



C.H.A.N.G.E.R.S. - 2.0

Ανάπτυξη μεθοδολογίας για τη μεταφορά γνώσεων

**Πακέτο εργασίας 3. Δραστηριότητα 1:
Μεθοδολογία για τη διδασκαλία θεμάτων
βιώσιμης και πράσινης οικιακής οικονομίας σε
τοπικό επίπεδο**



Με τη συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.

Περίληψη του έργου



Το **C.H.A.N.G.E.R.S.-2.0** είναι ένα Erasmus+ έργο, το αποσκοπεί στην ανάπτυξη στοχευμένου εκπαιδευτικού υλικού για άτομα ηλικίας 65+ σε αγροτικές περιοχές, ώστε να βελτιωθεί η πρόσβασή τους σε ευκαιρίες εκπαίδευσης ενηλίκων σε συγκεκριμένα θέματα που μπορούν να τους βοηθήσουν να καταπολεμήσουν την κλιματική αλλαγή και την ενεργειακή φτώχεια και να συμβάλουν στην αειφορία, όπως η ενεργειακή απόδοση, τα βιώσιμα νοικοκυριά και η προσαρμογή στην κλιματική αλλαγή. Ειδικότερα, το έργο αφορά:

- άτομα μεγαλύτερης ηλικίας (65+) σε αγροτικές περιοχές και γενικότερα, εφόσον συχνά μένουν στην ύπαιθρο και δεν έχουν πρόσβαση στις διαθέσιμες ευκαιρίες κατάρτισης ή έχουν λιγότερες δεξιότητες πληροφορικής,
- ΜΚΟ και άλλες οργανώσεις που εργάζονται με ηλικιωμένους, ιδίως σε αγροτικές περιοχές, μέλη του προσωπικού των τοπικών και περιφερειακών δήμων και γενικά εκπαιδευτές ενηλίκων, και
- νεότερες γενιές από την άποψη της διαγενεακής μάθησης. .



[CAM Consulting Kft., Ουγγαρία](#)



[Projects in Motion Limited, Μάλτα](#)



[Falco & Associati SRL, Ιταλία](#)



[BSC, Business Support Centre Kranj, L.t.d., Kranj, Σλοβενία](#)



[KMOP – Κόμβος Εκπαίδευσης και Καινοτομίας, Ελλάδα](#)



[Associação de Melhoramentos e Bem Estar Social de Pias, Πορτογαλία](#)



[Nyugdijasok Egyesulete, Ουγγαρία](#)

Εταίροι του έργου

Συντάκτριες:

Λαγιοκάπα Ιωάννα, ΚΜΟΡ - Κόμβος Εκπαίδευσης και Καινοτομίας

Ribeiro vera, Associação de Melhoramentos e Bem Estar Social de Pias



© 2023. Αυτό το έργο διατίθεται με άδεια χρήσης Creative Commons Attribution 4.0 International License ([CC BY-SA 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)).



www.changers2.eu



[Changers-2.0](https://www.facebook.com/Changers-2.0)



[c.h.a.n.g.e.r.s.2.0](https://www.instagram.com/c.h.a.n.g.e.r.s.2.0)

Πίνακας περιεχομένων

Στόχος του έργου C.H.A.N.G.E.R.S.-2.0	<u>06</u>
Σκοπός των κατευθυντήριων γραμμών	<u>07</u>
Επόμενη στάση: Εκπαιδευτικό υλικό και εργαλειοθήκη C.H.A.N.G.E.R.S.-2.0	<u>08</u>
Μαθησιακοί στόχοι	<u>10</u>
Συνιστώμενο πρόγραμμα σπουδών	<u>13</u>
Μεθοδολογία για την αξιοποίηση υλικού από εκπαιδευτές/ριες	<u>19</u>
Ενότητα 1. Διδασκαλία ατόμων 65+ σε αγροτικές περιοχές σε θέματα πράσινης και βιώσιμης ανάπτυξης	<u>21</u>
Ενότητα 2. Τρόποι μάθησης: Μνήμη και συμμετοχή	<u>28</u>
Ενότητα 3. Βασικά στοιχεία για τις τοπικές εκδηλώσεις	<u>37</u>
Ενότητα 4. Προσεγγίζοντας τα άτομα 65+: Εργαλεία και Ιδέες	<u>42</u>
Ενότητα 5. Περαιτέρω ανάγνωση και πηγές	<u>47</u>
Παράρτημα 1: Προτεινόμενος πίνακας περιεχομένων για εκπαιδευτές/ριες	<u>48</u>
Παράρτημα 2: Κριτήρια για τη διοργάνωση τοπικών εκδηλώσεων	<u>60</u>
Παράρτημα 3: Ενδεικτική δομή πρόσκλησης	<u>66</u>
Παράρτημα 4:Υπόδειγμα αξιολόγησης πριν και μετά την κατάρτιση	<u>70</u>
Παράρτημα 5: Σχετικά έργα	<u>72</u>
Παραπομπές	<u>81</u>

Στόχος του έργου C.H.A.N.G.E.R.S.-2.0

Το C.H.A.N.G.E.R.S.- 2.0 αποσκοπεί στην ανάπτυξη στοχευμένου εκπαιδευτικού υλικού για άτομα ηλικίας 65+ σε αγροτικές περιοχές, ώστε να βελτιωθεί η πρόσβασή τους σε ευκαιρίες εκπαίδευσης ενηλίκων σε συγκεκριμένα θέματα που μπορούν να τους βοηθήσουν να καταπολεμήσουν την κλιματική αλλαγή και την ενεργειακή φτώχεια και να συμβάλουν στην αειφορία. Το παρόν έγγραφο περιλαμβάνει κατευθυντήριες γραμμές για το:

- **Πακέτο εργασίας 3 Δραστηριότητα 1:** Ανάπτυξη μεθοδολογίας για τη διδασκαλία θεμάτων βιώσιμης και πράσινης οικιακής οικονομίας για άτομα 65+ σε τοπικό επίπεδο.
- **Πακέτο εργασίας 3 Δραστηριότητα 2:** Ανάπτυξη μεθοδολογίας για τη διδασκαλία θεμάτων βιώσιμης και πράσινης οικιακής οικονομίας για άτομα 65+ από διαγενεακή άποψη

Σκοπός του παρόντος εγγράφου είναι να παράσχει χρήσιμο διδακτικό υλικό για θέματα βιώσιμης και πράσινης οικιακής οικονομίας.

Σκοπός των κατευθυντήριων γραμμών

Πακέτο εργασίας 3 Δραστηριότητα 1: Η ανάπτυξη μεθοδολογίας για τη διδασκαλία θεμάτων βιώσιμης και πράσινης οικιακής οικονομίας για άτομα 65+ σε τοπικό επίπεδο συμβάλλει στον συνολικό στόχο του έργου με την καθιέρωση μιας σταθερής μεθοδολογίας για την ανάπτυξη και χρήση εκπαιδευτικού υλικού και εργαλειαθικών σε ζητήματα αειφόρου και πράσινου νοικοκυριού.

Πακέτο εργασίας 3 Δραστηριότητα 2: Η ανάπτυξη μεθοδολογίας για τη διδασκαλία θεμάτων βιώσιμης και πράσινης οικιακής οικονομίας για άτομα 65+ από μία διαγενεακή άποψη, επικεντρώνεται στο πώς τα παιδιά/εγγόνια/γείτονες μπορούν να βοηθήσουν το συγκεκριμένο κοινό σε θέματα πράσινης και βιώσιμης ανάπτυξης με τη μορφή της συνεκπαίδευσης.

