picassa).

Zadanie polega na tym, aby nauczyciele plastyki poprowadzili swojego Picassa do narysowania obrazu, który tylko oni widzieli. Będą oni widzieć obraz tylko przez krótką chwilę w swoim briefingu dla nauczycieli.

Instrukcja:

Runda 1: Tylko jeden nauczyciel sztuki z każdej grupy może wejść do głównej sali, aby uczyć swoje grupy Picassa. **3 minuty - niewerbalnie** Runda 2: Picassowie mogą iść do pokoju nauczycielskiego, ale mogą zadawać tylko pytania tak i nie. Oznacza to, że nauczyciele mogą odpowiadać tylko "tak" lub "nie". 3 Minuty - Runda 3: Inny nauczyciel sztuki z każdej grupy ma prawo wejść do głównego pomieszczenia, aby uczyć swoje grupy Picassa. **3 minuty - udostępnianie tylko obrazów** - dźwięk wyłączony dla całej komunikacji - Runda 4: Inny nauczyciel sztuki z każdej grupy może wejść do głównego pomieszczenia, aby uczyć swoje grupy Picassa. **3 minuty - komunikacja werbalna i opcja czatu dostępna bez kamer**. Na koniec wszyscy Picassowie pokażą swoje rysunki.

Podsumowanie/dyskusja:

Ćwiczenie ma na celu pokazanie, jak różne sposoby komunikacji mogą prowadzić do różnych rezultatów. Podsumowanie powinno pozwolić uczestnikom ocenić, jak przebiegała komunikacja w trakcie gry i czego się z niej nauczyli.

Wskazówki dla prowadzącego:

- Stwórz grupy składające się z co najmniej 3/4 osób.
- Pokaż obrazki tylko przez 20 sekund nauczycielom sztuki, aby oni również mogli ćwiczyć swoją pamięć.

Sesja 1

Czas trwania: 45min

Cele dydaktyczne sesji:

- rozwijanie i doskonalenie krytycznego myślenia
- rozwijanie i doskonalenie umiejętności komunikacyjnych
- rozwijanie umiejętności rozwiązywania problemów
- rozwijanie kreatywnego myślenia

Materiały: koło internetowe przygotowane z różnymi słowami w środku.

ĆŚŚŚ...atak sztuki!

Przygotowania:

Prowadzący ma przygotowane i otwarte koło online z różnymi słowami i dzieli się ekranem.

Instrukcja:

Uczestnicy są proszeni o współtworzenie opowieści w zależności od słów, które wskazuje koło online. Każdy powinien mieć swobodę w dodawaniu małych lub dużych fragmentów, które w połączeniu z fragmentami innych uczestników powinny stworzyć najpiękniejszą opowieść. Ważne jest, aby każdy uczestnik zawarł w swojej części opowieści słowo wyłowione przez koło. Jeśli opowieść skończy się wcześniej, można stworzyć kolejną.

Podsumowanie/dyskusja:

Prowadzący może zadawać pytania typu: "Jak było? Jak poszło? Czy było trudno? Czy jesteś zadowolony z Twojej opowieści? Czy wolałbyś inne zakończenie? Jaki tytuł według ciebie mógłby pasować do twojej historii?".

Wskazówki dla prowadzącego:

- Opcjonalnie można zadawać pytania podsumowujące po każdej historii, jeśli jest ich więcej niż jedna.
- Jeśli jest trochę czasu, uczestnicy proszeni są o znalezienie obrazka przedstawiającego historię.
- Po tej sesji, przed rozpoczęciem sesji 2, warto dać uczestnikom chwilę przerwy.

Sesja 2

Czas trwania: 120 min. (20" faza 1, 100" faza 2)

Cele dydaktyczne sesji:

- rozwijanie zdolności twórczego myślenia
- rozwijanie umiejętności rozwiązywania problemów
- rozwijanie umiejętności projektowania
- rozwijanie poczucia inicjatywy i przedsiębiorczości
- rozwijanie poczucia wspólnoty i aktywnego obywatelstwa
- rozwijanie empatii i poczucia odpowiedzialności

Materiały: pliki szablonu projektu, nowa tablica online na "pomysły" oraz tablica wypełniona podczas sesji zamykającej dzień 1 i dzień 2 w działaniu "Fix it", ołówek i papier dla uczestników, w razie potrzeby.

