


## Παράρτημα 2 – Πρότυπο δραστηριότητας *παρότρυνσης για δράση*

Θέμα: Αειφόρος Ζωή

<b>Θεματική Περιοχή</b>	Βιώσιμη Διαβίωση		
<b>Τίτλος δραστηριότητας</b>	Πρόκληση βιώσιμης διαβίωσης		
<b>Τύπος πόρου</b>	<b>Δραστηριότητα Αυτοβοήθειας</b>		
<b>φωτογραφία</b>			
<b>Διάρκεια Δραστηριότητας (σε λεπτά)</b>	60 λεπτά	<b>Μαθησιακό αποτέλεσμα</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Κατανόηση της έννοιας της βιώσιμης διαβίωσης και της σημασίας της για το περιβάλλον και την κοινωνία.</li><li>- Αναπτύξτε πρακτικές δεξιότητες για τη μείωση του αποτυπώματος</li></ul>

			<p>άνθρακα και των αποβλήτων.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Μάθετε για βιώσιμες επιλογές τρόπου ζωής που μπορούν να ενσωματωθούν στην καθημερινή ζωή.</li> <li>- Προσδιορίστε προσωπικά κίνητρα και εμπόδια στη βιώσιμη διαβίωση και αναπτύξτε στρατηγικές για την υπέρβασή τους.</li> </ul>
<p><b>Στόχος της δραστηριότητας</b></p>	<p>Το Sustainable Living Challenge είναι μια δραστηριότητα αυτοβοήθειας που έχει σχεδιαστεί για να βοηθήσει τους νέους NEET να μάθουν για τη βιώσιμη διαβίωση και να αναπτύξουν πρακτικές δεξιότητες για τη μείωση των περιβαλλοντικών τους επιπτώσεων. Η δραστηριότητα μπορεί να ολοκληρωθεί από άτομα με τον δικό τους ρυθμό και έχει σχεδιαστεί να διαρκεί περίπου 60 λεπτά.</p> <p>Η δραστηριότητα ξεκινά με μια εισαγωγή στην έννοια της αειφόρου διαβίωσης και γιατί είναι σημαντική για το περιβάλλον και την κοινωνία. Στη συνέχεια, οι συμμετέχοντες θα καθοδηγηθούν σε μια σειρά διαδραστικών ασκήσεων και εργασιών που τους βοηθούν να μάθουν για βιώσιμες επιλογές τρόπου ζωής και να αναπτύξουν πρακτικές δεξιότητες για τη μείωση του αποτυπώματος άνθρακα και των αποβλήτων τους.</p> <p>Οι συμμετέχοντες θα ενθαρρυνθούν να αναλογιστούν τα δικά τους κίνητρα και τα εμπόδια στη βιώσιμη διαβίωση και να αναπτύξουν στρατηγικές για την υπέρβαση αυτών των εμποδίων. Μέχρι το τέλος της δραστηριότητας, οι συμμετέχοντες θα έχουν αναπτύξει ένα προσωπικό σχέδιο δράσης για βιώσιμη διαβίωση που θα μπορούν να ενσωματώσουν στην καθημερινότητά τους.</p> <p>Η αξία της ολοκλήρωσης αυτής της δραστηριότητας είναι πολύπλευρη. Μαθαίνοντας για τη βιώσιμη ζωή, οι συμμετέχοντες μπορούν να κάνουν πιο ενημερωμένες επιλογές που έχουν θετικό αντίκτυπο στο περιβάλλον και την κοινωνία. Μπορούν επίσης να εξοικονομήσουν χρήματα και να βελτιώσουν την υγεία και την</p>		

<p><b>Υλικά που απαιτούνται για τη δραστηριότητα</b></p>	<p>ευημερία τους υιοθετώντας βιώσιμες επιλογές τρόπου ζωής. Επιπλέον, εντοπίζοντας προσωπικά κίνητρα και εμπόδια στη βιώσιμη διαβίωση, οι συμμετέχοντες μπορούν να αναπτύξουν δεξιότητες στον καθορισμό στόχων, στην επίλυση προβλημάτων και στον αυτοστοχασμό που μπορούν να εφαρμοστούν σε άλλους τομείς της ζωής τους.</p>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Υπολογιστής ή φορητή συσκευή με πρόσβαση στο Διαδίκτυο</li> <li>- Στυλό και χαρτί (προαιρετικό)</li> <li>- Πρόσβαση σε πόρους για βιώσιμη διαβίωση (π.χ. ιστότοποι, άρθρα, βίντεο)</li> <li>- Αριθμομηχανή (προαιρετικό)</li> </ul>
<p><b>Οδηγίες βήμα προς βήμα</b></p>	<p>Βήμα 1: Εισάγετε την έννοια της βιώσιμης διαβίωσης και τη σημασία της για το περιβάλλον και την κοινωνία. Χρησιμοποιήστε διαδραστικές δραστηριότητες όπως ομαδικές συζητήσεις ή συνεδρίες καταιγισμού ιδεών για να ενθαρρύνετε τους συμμετέχοντες να μοιραστούν τις γνώσεις και τις εμπειρίες τους με τη βιώσιμη ζωή.</p> <p>Βήμα 2: Καθοδηγήστε τους συμμετέχοντες στη δραστηριότητα, φροντίζοντας να έχουν πρόσβαση στα απαραίτητα υλικά και εξοπλισμό. Ενθαρρύνετε τους συμμετέχοντες να κρατούν σημειώσεις και να κάνουν ερωτήσεις σε όλη τη δραστηριότητα.</p> <p>Βήμα 3: Διευκολύνετε μια ομαδική συζήτηση ή απολογισμό στο τέλος της δραστηριότητας για να ενθαρρύνετε τους συμμετέχοντες να μοιραστούν τα προσωπικά τους σχέδια δράσης για βιώσιμη διαβίωση. Ζητήστε από τους συμμετέχοντες να σκεφτούν τι έμαθαν και πώς μπορούν να ενσωματώσουν τη βιώσιμη ζωή στην καθημερινότητά τους.</p> <p>Βήμα 4: Παρέχετε πρόσθετους πόρους και υποστήριξη στους συμμετέχοντες που θέλουν να μάθουν περισσότερα για τη βιώσιμη διαβίωση ή χρειάζονται βοήθεια για την εφαρμογή των σχεδίων δράσης τους. Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει προτάσεις ιστότοπων, εφαρμογών ή πόρων της τοπικής κοινότητας.</p> <p>Συνολικά, οι εκπαιδευτές θα πρέπει να στοχεύουν στη δημιουργία ενός υποστηρικτικού και συνεργατικού περιβάλλοντος που ενθαρρύνει τους συμμετέχοντες να ασχοληθούν με τη δραστηριότητα και να μοιραστούν τις σκέψεις και τις ιδέες τους. Ενθαρρύνετε τους συμμετέχοντες να οικειοποιηθούν τη μάθησή τους και να είναι</p>

	δημιουργικοί στην ανάπτυξη των σχεδίων δράσης τους για βιώσιμη διαβίωση.
--	--