Το τελικό αποτέλεσμα των δύο μεθοδολογιών συγκεντρώνεται σε δύο αρχεία, τα οποία περιλαμβάνουν τα ακόλουθα κεφάλαια:

- Μαθησιακοί στόχοι
- Συνιστώμενο πρόγραμμα σπουδών
- Μεθοδολογία για την αξιοποίηση υλικού από εκπαιδευτές/ριες
- Δραστηριότητες μεταξύ των γενεών

Επόμενη στάση: Εκπαιδευτικό υλικό και εργαλειοθήκες C.H.A.N.G.E.R.S.-2.0

Μετά την ανάπτυξη της μεθοδολογίας για τη μεταφορά γνώσης, το έργο:

- παρέχει **εκπαιδευτικό υλικό** που καλύπτει πράσινα, βιώσιμα θέματα ανάπτυξης και κλιματικής αλλαγής, ειδικά προσαρμοσμένα στις ανάγκες των ατόμων τρίτης ηλικίας
- προσφέρει δύο σύνολα **εργαλειοθηκών** που περιλαμβάνουν πρόσθετες πληροφορίες και υποστηρικτικά εργαλεία σύμφωνα με τις δύο μεθοδολογικές προσεγγίσεις, όπως συμβουλές και υποστηρικτικές ιδέες για τη διοργάνωση τοπικών εκδηλώσεων με το εκπαιδευτικό υλικό και ένα σύνολο οικογενειακών παιχνιδιών

Αναζητήστε τα αποτελέσματα του Πακέτου Εργασίας 4 στον [ιστότοπο του έργου](https://changers2.eu/results/) για να βρείτε τα σχετικά έγγραφα: <https://changers2.eu/results/>

Πακέτο εργασίας 3 Δραστηριότητα 1: Ανάπτυξη
μεθοδολογίας για τη διδασκαλία θεμάτων βιώσιμης
και πράσινης οικιακής οικονομίας για άτομα 65+ σε
τοπικό επίπεδο



Μαθησιακοί στόχοι



Μαθησιακοί στόχοι

Σύνδεση των μαθησιακών στόχων με το GreenComp

Το GreenComp είναι ένα πλαίσιο αναφοράς για τις ικανότητες βιωσιμότητας, το οποίο παρέχει κοινό έδαφος στους/στις εκπαιδευόμενους/ες και καθοδήγηση στους/στις εκπαιδευτικούς, προωθώντας έναν συναινετικό ορισμό του τι συνεπάγεται η βιωσιμότητα ως ικανότητα (Bianchi et al., 2022).

Προσδιορίζει ένα σύνολο ικανοτήτων βιωσιμότητας πάνω στα οποία βασίζονται τα εκπαιδευτικά προγράμματα, ώστε να βοηθήσουν τους/τις εκπαιδευόμενους/ες να αναπτύξουν γνώσεις, δεξιότητες και στάσεις που προωθούν τη σκέψη, τον σχεδιασμό και τη δράση με ενσυναίσθηση, υπευθυνότητα και φροντίδα για τον πλανήτη μας.

Όλοι οι στόχοι που τέθηκαν κατά την ανάπτυξη της μεθοδολογίας για τη διδασκαλία πάνω σε θέματα βιώσιμης και πράσινης οικιακής οικονομίας σε τοπικό επίπεδο σχετίζονται με το πλαίσιο ικανοτήτων βιωσιμότητας GreenComp.

Περισσότερες πληροφορίες: <https://publications.jrc.ec.europa.eu/repository/handle/JRC128040>

Οφέλη για εκπαιδευτές/ριες και άτομα 65+

Η μεθοδολογία δίνει τη δυνατότητα σε εταίρους, οργανώσεις ηλικιωμένων και δήμους να βοηθήσουν τα άτομα 65+ να:

Μάθουν ότι οι διάφοροι πολιτισμοί και γενιές μπορεί να αποδίδουν μεγαλύτερη ή μικρότερη σημασία στη βιωσιμότητα ανάλογα με το σύστημα αξιών τους.

Ευθυγραμμίσουν τις προσωπικές τους επιλογές και δράσεις με τις αξίες και τις αρχές της βιωσιμότητας.

Είναι επιρρεπείς στο να ενεργοούν σύμφωνα με τις αξίες και τις αρχές της βιωσιμότητας.

Γνωρίσουν ποιες πτυχές του τρόπου ζωής έχουν μεγαλύτερες επιπτώσεις και απαιτούν προσαρμογή.

Προσαρμόστουν σε διαφορετικούς τρόπους ζωής/καταναλωτικά πρότυπα (χρήση λιγότερων φυσικών πόρων).

Είναι ευέλικτοι και επινοητικοί στην αντιμετώπιση απροσδόκητων περιβαλλοντικών αλλαγών.

Κατανοήσουν τις δικές τους δυνατότητες να επιφέρουν θετική περιβαλλοντική αλλαγή.

Συνεργαστούν αποτελεσματικά με νεότερα άτομα σε θέματα βιώσιμης και πράσινης οικιακής χρήσης.

Κινητοποιήσουν άλλους να υιοθετήσουν πιο βιώσιμες επιλογές.

Πρωθήσουν την αμοιβαία κατανόηση και ενσυναίσθηση μεταξύ των γενεών.



Συνιστώμενο πρόγραμμα σπουδών



Συνιστώμενο πρόγραμμα σπουδών



Γιατί να εισαγάγετε τα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας σε πράσινα και βιώσιμα θέματα;

Με την αύξηση του αριθμού των ηλικιωμένων στην Ευρώπη και τη συνακόλουθη αύξηση της χρήσης των φυσικών πόρων, καθίσταται αναγκαία η συζήτηση και ο προβληματισμός γύρω από την ενέργεια, την κλιματική αλλαγή και την αειφορία.

Στόχος αυτού του προγράμματος σπουδών είναι να βοηθήσει τους εταίρους, τις οργανώσεις ηλικιωμένων και τους δήμους να κάνουν την παρουσίαση αυτών των πληροφοριών κατανοητή στα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας, συμβάλλοντας παράλληλα στην ανάπτυξη του Πακέτου Εργασίας 4 - Δραστηριότητα 1 του έργου C.H.A.N.G.E.R.S. - 2.0, με τίτλο «Ανάπτυξη εκπαιδευτικού υλικού για τη διδασκαλία ατόμων 65+ σε θέματα βιώσιμης και πράσινης οικιακής οικονομίας».

Πώς μπορείτε, λοιπόν, να αντιμετωπίσετε πράσινα και βιώσιμα θέματα σε σχέση με τις ανάγκες του συγκεκριμένου κοινού;

Ανάλυση των σχετικών αναγκών των ατόμων 65+

Το C.H.A.N.G.E.R.S.-2.0 απευθύνεται σε άτομα 65+, ιδίως σε εκείνα που ζουν στην ύπαιθρο και έχουν λιγότερες ευκαιρίες να μάθουν για τα θέματα του έργου. Το πλαίσιο πολιτικής της Ευρωπαϊκής Ένωσης για το κλίμα και την ενέργεια για το 2030 περιλαμβάνει στόχους για την περίοδο από το 2021 έως το 2030, όπως οι ακόλουθοι:

- Τουλάχιστον 40% μείωση των εκπομπών αερίων του θερμοκηπίου (από τα επίπεδα του 1990),
- Τουλάχιστον 32% μερίδιο της ενέργειας από ανανεώσιμες πηγές, και
- Τουλάχιστον 32,5% βελτίωση της ενεργειακής απόδοσης

Για την επίτευξη των στόχων αυτών, η ΕΕ και τα κράτη μέλη της στοχεύουν στη μείωση της κατανάλωσης ενέργειας στους οικιακούς τομείς και στην ενίσχυση της χρήσης ανανεώσιμων πηγών ενέργειας. Τα ευρωπαϊκά νοικοκυριά αντιπροσωπεύουν το ένα τέταρτο της τελικής κατανάλωσης ενέργειας, ενώ περίπου το 20% του πληθυσμού είναι άνω των 65 ετών. Τα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας είναι επίσης ευάλωτα στις οικονομικές και κοινωνικές αλλαγές, όπως οι αλλαγές στις τιμές της ενέργειας, των υπηρεσιών κοινής ωφέλειας ή των βασικών τροφίμων, και είναι πιο πιθανό να πληγούν από την ενεργειακή φτώχεια.