Jak...ubrać zmianę?

Przygotowanie:

Prowadzący dzieli się ekranem, na którym wyświetlane są tablice wypełnione podczas sesji zamykającej dzień 1 i dzień 2 w ramach działania "Fix it" i ma gotowy link do nowej tablicy dla "pomysłów".

Faza 1

Uczestnicy mają 5 minut na indywidualne przyjrzenie się wszystkim rzeczom, które pojawiły się i zostały zapisane na plakatach "Fix-it" z dnia 1 i 2. Następnie mają kolejne 10 minut na ponowne przyjrzenie się tylko tej części tablicy, która dotyczyła "Co chcę zmienić, aby żyć w bardziej zrównoważonym świecie?" i jeśli chcą, mogą dodać na nowej, białej tablicy jeszcze, jakieś inne rzeczy, sytuacje, zachowania ludzi, które chcieliby zmienić, szczególnie związane z negatywnymi skutkami szybkiej mody, zanieczyszczeniem mikroplastikiem, itp. Ale są również proszeni o refleksję i próbę przypomnienia sobie, jakie jest/było pochodzenie rzeczy, które chcą zmienić.

Teraz, na tym ważnym etapie, są proszeni o zapisanie na karteczkach wszystkich pomysłów, które przychodzą im do głowy, aby osiągnąć tę zmianę, aby zrobić krok naprzód i podążać w kierunku tej zmiany; muszą czuć się swobodnie i zapisywać wszystko, co praktyczne, teoretyczne, szalone i naprawdę konkretne działania, wszystko, co jest szybkie i wykonalne i wszystko, co wydaje się niemożliwe. Na tym etapie ważna jest rola prowadzącego, który stymuluje uczestników podczas burzy mózgów z motywującymi stwierdzeniami, zachęcając ich do zabawy z kreatywnością; należy ich pobudzić do myślenia o swoim pomysle, zaczynając stwierdzenie od "Co by było gdyby...".

Faza 2

Po zakończeniu burzy mózgów prowadzący prosi uczestników, aby przyjrzeni się wszystkim pomysłom zapisanym na karteczkach, następnie prosi ich o wybranie jednego pomysłu (dowolnego, bez względu na to, czy jest to pomysł kogoś innego) i odczytanie go na głos. Jeśli ktoś nie chce pracować sam, może dołączyć do kogoś innego, innej grupy lub poprosić kogoś, by do niego dołączył. Ważne jest, aby na koniec mieć w sumie przynajmniej 2 lub 3 opracowane pomysły.

Prowadzący przesyła uczestnikom szablon rozwoju "pomysłów" (patrz załącznik 3), który należy wykorzystać jako przewodnik przy rozwijaniu ich pomysłu i przekształcaniu go w projekt oraz wyjaśnianiu wątpliwości, gdy jest to konieczne, a następnie rozdziela ich do oddzielnych pokoi spotkań na platformie. Podczas fazy rozwoju, prowadzący wskazuje do pokoi, aby sprawdzić fazę początkową i wspierać proces rozwoju. Następnie, w połowie czasu, grupy są wzywane z powrotem do głównej sali konferencyjnej, gdzie zatrzymują się na chwilę, aby wyjaśnić, nad czym pracują i zebrać sugestie, informacje zwrotne i pomysły od pozostałych uczestników. Po tym momencie dzielenia się projektami, mogą je kontynuować w oddzielnym pokoju spotkań.

Aby pomóc im w procesie rozwoju, zachęca się ich do korzystania z innych narzędzi cyfrowych, które mogą pomóc zwizualizować pomysł lub wyjaśnić go w formie graficznej. Na przykład, mogą użyć darmowych narzędzi, takich jak Canva, lub prostego programu "paint", itp.

