

Microlearning Sessions Activity

ΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ ΓΙΑ ΤΗ ΒΙΩΣΙΜΟΤΗΤΑ

CITIZENS  **ACCELERATOR**

Δραστηριότητα 1: Βιώσιμη διαβίωση

Στόχος/οι:

- Αύξηση του γραμματισμού για τη βιωσιμότητα στους ενήλικες παρέχοντας μια βασική κατανόηση των βιώσιμων πρακτικών και της σημασίας τους.
- Προώθηση της ευαισθητοποίησης σχετικά με τις βιώσιμες πρακτικές.
- Προώθηση της συμμετοχής σε τοπικές εκδηλώσεις που επικεντρώνονται στη βιωσιμότητα.

Απαιτούμενα υλικά:

- Οθόνη και υπολογιστής ή διαδραστικός πίνακας για την προβολή του βίντεο και των εικόνων ή άλλων πόρων που χρησιμοποιούνται για τη δραστηριότητα.
- Χαρτιά και στυλό για τους συμμετέχοντες/τις συμμετέχουσες.
- Ένα ρολόι για τον έλεγχο του χρόνου της δραστηριότητας

Διάρκεια:

20 λεπτά

Περιγραφή:

Εισαγωγή (2 λεπτά):

Καλωσορίστε τους συμμετέχοντες/τις συμμετέχουσες και ορίστε το πλαίσιο για τη συνεδρία. Εξηγήστε πώς θα πραγματοποιηθεί η δραστηριότητα και περιγράψτε τους στόχους της συνεδρίας.

Ξεκινώντας (3 λεπτά):

Ζητήστε από τους συμμετέχοντες/τις συμμετέχουσες να ορίσουν τι είναι για αυτούς η βιωσιμότητα. Βοηθήστε τους χρησιμοποιώντας ερωτήσεις όπως: Τι σημαίνει για εσάς αειφορία; Προτείνετε να το σκεφτούν ή γράψτε το σε ένα κομμάτι χαρτί.

Τι είναι η βιωσιμότητα; (10 λεπτά):

Χρησιμοποιήστε εικόνες, γραφικά και αφίσες που αντιπροσωπεύουν βιώσιμες έννοιες όπως η ανακύκλωση, η εξοικονόμηση ενέργειας και του νερού, η περιβαλλοντική φροντίδα, οι επιλογές τροφίμων. Σχολιάστε κάθε εικόνα και εξηγήστε τη σημασία της με απλά λόγια. Εισαγάγετε βασικές έννοιες όπως η περιβαλλοντική, κοινωνική και οικονομική βιωσιμότητα. Ανάλογα με τον αριθμό των εικόνων που πρέπει να σχολιάσετε, μπορείτε να αφιερώσετε ένα ή δύο λεπτά σχολιάζοντας κάθε μία από τις εικόνες.

Το θέμα της βιωσιμότητας είναι πολύ ευρύ και υπάρχουν πολλά θέματα προς συζήτηση, γι' αυτό και αυτή η συνεδρία μικρομάθησης μπορεί να προσαρμοστεί όπως σας ταιριάζει. Μπορείτε να εργαστείτε σε διαφορετικούς πυλώνες βιωσιμότητας αφιερώνοντας λίγα λεπτά σε καθέναν από αυτούς ή μπορείτε να εμβαθύνετε σε έναν συγκεκριμένο πυλώνα χρησιμοποιώντας και προσαρμόζοντας αυτό το πρότυπο μικρομάθησης για το συγκεκριμένο θέμα που θέλετε να συζητήσετε.



Δραστηριότητα αναστοχασμού κλεισίματος (10 λεπτά):

Κάντε απλές ερωτήσεις ανοιχτού τύπου όπως:

- Πώς προσπαθείτε εσείς προσωπικά να ζήσετε μια πιο βιώσιμη ζωή;
- Έχετε κάνει πρόσφατες αλλαγές στον τρόπο ζωής σας για να μειώσετε τις περιβαλλοντικές σας επιπτώσεις;
- Ποια πιστεύετε ότι είναι τα πιο επείγοντα ζητήματα βιωσιμότητας που πρέπει να αντιμετωπίσουμε ως κοινωνία;
- Υπάρχουν ιδιαίτερες βιώσιμες πρακτικές που θεωρείτε ιδιαίτερα υποσχόμενες;
- Πώς αισθάνεστε για την τρέχουσα κατάσταση της παγκόσμιας ευαισθητοποίησης και δράσης σε περιβαλλοντικά θέματα;
- Υπάρχουν συγκεκριμένες βιώσιμες προκλήσεις στην περιοχή σας για τις οποίες είστε παθιασμένοι;
- Έχετε λάβει μέρος σε έργο ή πρωτοβουλία που σχετίζεται με τη βιωσιμότητα;
- Τι ρόλο παίζει η συνειδητή κατανάλωση στην προσέγγισή σας στη βιωσιμότητα;
- Πώς εξισορροπείτε την άνεση και τη βιωσιμότητα στην καθημερινότητά σας;
- Ποια πιστεύετε ότι είναι τα μακροπρόθεσμα οφέλη της βιωσιμότητας για τις μελλοντικές γενιές;

Εάν έχετε περισσότερο χρόνο ή θέλετε να εμβαθύνετε, μπορείτε να χρησιμοποιήσετε αυτούς τους πόρους για μια άλλη συνεδρία μικρομάθησης.

- Δείτε αυτό το βίντεο που εξηγεί σε τέσσερα λεπτά τι είναι η βιωσιμότητα: [sustainability in 4 minutes](#)
- Ενθαρρύνετε τους συμμετέχοντες να θέσουν εφικτούς στόχους βιωσιμότητας για τους ίδιους ή τις κοινότητές τους.
- Παρέχετε συστάσεις για βιβλία, ιστότοπους, βίντεο ή οργανισμούς που μπορούν να βοηθήσουν τους συμμετέχοντες να μάθουν περισσότερα για τη βιωσιμότητα.



Παράρτημα 1:



Ρύπανση πλαστικού

Από: Pexels

Author: Lucien Wanda



Ανακύκλωση

Από: Pexels

Author: Jan van der Wolf





Βιοδιασπώμενα υλικά

Από: Pexels

Author: Antoni Shkraba





Μείωση συσκευασίας

Από: Pexels Author: Karolina Grabowska



Οικονομική βιωσιμότητα (αποδόσωση)

Από: Pexels Author: Johannes Plenio





Κοινωνική Βιωσιμότητα

Από: Pexels Author: Hamza Awan





Υπεύθυνη παραγωγή και κατανάλωση

Από: Pexels Author: Kamaji Ogino



Υπεύθυνη παραγωγή και κατανάλωση

Από: Pexels Author: Laura James



CITIZENS ACCELERATOR

act!onaid
για έναν κόσμο πιο δίκαιο

vhs
Volkshochschule
im Landkreis Cham e.V.

AONTAS
The Voice of
Adult Learning

dante
USTANOVA ZA
OBRAZOVANJE
ODRASLIH | ADULT
EDUCATION
INSTITUTION


acefir
associació catalana per l'educació, la formació i la recerca

Asociatia
EUR ADULT
EDUCATION




cesie
the world is only one creature

 **mentortec**

"The European Commission's support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents, which reflect the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein."

Project number:
101087526



Attribution – NonCommercial - ShareAlike 4.0 International (CC BY-NC-SA 4.0)

You are free to:

Share — copy and redistribute the material in any medium or format
Adapt — remix, transform, and build upon the material

The licensor cannot revoke these freedoms as long as you follow the license terms.

Notices:

You do not have to comply with the license for elements of the material in the public domain or where your use is permitted by an applicable exception or limitation.

No warranties are given. The license may not give you all of the permissions necessary for your intended use. For example, other rights such as publicity, privacy, or moral rights may limit how you use the material.

Under the following terms:

- Attribution — You must give appropriate credit, provide a link to the license, and indicate if changes were made. You may do so in any reasonable manner, but not in any way that suggests the licensor endorses you or your use.
- NonCommercial — You may not use the material for commercial purposes.
- ShareAlike — If you remix, transform, or build upon the material, you must distribute your contributions under the same license as the original.

No additional restrictions — You may not apply legal terms or technological measures that legally restrict others from doing anything the license permits.