Αποσαφήνιση σημαντικών εννοιών και όρων (1)

Ο παρακάτω κατάλογος περιέχει τις κύριες έννοιες που χρησιμοποιούνται στην παρούσα μεθοδολογία:

- **Ενέργεια** - είναι ένα αφηρημένο φυσικό μέγεθος που σχετίζεται με την ικανότητα παραγωγής δράσης ή/και κίνησης, η οποία μπορεί να εκφραστεί με πολλές μορφές: κινητική, χημική, δυναμική κ.λπ.
- **Ενεργειακή φτώχεια** - είναι η αδυναμία των νοικοκυριών να διατηρήσουν επαρκή επίπεδα ενεργειακών υπηρεσιών σε προσιτό κόστος.
- **Κλιματική αλλαγή** - αναφέρεται στις παγκόσμιες κλιματικές μεταβολές ή στις περιφερειακές κλιματικές αλλαγές που συμβαίνουν επί δεκαετίες και επηρεάζουν την ισορροπία των οικοσυστημάτων.
- **Βιώσιμη Ανάπτυξη** - «κάλυψη των αναγκών του παρόντος χωρίς να διακυβεύεται η ικανότητα των μελλοντικών γενεών να καλύψουν τις δικές τους ανάγκες» (UN, 1987).
- **Διαγενεακή δέσμευση** - το περιβάλλον ως συνέπεια της εμπλοκής όλων των έμβιων όντων με τον πλανήτη και της υπεράσπισης ενός υγιούς περιβάλλοντος ως καθήκον και αναφαίρετο δικαίωμα των σημερινών και των μελλοντικών γενεών.

Αποσαφήνιση σημαντικών εννοιών και όρων (2)

Με την υλοποίηση αυτού του έργου, θα μπορέσουμε να προωθήσουμε την:

- **Κοινωνική ισότητα** - η ισότητα είναι απαραίτητη για την ευημερία της βιώσιμης ανάπτυξης.
- **Περιβαλλοντική ευθύνη** - όλοι έχουμε το δικαίωμα και το καθήκον να είμαστε υπεύθυνοι για το περιβάλλον.
- **Συμμετοχή των πολιτών** - η ανάγκη οργάνωσης κοινών προσπάθειών, συμμετοχής των γενεών, ανταλλαγής εμπειριών και ιδεών.

Στο **παράρτημα 1** παρουσιάζονται πληροφορίες σχετικά με τη γενική δομή του εκπαιδευτικού υλικού, ένας πίνακας περιεχομένων και το εύρος των θεμάτων που μπορούν να καλύπτονται από τους/τις εκπαιδευτές/ριες.

Το παράρτημα 1 συνιστά και καθορίζει ποια πράσινα και βιώσιμα θέματα νοικοκυριού ενδιαφέρουν άτομα 65+. Αναζητήστε τα αποτελέσματα του WP4 για να βρείτε περισσότερο χρήσιμο εκπαιδευτικό υλικό και εργαλειοθήκες για τις εκπαιδεύσεις σας.

Αποσαφήνιση σημαντικών εννοιών και όρων (3)

Το συνιστώμενο πρόγραμμα σπουδών παρέχει καθοδήγηση για το πώς οι εταίροι και άλλοι φορείς (οργανώσεις ηλικιωμένων, δήμοι κ.λπ.) θα μπορούσαν να εισάγουν τα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας σε θέματα όπως:

- βιωσιμότητα στα νοικοκυριά
- μετριασμός και προσαρμογή στην κλιματική αλλαγή
- ενεργειακή απόδοση
- ενεργειακή φτώχεια
- ανανεώσιμες πηγές ενέργειας
- e-mobility

Έτσι, παρέχετε η δυνατότητα ένταξης ατόμων ηλικίας 65+ σε περιβαλλοντικά θέματα, ώστε να δράσουν στη συνέχεια και τα ίδια ως εκπαιδευτές/ριες και να συμβάλουν στην αειφόρο ανάπτυξη. Βελτιώνοντας τις γνώσεις των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας σε πράσινα και βιώσιμα θέματα, μπορούν να:

- είναι πιο συνειδητοποιημένα σχετικά με την κατανάλωση και το περιβάλλον,
- κατανοήσουν καλύτερα τις επιπτώσεις (του νοικοκυριού) τους στο κλίμα, και
- βελτιώσουν τον τρόπο ζωής τους με τρόπο φιλικό προς το περιβάλλον



Μεθοδολογία για την αξιοποίηση υλικού από εκπαιδευτές/ριες





Μεθοδολογία για την αξιοποίηση υλικού από εκπαιδευτές/ριες

Τι καλύπτει η μεθοδολογία;

Η μεθοδολογία επικεντρώνεται σε προσεγγίσεις που μπορούν να χρησιμοποιήσουν οι ΜΚΟ και οι δήμοι για να προσεγγίσουν και να εκπαιδεύσουν άμεσα τους πολίτες 65+, ιδίως στις αγροτικές περιοχές. Οι ακόλουθες πέντε «**Ενότητες για εκπαιδευτές**» εξηγούν τον τρόπο χρήσης του εκπαιδευτικού υλικού και της εργαλειοθήκης και περιλαμβάνουν συμβουλές για την προσέλκυση και διατήρηση της προσοχής του κοινού κατά τη διάρκεια τοπικών εκδηλώσεων, συστάσεις για την προσαρμογή των εκδηλώσεων στις ανάγκες τους, την κοινοποίηση και δημοσίευση πρόσκλησης που, καθώς και βέλτιστες πρακτικές.

1. Διδασκαλία ατόμων 65+ σε αγροτικές περιοχές σε θέματα πράσινης και βιώσιμης ανάπτυξης
2. Τρόποι μάθησης: Μνήμη και συμμετοχή
3. Βασικά στοιχεία για τις τοπικές εκδηλώσεις
4. Προσεγγίζοντας τα άτομα 65+: Εργαλεία και ιδέες
5. Περαιτέρω ανάγνωση και πηγές
 - i. Παράρτημα 1: Προτεινόμενος πίνακας περιεχομένων για εκπαιδευτές/ριες
 - ii. Παράρτημα 2: Κριτήρια για τη διοργάνωση τοπικών εκδηλώσεων
 - iii. Παράρτημα 3: Υπόδειγμα αξιολόγησης πριν και μετά την κατάρτιση
 - iv. Παράρτημα 4: Ενδεικτική δομή πρόσκλησης
 - v. Παράρτημα 5: Σχετικά έργα



Ενότητα 1. Διδασκαλία ατόμων 65+ σε αγροτικές περιοχές σε θέματα πράσινης και βιώσιμης ανάπτυξης

Τι πρέπει να γνωρίζετε για το συγκεκριμένο κοινό;

Η Ενότητα 1 για εκπαιδευτές/ριες παρουσιάζει συγκεκριμένα χαρακτηριστικά των ατόμων αυτών που πρέπει να λαμβάνονται υπόψη κατά την εκπαίδευσή τους. Ο στόχος είναι να διερευνηθούν:

- οι επιπτώσεις της γήρανσης,
- οι κοινωνικές αλλαγές στην τρίτη ηλικία και
- ο ρόλος της περιβαλλοντικής εκπαίδευσης.