Prowadzący jest dostępny, aby im pomóc, udzielić wsparcia, przekazać uwagi, jeśli ktoś ma lub wydaje się mieć trudności itp. Na 10 minut przed końcem informuje o pozostałym czasie, jeśli jest taka potrzeba. Następnie pomysły zostaną zaprezentowane na forum.

Podsumowanie/dyskusja:

Po prezentacji projektu prowadzący zadają pytania motywacyjne i refleksyjne typu: "Jak się czułeś rozwijając swój pomysł? Jak zamierzasz przekazać go swoim przyjaciołom i rówieśnikom? Czy uważasz, że ważne jest, aby Twój pomysł na zrównoważony rozwój, podobnie jak inne, był realizowany? Czy uważasz, że Twoja potencjalna rola jako promotora może zachęcić i zmotywować innych do bardziej zrównoważonego rozwoju?"

Wskazówki dla prowadzącego:

- Podczas fazy burzy mózgów dobrze byłoby mieć odpowiednie tło muzyczne;
- Podczas burzy pomysłów sugerujemy, aby prowadzący był przygotowany z ukierunkowanymi pytaniami, które pobudzą kreatywność na najwyższym poziomie.

Sesja kończąca

Czas trwania: 20 min.

Cele dydaktyczne sesji:

- usystematyzowanie wiedzy, pomysłów i emocji
- promowanie i zachęcanie uczestników do aktywności i bycia mentorem dla innych
- rozwijanie umiejętności samooceny i samooceny

Materiały: Tablica "Fix it" wykonana w dniu 1 i 2 oraz tablica oczekiwań wykonana w dniu 1.

Końcowe podsumowanie i ocena

Prowadzący dzieli się ekranem, na którym wyświetlane są tablice "Fix it" i prosi uczestników o spojrzenie na nie i zastanowienie się nad działaniami wykonanymi w ciągu trzech dni, co może pomóc im w przypomnieniu sobie działań i zachęcić ich do przypomnienia sobie ciekawych momentów. Kto chce, może wyrazić swoją opinię na temat całego doświadczenia, skomentować zajęcia, sposób prowadzenia itp. Prowadzący może również pozostawić miejsce na pytania i wątpliwości.

Następnie prowadzący prosi uczestników, aby spojrzeli na swoje oczekiwania i umieścili je na tablicy, która została użyta pierwszego dnia podczas sesji startowej. Teraz uczestnicy są proszeni o wzięcie oczekiwań, które zostały spełnione i przeniesienie ich do osobnego obszaru tablicy, specjalnie utworzonego dla "spełnionych oczekiwań". Na koniec, uczestnicy są proszeni o zastanowienie się, czy zdobyli element, o

którym nie myśleli lub nie oczekiwali, zapisanie go na nowym post-icie i umieszczenie w obszarze tablicy "spełnione oczekiwania".

Jako zamknięcie całej procedury może nastąpić krótka dyskusja na temat oczekiwań i kilka końcowych refleksji.

2. Dodatkowe gry na rozgrzewkę i lodołamacze dla trybu online i offline

Historia mojego imienia

To ćwiczenie może być przeprowadzone z całą grupą lub w wirtualnych grupach. Uczestnicy proszeni są o podzielenie się czymś na temat historii swojego imienia - dlaczego zostali nazwani tak, jak zostali nazwani. Odpowiedzi mogą być bardzo proste (Zostałem nazwany po moim dziadku) lub wyjątkowe (Moje imię to włoskie słowo oznaczające wesoly). Jeśli ćwiczenie odbywa się w grupach, wróć do dużej grupy i poproś każdą osobę, aby wyjaśniła imię swojego partnera zamiast swojego.

Pokaż i powiedz!

Ten icebreaker ujawnia, co Twoi koledzy z zespołu naprawdę cenią! Oto jak należy go przeprowadzić:

Poproś członków swojego zespołu o wzięcie od jednego do trzech przedmiotów znajdujących się w pobliżu. Przedmioty te powinny być dla nich wyjątkowe. Podzielcie się! Na zmianę dzielcie się swoimi przedmiotami i historią lub osobistym spotkaniem, które się za nimi kryje. Na przykład, ostatnio na spotkaniu zespołu podzieliłem się moją maską Darth Vadera, ponieważ jestem wielkim fanem Gwiezdných Wojen i lubię się przebierać w karnawale lub na Halloween.