Η διαδικασία γήρανσης

Τα γηρατειά αναφέρονται ως η περίοδος της **τρίτης ηλικίας**, με την πρώτη ηλικία να σημαίνει την παιδική και εφηβική ηλικία και τη δεύτερη ηλικία την περίοδο της ενηλικίωσης. Η τρίτη ηλικία απευθύνεται συνήθως σε άτομα ηλικίας 60-74 ετών, τα οποία συνήθως δεν πάσχουν ακόμη από σοβαρές ασθένειες, είναι ενεργά, ενταγμένα στην κοινωνία, ικανά να ταξιδεύουν και δραστήρια. Η **τέταρτη ηλικία** αναφέρεται στα άτομα άνω των 75 ετών που βρίσκονται σε περίοδο επιδείνωσης της υγείας τους.

Η γήρανση είναι μια αργή και ομαλή διαδικασία, κατά την οποία συμβαίνουν αλλαγές στο σώμα και στον ανθρώπινο ψυχισμό. Η πορεία της είναι ανομοιόμορφη και πολύ διαφορετική ατομικά. Είναι σημαντικό για τα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας να αποδεχτούν τη ζωή του όπως ήταν, χωρίς τύψεις για όσα δεν έγιναν ή θα μπορούσαν να ήταν διαφορετικά. Αυτό περιλαμβάνει την αποδοχή των δικών τους ατελειών και τη συμφιλίωση με τις ελλείψεις τους.

Κοινωνικές αλλαγές στην τρίτη ηλικία (1)

Η ψυχοκοινωνική γήρανση επηρεάζει σημαντικά την ικανότητα των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας να προσαρμοστούν στις αλλαγές που φέρνει το γήρας, όπως η συνταξιοδότηση και οι σχετικές οικονομικές αλλαγές, η αλλαγή κατοικίας ή ο θάνατος του/της συντρόφου ζωής.

Η συνταξιοδότηση δίνει στα άτομα την ευκαιρία να ξεκουραστούν και τα απαλλάσσει από ορισμένες κοινωνικές πιέσεις, αλλά μειώνει παράλληλα τις κοινωνικές επαφές. Ωστόσο, η συνταξιοδότηση παρέχει χώρο για νέες δραστηριότητες, εθελοντικές υπηρεσίες, διάφορα χόμπι κ.λπ. Συνήθως, η λανθασμένη ή ανεπαρκής προσαρμογή μπορεί να εκδηλωθεί με αισθήματα κατωτερότητας, αχρηστίας και κοινωνικής απομόνωσης.

Αν και τα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας χρειάζονται λιγότερα χρήματα για ένδυση, ψυχαγωγία και εργασία ή στέγαση, τα έξοδα διαβίωσής τους εξακολουθούν να αυξάνονται (π.χ. φάρμακα). Πολλοί αναγκάζονται να αλλάξουν κατοικία για οικονομικούς λόγους επειδή το νοικοκυριό τους είναι πολύ μεγάλο, λόγω μειωμένης κινητικότητας ή προβλημάτων ψυχικής υγείας, ή απλά αδυνατούν να συντηρηθούν μόνοι τους. Στην τρίτη ηλικία αναπτύσσεται ένας πολύ ισχυρός συζυγικός δεσμός μεταξύ των συζύγων, ο οποίος διευκολύνει τη γήρανσή τους ενθαρρύνοντας ο ένας τον άλλον.

Κοινωνικές αλλαγές στην τρίτη ηλικία (2)

Μετά το θάνατο του συντρόφου τους, τα άτομα βιώνουν συναισθήματα μεγάλης απώλειας, κενού και εγκατάλειψης. Πολλοί συνηθίζουν να ζουν μόνοι τους, αλλά εξαρτώνται από άλλα, νεότερα μέλη της οικογένειας. Βέβαια, υπάρχουν και εκείνοι που θα ξαναπαντρευτούν.

Η χηρεία οδηγεί στην εγκατάλειψη και στην αύξηση του αισθήματος της προσωπικής ασημαντότητας. Οι γυναίκες (χήρες), αντισταθμίζουν το αίσθημα της μοναξιάς δημιουργώντας κοινωνικές κοινότητες, όπως ομάδες γυναικών μεγαλύτερης ηλικίας που συναντώνται τακτικά.

Οι τακτικές συναντήσεις και δραστηριότητες με άλλα μέλη οργανώσεων που ασχολούνται με ηλικιωμένους μπορούν να βοηθήσουν τους/τις εκπαιδευτές/ριες να εμβαθύνουν τις υπάρχουσες κοινωνικές σχέσεις ή να κάνουν νέες επαφές. Ειδικότερα, η από κοινού διοργάνωση δραστηριοτήτων για άτομα μεγαλύτερης ηλικίας μπορεί να αποβεί ιδιαίτερα επωφελής, όπου μπορούν να δημιουργηθούν νέες σχέσεις (π.χ. διοργάνωση μιας έκθεσης τέχνης για άτομα μεγαλύτερης ηλικίας για την ενίσχυση της αυτοπεποίθησης, την τόνωση της δημιουργικότητας και την ανάπτυξη της καλλιτεχνικής και κοινωνικής τους ζωής).

Κοινωνικές αλλαγές στην τρίτη ηλικία (3)

Η περίοδος της Σενίας ορίστηκε από τους αρχαίους Έλληνες ως «η εποχή της σοφίας, μια εποχή κατά την οποία ο γέροντας είναι σεβαστός και χαίρει καθολικής εκτίμησης. Ενώ αυτοί οι γενικοί κανόνες δίνουν πλέον τη θέση τους σε διάφορα κλισέ και ψευδο-αξίες μιας ταχέως αναπτυσσόμενης κοινωνίας, ακόμη και αυτή η δυναμική κοινωνία του 21ου αιώνα έχει επίγνωση της δημογραφικής ανισότητας που αναδύεται.

Γινόμαστε μάρτυρες μεγάλης προόδου στην επιστήμη και την ιατρική, η οποία αποτελεί επίσης μια από τις βασικές πτυχές της αύξησης του μέσου όρου ηλικίας του πληθυσμού. Αποτελεί επομένως καθήκον μιας προηγμένης κοινωνίας να προσφέρει στα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας την ευκαιρία να αναπτύξουν ενεργά τα ενδιαφέροντά τους και να περάσουν παραγωγικά τον χρόνο τους. Η καλλιτεχνική εκπαίδευση φαίνεται να είναι μια εξαιρετική, χαμηλού κόστους επιλογή.» (Gomes et al., 2020, p.8).

Στο Πανεπιστήμιο της τρίτης ηλικίας στην Πορτογαλία για παράδειγμα, τα άτομα 65+ εκπαιδεύονται στους καλλιτεχνικούς κλάδους της μουσικής, της τέχνης, του χορού, της λογοτεχνίας, της ψυχολογίας, της υγείας και συνήθως συμμετέχουν σε διάφορα εργαστήρια σχετικά με πράσινα περιβαλλοντικά θέματα. Μέσα από τη δραστηριότητα στην οποία συμμετέχουν προωθείται η θετική αυτογνωσία και αυτοπεποίθησή τους.

Κοινωνικές αλλαγές στην τρίτη ηλικία (4)

Η πρακτική εργασία που αναπτύσσεται με τα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας μπορεί επίσης να βοηθήσει στην κοινωνική αλληλεπίδραση, και αυτό αποτελεί επίσης μέρος της Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης. Τα άτομα αυτά έχουν μια ιστορία περιβαλλοντικών αλλαγών που χρειάζεται να μοιραστεί. Μπορούν να δείξουν στους νεότερους τα λάθη και τις επιτυχίες του παρελθόντος, και μαζί μπορούν να οικοδομήσουν εναλλακτικές λύσεις για την αντιμετώπιση των προβλημάτων, προκειμένου να βελτιωθεί η ποιότητα ζωής του πληθυσμού (MACHADO et. al., 2006).

Οι δραστηριότητες που θα πραγματοποιηθούν με άτομα μεγαλύτερης ηλικίας θα βοηθήσουν στην επίλυση των περιβαλλοντικών προβλημάτων, μέσω της ανταλλαγής εμπειριών και γνώσεων, έτσι ώστε οι συμμετέχοντες/ουσες να ευαισθητοποιηθούν και να δημιουργήσουν στάση σχετικά με το θέμα και να πολλαπλασιάσουν τις πληροφορίες στα παιδιά, τα εγγόνια και τους γνωστούς τους.

Κοινωνικές αλλαγές στην τρίτη ηλικία (5)

Το υλικό που αναπτύχθηκε στο πλαίσιο του έργου C.H.A.N.G.E.R.S.-2.0, τονίζει τη σημασία διαφόρων βασικών πτυχών, όπως της παρακίνησης ατόμων ηλικίας 65+ να:

- μάθουν, αναγνωρίσουν και εκτιμήσουν τις προηγούμενες εμπειρίες τους,
- αναπτύξουν τη δημιουργικότητά τους, και
- καλλιεργήσουν το ενδιαφέρον τους για τη φροντίδα του περιβάλλοντος.

Είναι ζωτικής σημασίας να επεκταθούν και να ενισχυθούν παρόμοιες πρωτοβουλίες σε εθνικό επίπεδο, ώστε να διασφαλιστεί ότι οι πολίτες αυτοί εκτιμώνται και συμμετέχουν ενεργά σε δραστηριότητες περιβαλλοντικής εκπαίδευσης.

Τέτοια προγράμματα προωθούν την ανταλλαγή εμπειριών ζωής και τη δημιουργία γνώσεων μεταξύ αυτής της δημογραφικής ομάδας, η οποία μπορεί να μην είχε προηγούμενη επαφή με την περιβαλλοντική εκπαίδευση λόγω της διαφορετικής ανατροφής και των ανησυχιών της.



Ενότητα 2. Τρόποι μάθησης: Μνήμη και συμμετοχή



Πώς μπορείτε να κρατήσετε το ενδιαφέρον των ατόμων 65+ κατά τη διάρκεια μιας κατάρτισης για θέματα πράσινου και βιώσιμου νοικοκυριού;

Αυτή η ενότητα για εκπαιδευτές/ριες επικεντρώνεται στη διαδικασία μάθησης που θα μπορούσαν να ακολουθήσουν οι εταίροι, οι οργανώσεις ηλικιωμένων και οι δήμοι για να εμπλέξουν ενεργά τους πολίτες σε θέματα πράσινου και βιώσιμου νοικοκυριού, λαμβάνοντας υπόψη τις ανάγκες τους.

Ο στόχος είναι να παρουσιαστούν ευέλικτα πρότυπα μάθησης, καθώς οι συμμετέχοντες/ουσες μπορεί να χρειαστούν κάποιο χρόνο για να προσαρμοστούν σε αυθόρμητες προφορικές συζητήσεις και να ζητήσουν πολύ περισσότερες επαναλήψεις και σαφείς εξηγήσεις. Ως εκ τούτου, περιλαμβάνει τα βήματα που μπορούν να ακολουθηθούν προκειμένου να διατηρηθούν τα κίνητρα των ατόμων 65+ κατά τη διάρκεια των εκπαιδευτικών εκδηλώσεων, λαμβάνοντας ταυτόχρονα υπόψη το ζήτημα της μνήμης και της συμμετοχής.

Αντιμετώπιση προκλήσεων στη διαδικασία μάθησης

Προκειμένου να διευκολυνθεί η κατάρτιση των ατόμων 65+, οι εκπαιδευτές/οργανώσεις ηλικιωμένων/δήμοι πρέπει να ξεπεράσουν τις ακόλουθες προκλήσεις που μπορεί να αντιμετωπίζουν τα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας :

- Φυσιολογική μείωση των ικανοτήτων επεξεργασίας πληροφοριών λόγω ηλικίας
- Ζητήματα που αφορούν τη σωματική λειτουργικότητα, όπως προβλήματα όρασης ή ακοής
- Ικανότητες κοινωνικής εμπλοκής και μειωμένη ικανότητα προσοχής
- Δυσκολία στην κατανόηση εντελώς άγνωστων εννοιών

Στο πλαίσιο αυτό, η **προσέγγιση του κύκλου μελέτης** και η **μεθοδολογία της αφήγησης** προτείνονται ως αποτελεσματικά μέρη της μαθησιακής διαδικασίας για την εμπλοκή των ατόμων τρίτης ηλικίας σε θέματα πράσινου και βιώσιμου νοικοκυριού. Και οι δύο παρέχουν ευκαιρίες για ενεργό συμμετοχή, ανταλλαγή γνώσεων και προσωπικές συνδέσεις, ενώ παράλληλα ανταποκρίνονται στις ειδικές ανάγκες των ατόμων, όπως η ανάγκη για επανάληψη και σαφείς εξηγήσεις.

Προσέγγιση κύκλου μελέτης (1)

Η **μεθοδολογία του Κύκλου Μελέτης** είναι μια εκπαιδευτική δραστηριότητα που προσαρμόζεται στις συγκεκριμένες ανάγκες και τα ενδιαφέροντα της συμμετέχουσας ομάδας (Seniors in the Education, n.d.).

Τα κύρια χαρακτηριστικά των Κύκλων Μελέτης είναι τα εξής:

- Σχηματισμός μικρών ομάδων ατόμων σε κύκλους, ώστε να ενθαρρύνονται να μοιράζονται ιδέες
- Οι συμμετέχοντες/ουσες επιλέγουν το θέμα που θέλουν να συζητήσουν
- Η ομάδα θέτει η ίδια τους μαθησιακούς στόχους και καθορίζει ένα σχέδιο δράσης και ένα χρονοδιάγραμμα σύμφωνα με τις ανάγκες και τους γενικούς της στόχους. Κάθε συμμετέχων/ουσα μοιράζεται τις γνώσεις και τις εμπειρίες του/της σχετικά με το επιλεγμένο θέμα
- Ο/Η εκπαιδευτής/ρια μπορεί να ενεργεί ως συντονιστής/ρια, αλλά η ομάδα καθοδηγείται από έναν εκπρόσωπο που επιλέγεται από τους/τις συμμετέχοντες/ουσες μέσω δημοκρατικών μεθόδων (π.χ. ψηφοφορία).
- Οι συμμετέχοντες/ουσες είναι σε θέση να ολοκληρώνουν τις εργασίες μέσω της συνεργασίας και της επικοινωνίας, αναλαμβάνοντας το ρόλο τόσο του μαθητευόμενου όσο και του εκπαιδευτή