Zdjęciowy telefon

To jest super przyjemna gra, która pozwoli Ci poznać członków Twojego zespołu w bardziej osobisty sposób. Ta gra to świetny sposób na przełamanie lodów poprzez pokazanie światu jednego zabawnego momentu z życia. Zanim rozpocznie się rozmowa wideo, wyślij zespołowi wiadomość, aby znalazł zabawne zdjęcie w swoim telefonie i opublikował je na czacie grupowym.

Kiedy rozmowa się rozpocznie, podziel się szczegółami swojego zdjęcia! Im śmieszniejsze zdjęcie, tym więcej śmiechu będzie z tego icebreakera.

Każdy ma jakieś ciekawe zdjęcie w telefonie, więc jest to świetne ćwiczenie dla każdego!

Czy jesteś wyjątkowy?

Uczestnicy proszeni są o wymyślenie czegoś, co czyni ich wyjątkowymi w porównaniu z innymi uczestnikami. Może to być cecha, charakterystyka, umiejętność, doświadczenie, talent, które nie powinny być oczywiste w odniesieniu do właściciela tej wyjątkowości (nie wiek, narodowość...). Na plakatach (lub za pomocą Jamboardu, jeśli jest dostępny online) uczestnicy zapisują, co sprawia, że są wyjątkowi, nie zapisując swojego imienia. Po kolei uczestnicy podnoszą kartki i próbują zidentyfikować, kto jest tym, który zapisał daną cechę, właściwość, umiejętność, doświadczenie lub talent.

Strony internetowe i bibliografia:

<https://www.weareable-fashion.eu/>

https://ec.europa.eu/programmes/erasmus-plus/about_en

https://ec.europa.eu/info/research-and-innovation/research-area/environment/circular-economy/plastics-circular-economy_en

<https://pjp-eu.coe.int/en/web/youth-partnership/non-formal-learning>

<https://designthinking.ideo.com/>

<https://ewwr.eu/>

<https://www.thesustainablefashionforum.com/?fbclid=IwAR3ZN6r5skt2emryswLqXWHtltqAqNpZFM-PPZjk68fpoOopMOOrNUeIfQ>

https://www.youtube.com/watch?v=BiSYoeqb_VY&feature=emb_logo (The lifecycle of a t-shirt)

<https://www.greenpeace.org/international/story/6956/what-are-microfibers-and-why-are-our-clothes-polluting-the-oceans/> (What are microfibers and why are our clothes polluting the oceans?)

<https://learningforchange.net/knowledge-base/icebreakers-and-name-games/> (for name game and icebreakers)

Rob H., *'From what is to what if, unleashing the power of imagination to create the future we want'*, Chelsea Green Publishing, London, 2019.

MILES platform: <https://europe-projects.client.miles-learning.com/group/996/?wt=21716fa6-597a-4c5a-8462-219df620b710>

LOCAL PARTNER

Jonathan Cooperativa Sociale

Via Cavalieri di Vittorio Veneto n. 29/A, Piazzola sul Brenta

35016 – Padova (Italy)

info@jonathancoop.com – europe@jonathancoop.com



www.jonathancoop.com



[Jonathan Cooperativa](https://www.facebook.com/JonathanCooperativa)



[@jonathan_cooperativa](https://www.instagram.com/jonathan_cooperativa)

WEAR(E)ABLE
BEST DRESSED SUSTAINABLY



www.weareable-fashion.eu



[@WeareableBestDressedSustainably](https://www.facebook.com/WeareableBestDressedSustainably)



[we_areable](https://www.instagram.com/we_areable)



THIS project has been funded with support from European Commission.

This publication reflects only the views of the author. Therefore The Commission cannot be held responsible for any eventual use of the information contained therein. Project no. 2019-3-AT02-KA205-002603



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