Προσέγγιση κύκλου μελέτης (2)

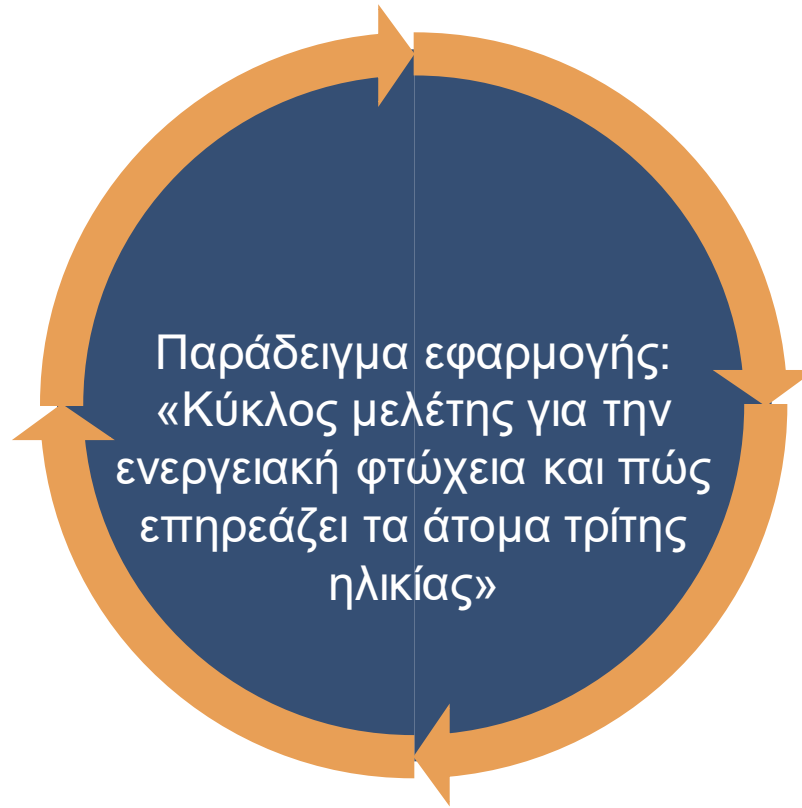
Τα οφέλη της προσέγγισης των Κύκλων Μελέτης είναι ότι:

- Διδάσκει την ομαδικότητα, τη συνεργασία και την επικοινωνία μεταξύ των μελών της ομάδας, υποστηρίζοντας την κοινωνικοποίησή τους
- Τα άτομα 65+ αισθάνονται ότι η συμβολή τους έχει πραγματικό αντίκτυπο (επανερχονται στην ενεργό συμμετοχή των πολιτών και ενθαρρύνονται να το κάνουν στην καθημερινή ζωή)
- Οι συμμετέχοντες/ουσες έχουν κίνητρο να αναπτύξουν τις ηγετικές τους ικανότητες
- Οι συμμετέχοντες/ουσες αποκτούν την αίσθηση ότι ανήκουν σε μια ομάδα, καθώς πολλοί βιώνουν τον κοινωνικό αποκλεισμό
- Αυξάνεται η αυτοπεποίθηση και η ανεξαρτησία των ατόμων, ενώ τους ενθαρρύνει να αναλαμβάνουν πρωτοβουλίες και να μοιράζονται τις γνώσεις και τις ιδέες τους.

Προσέγγιση κύκλου μελέτης (3)

4. Η ομάδα βγάζει συμπεράσματα και προβληματίζεται σχετικά με τα όσα συζητήθηκαν.

3. Οι συμμετέχοντες/ουσες μοιράζονται γνώσεις σχετικά με:
- Τι είναι η ενεργειακή φτώχεια και πώς τους έχει επηρεάσει;
 - Ποιες είναι οι προκλήσεις που έχει δημιουργήσει;
 - Ποια είναι τα μέτρα που έχουν λάβει για να αντιμετωπίσουν τις αρνητικές συνέπειες;



1. Ο/Η επικεφαλής που έχει οριστεί (ειδικός επί του θέματος) ή ο/η εκπαιδευτής/ρια δίνει γενικές πληροφορίες για το τι είναι η ενεργειακή φτώχεια.

2. Οι συμμετέχοντες/ουσες αποφασίζουν για το σχέδιο δράσης τους, το χρονικό πλαίσιο και τους στόχους που θέλουν να επιτύχουν μέσω αυτού του κύκλου μελέτης.

Μεθοδολογία αφήγησης (1)

Η αφήγηση έχει χρησιμοποιηθεί ευρέως ως παιδαγωγικό εργαλείο, ιδίως στην εκπαίδευση ενηλίκων και τη δια βίου μάθηση. Η αφήγηση ιστοριών στα άτομα τρίτης ηλικίας μπορεί να αποδειχθεί πολύ αποτελεσματική για να τραβήξει την προσοχή τους και να τα κάνει να συμμετέχουν περισσότερο στη διαδικασία, καθιστώντας τα ενεργούς ακροατές.

Τα οφέλη της αφήγησης ιστοριών για άτομα ηλικίας 65+ περιλαμβάνουν τα εξής:

- Οι συμμετέχοντες/ουσες μπορούν να ταυτιστούν με την εμπειρία που παρουσιάζεται
- Οι ιστορίες παρέχουν έμπνευση στους ακροατές και αιχμαλωτίζουν την προσοχή τους
- Οι ιστορίες προσφέρουν ένα συγκεκριμένο χρονικό πλαίσιο, μια αίσθηση κατεύθυνσης και επιλογές δράσης
- Οι ιστορίες πυροδοτούν τη μνήμη και την ενσυναίσθηση (ανάπτυξη ενσυναισθητικών ικανοτήτων)

Μεθοδολογία αφήγησης (2)

Κατά την επιλογή μιας ιστορίας, οι εκπαιδευτές/ριες θα πρέπει να αποφασίσουν ποιος είναι ο σκοπός της συνεδρίας αφήγησης και πώς ανταποκρίνεται στις ειδικές ανάγκες των συμμετεχόντων/πυσών. Για παράδειγμα, ο σκοπός μιας ιστορίας θα μπορούσε να είναι:

- Αύξηση της ευαισθητοποίησης,
- Δημιουργία μιας αίσθησης του ανήκειν,
- Ανάπτυξη κριτικής σκέψης των ατόμων,
- Ενθάρρυνση της επεξεργασίας πληροφοριών,
- Απόκτηση νέων δεξιοτήτων
- Πυροδότησης της δημιουργικότητας και ενθάρρυνση της συνεργασίας και της επικοινωνίας κ.λπ.

Η αφήγηση ιστοριών μπορεί επίσης να χρησιμοποιηθεί από τα ίδια τα άτομα, καθιστώντας τους ενεργούς συμμετέχοντες κατά τη διάρκεια της εκπαιδευτικής συνεδρίας. Όταν οι συμμετέχοντες/ουσες έχουν την ευκαιρία να μοιραστούν τις δικές τους ιστορίες και εμπειρίες με την ομάδα τους, εντρυφούν πιο γρήγορα σε μια ελκυστική δραστηριότητα, ενώ παράλληλα δημιουργείται ένα οικείο και ασφαλές περιβάλλον για να μοιραστούν όλοι τις σκέψεις τους.

Μεθοδολογία αφήγησης (3)

Παράδειγμα εφαρμογής:

Ένας πολύ ενδιαφέρων τρόπος για να πυροδοτήσετε τη συζήτηση και να ξεκινήσετε μια συνεδρία αφήγησης είναι να ενθαρρύνετε τα άτομα να φέρουν ένα από τα φωτογραφικά τους άλμπουμ ή αντικείμενα με νόημα στην εκπαίδευση.

Ο/Η καθένας/μία μπορεί να αφηγηθεί τη δική του/της ιστορία με αφορμή μια φωτογραφία/ένα αντικείμενο (π.χ. από την παιδική ηλικία, τον γάμο, την οικογένεια, συγκεκριμένα ιστορικά γεγονότα κ.λπ.).

Οι εκπαιδευτές/ριες οφείλουν να συμβουλεύουν τα άτομα να συσχετίσουν τις ιστορίες τους με τη βιωσιμότητα και να κατευθύνουν τις ιστορίες τους, όπως: Αναλάβετε δράση για την προστασία του περιβάλλοντος στην παιδική σας ηλικία; Μιλούσαν οι άνθρωποι στο περιβάλλον σας για την έννοια της βιωσιμότητας; Υπήρχαν περιβαλλοντικές καταστροφές ή περιστατικά στα παιδικά σας χρόνια που σας ώθησαν να αναλάβετε δράση για την προστασία του περιβάλλοντος;

Η ομάδα και ο/η εκπαιδευτής/ρια μπορούν επίσης να θέσουν περαιτέρω ερωτήσεις για να κάνουν τη δραστηριότητα ακόμη πιο διαδραστική.

Γενικές συμβουλές και κόλπα για εκπαιδευτές/ριες

1 Παρέχετε αναλογίες με οικείες έννοιες

2 Ελαχιστοποιήστε τις πληροφορίες που αποσπούν την προσοχή και επικεντρωθείτε σε ένα σημαντικό έργο ή σε υλικό που θα τραβήξει την προσοχή των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας

3 Διασφαλίστε ότι οι προαπαιτούμενες δεξιότητες που θα αποκτήσουν οι συμμετέχοντες/ουσες μετά την ολοκλήρωση της δραστηριότητας έχουν προσδιοριστεί και κατανοηθεί εκ των προτέρων

4 Χρησιμοποιήστε υπενθυμίσεις και επαναλάβετε σημαντικές πληροφορίες για να βοηθήσετε τη μνήμη

5 Χρησιμοποιήστε απλή γλώσσα και μιλήστε με σαφήνεια

6 Κάντε τις πληροφορίες ευδιάκριτες και ευανάγνωστες χρησιμοποιώντας υψηλή αντίθεση, μεγάλα μεγέθη γραμματοσειράς, και επαρκή απόσταση μεταξύ των γραμμών

7 Αποφύγετε το γυαλιστερό χαρτί



Ενότητα 3. Βασικά στοιχεία για τις ΤΟΠΙΚΕΣ εκδηλώσεις

Πώς μπορείτε να κάνετε τους/τις συμμετέχοντες/ουσες να αισθάνονται άνετα στις εκπαιδευτικές εκδηλώσεις σε τοπικό επίπεδο;

Η 3η ενότητα για εκπαιδευτές/ριες είναι αφιερωμένη στο να βοηθήσει τα άτομα που συμμετέχουν σε τοπικές εκδηλώσεις να αισθάνονται ασφαλείς και άνετα, λαμβάνοντας υπόψη τυχόν δυσκολίες που μπορεί να έχουν και μειώνοντας τους παράγοντες άγχους που μπορεί να υπάρχουν.

Στόχος είναι να δοθούν λύσεις σε εταίρους, άλλες οργανώσεις και δήμους, ώστε να οικοδομηθεί η εμπιστοσύνη στις τοπικές εκπαιδεύσεις, αλλά και να αντιμετωπιστούν οι όποιες προκλήσεις τους.

Διοργάνωση τοπικών εκδηλώσεων φιλικών προς την τρίτη ηλικία (1)

Η δημιουργία τοπικών εκδηλώσεων και εκπαιδεύσεων φιλικών προς την τρίτη ηλικία, οι οποίες θα είναι σύμφωνες με τις ιδιαίτερες ανάγκες των ατόμων, απαιτεί τη συνεργασία της κοινότητας, των τοπικών κυβερνήσεων και των τοπικών φορέων. Υπάρχουν μάλιστα μερικά βήματα που μπορούν να ακολουθήσουν οι εκπαιδευτές/ριες και η κοινότητα για να διασφαλίσουν ότι μια τοπική εκδήλωση πραγματοποιείται χωρίς αποκλεισμούς και ομαλά:

Βήμα 1: Συμμετοχή πολλών ενδιαφερομένων μερών

Η εμπλοκή δημόσιων και ιδιωτικών φορέων μπορεί να αποδειχθεί πολύ χρήσιμη στη διαδικασία προσέγγισης ατόμων 65+ και στη διασφάλιση της συμμετοχής τους στην κατάρτιση. Τα ενδιαφερόμενα μέρη μπορεί να είναι εκλεγμένοι αξιωματούχοι και εκπρόσωποι της τοπικής αυτοδιοίκησης, εκπρόσωποι οργανώσεων εξυπηρέτησης ατόμων 65+ ή εθελοντές.

Τα ενδιαφερόμενα μέρη μπορούν να δημιουργήσουν μια **επιτροπή φιλική προς την τρίτη ηλικία** (εφεξής «Επιτροπή»), η οποία θα είναι υπεύθυνη για το συντονισμό των προσπαθειών να καταστεί η κοινότητα πράγματι φιλική.

Διοργάνωση τοπικών εκδηλώσεων φιλικών προς την τρίτη ηλικία (2)

Βήμα 2: Δημιουργία κριτηρίων αξιολόγησης

Η Επιτροπή οφείλει να δώσει έμφαση στην αξιολόγηση του πόσο φιλική προς την Τρίτη ηλικία είναι πραγματικά η κοινότητα. Υπάρχουν μερικά **κριτήρια** που η Επιτροπή μπορεί να εξετάσει κατά τη διοργάνωση τοπικών εκδηλώσεων, λαμβάνοντας υπόψη:

- την εισήγηση επί του θέματος από τις τοπικές αρχές
- τις εισροές και προτάσεις της ίδιας της κοινότητας (μέσω ομάδων εστίασης, συνεντεύξεων, ερωτηματολογίων κ.λπ.)

Στο **παράρτημα 2** παρουσιάζονται πέντε κριτήρια που μπορούν να εξεταστούν:

1. Προσβασιμότητα και φυσιολογικές ανάγκες,
2. Μεταφορά,
3. Επικοινωνία και συμμετοχή,
4. Κοινοτική υποστήριξη και ενθάρρυνση και,
5. Ιδιωτικότητα και συγκατάθεση.

Διοργάνωση τοπικών εκδηλώσεων φιλικών προς την τρίτη ηλικία (3)

ΒΗΜΑ 3: Ανάλυση SWOT

Μετά την ολοκλήρωση της αξιολόγησης του προηγούμενου βήματος, οι εκπαιδευτές/ριες και η Επιτροπή θα πρέπει να είναι σε θέση να **εντοπίσουν τις κύριες προκλήσεις που μπορούν να εμποδίσουν τη διαδικασία** και να **προσδιορίσουν τις κύριες αδυναμίες** της κοινότητας αναφορικά με το ζήτημα της φιλικότητας προς την Τρίτη ηλικία και της συμμετοχικότητας.

Ταυτόχρονα, όμως, είναι σημαντικό να **εντοπιστούν και να αναδειχθούν τα δυνατά σημεία και οι ευκαιρίες της κοινότητας** που αποδεικνύονται χρήσιμα και πρακτικά κατά τη διοργάνωση της τοπικής εκδήλωσης.

Διοργάνωση τοπικών εκδηλώσεων φιλικών προς την τρίτη ηλικία (4)

Βήμα 4: Εφαρμογή και παρακολούθηση

Κατά τη διάρκεια των εκδηλώσεων, οι συντονιστές/ριες θα πρέπει να λαμβάνουν υπόψη τους διαθέσιμους πόρους, τόσο οικονομικούς και υλικοτεχνικούς όσο και ανθρώπινους.

Παράλληλα, ο έλεγχος της προόδου που σημειώνεται είναι ζωτικής σημασίας, καθώς είναι ένας τρόπος να κατανοήσετε αν οι στόχοι της εκδήλωσης επιτυγχάνονται ή όχι.

Στο **παράρτημα 3** θα βρείτε ένα υπόδειγμα αξιολόγησης που μπορεί να χρησιμοποιηθεί από τους/τις εκπαιδευτές/ριες σε μαθησιακές δραστηριότητες άτομα ηλικίας 65+. Μη διστάσετε να τροποποιήσετε τις ερωτήσεις ή την κλίμακα αξιολόγησης σύμφωνα με τις απαιτήσεις της εκπαίδευσής σας.



Ενότητα 4. Προσεγγίζοντας τα άτομα 65+

Πώς μπορείτε να επικοινωνήσετε με τα άτομα ηλικίας 65+ προκειμένου να συμμετάσχουν σε εκπαιδευτικές εκδηλώσεις σε τοπικό επίπεδο;

Η 4η ενότητα για εκπαιδευτές/ριες εισάγει τους εταίρους, τις οργανώσεις ηλικιωμένων και τους δήμους στην προσέγγιση που μπορούν να ακολουθήσουν για να επικοινωνήσουν με άτομα τρίτης ηλικίας και να αυξήσουν την προθυμία τους να συμμετάσχουν σε εκδηλώσεις κατάρτισης. Στόχος είναι να παρουσιαστούν συγκεκριμένα κανάλια και τακτικές που μπορούν να επιλέχθούν προκειμένου να προσεγγιστεί το κοινό-στόχο και να συμμετάσχει, καθώς συχνά είναι ένα δύσκολο έργο και απαιτεί μεγαλύτερη προσπάθεια.

Συνιστώμενα κανάλια προσέγγισης ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας (1)



Φυλλάδια: δημιουργήστε και εκτυπώστε φυλλάδια και διανείμετε τα σε κέντρα για άτομα μεγαλύτερης ηλικίας ή σε άλλα σημεία όπου συγκεντρώνονται άτομα 65+ (π.χ. πάρκα, τόπους λατρείας, κοινότητες συνταξιούχων, κοινοτικά κέντρα και ομάδες, σπίτια).



Μέσα κοινωνικής δικτύωσης: χρησιμοποιήστε πλατφόρμες κοινωνικής δικτύωσης όπως το Facebook ή το X (πρώην Twitter) για να προωθήσετε τις τοπικές εκδηλώσεις κατάρτισης και να μοιραστείτε περισσότερες πληροφορίες.



Τηλεφωνικές κλήσεις: τηλεφωνήστε σε άτομα τρίτης ηλικίας που έχουν εκδηλώσει ενδιαφέρον για εκπαιδευτικές εκδηλώσεις, γεγονός που μπορεί να βοηθήσει επίσης στην οικοδόμηση σχέσεων μαζί τους.



Τοπικές εφημερίδες: συμπεριλάβετε πληροφορίες σχετικά με τις επερχόμενες εκπαιδευτικές εκδηλώσεις και τα θέματα που θα καλυφθούν.

Συνιστώμενα κανάλια προσέγγισης ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας (3)



Δίκτυα: επικοινωνήστε με άλλους οργανισμούς/δήμους που είναι πρόθυμοι να μοιραστούν πληροφορίες σχετικά με την εκπαίδευσή σας (ή ακόμη και να τη συνδιοργανώσουν).



Μηνύματα ηλεκτρονικού ταχυδρομίου: στείλετε προσκλήσεις μέσω προσωπικών μηνυμάτων ηλεκτρονικού ταχυδρομείου σε άτομα που έχουν εκδηλώσει ενδιαφέρον για εκδηλώσεις κατάρτισης.



Ενημερωτικά δελτία: είναι επίσης ένας καλός τρόπος για να ενημερώνονται οι ενδιαφερόμενοι για τις επερχόμενες εκδηλώσεις.

Δημιουργία προσκλήσεων (1)

Οι προσκλήσεις σε τοπικές εκδηλώσεις κατάρτισης θα πρέπει να προσαρμόζονται ανάλογα με το είδος κατάρτισης και το κοινό-στόχο. Ιδιαίτερη έμφαση πρέπει να δίνεται στα στοιχεία σχεδιασμού, όπως η χρήση:

- ζεστής χρωματικής παλέτας που δημιουργεί μια φιλόξενη ατμόσφαιρα (π.χ. ανοιχτό πράσινο, κρεμ, μπεζ, γκρι)
- εικόνων ατόμων 65+ ή παλιές φωτογραφίες του τόπου για να εμπνεύσουν τη συμμετοχή
- καθαρής και ευανάγνωστης γραμματοσειράς για όλα τα στοιχεία κειμένου
- οπτικά ελκυστικών πλαισίων ή διακοσμητικών στοιχείων που σχετίζονται με το θέμα της κατάρτισης

Στο **παράρτημα 4** παρατίθεται μία ενδεικτική δομή πρόσκλησης.

Δημιουργία προσκλήσεων (2)

Παράδειγμα εικόνων:



1936: Καπανδρίτι, Αττική, Ελλάδα, Πηγή: Δρ: Τοτόμη Μαρία (οικογενειακό κειμήλιο)



Ικαρία: Η ασύλληπτη γοητεία της μακροζωίας, Πηγή: Θεοδώρου Ρωξάνα



Ενότητα 5. Περαιτέρω ανάγνωση και πηγές

Θέλετε να μάθετε περισσότερα για την οργάνωση μαθησιακών δραστηριοτήτων για άτομα τρίτης ηλικίας;

Η 5η ενότητα για εκπαιδευτές/ριες προσφέρει την ευκαιρία στους εταίρους του έργου, τις οργανώσεις ηλικιωμένων και τους δήμους να μάθουν περισσότερα για τη διδασκαλία των ατόμων 65+ σε θέματα πράσινου και βιώσιμου νοικοκυριού σε τοπικό επίπεδο.

Οι βέλτιστες πρακτικές που περιλαμβάνονται (βλ. **παράρτημα 5**) είναι κυρίως συγχρηματοδοτούμενα έργα και πρωτοβουλίες του προγράμματος Erasmus+, που αποσκοπούν στην αύξηση και προώθηση των ευκαιριών μάθησης για ενήλικες και άτομα 65+ μέσω της κατάρτισης των ίδιων αλλά και των επαγγελματιών της εκπαίδευσης ενηλίκων, ενθαρρύνοντας παράλληλα την κοινωνική ένταξη και τη βιωσιμότητα.

Παράρτημα 1: Προτεινόμενος πίνακας περιεχομένων για εκπαιδευτές/ριες

Θέματα	Υπο-Θέματα	Στόχοι	Περιγραφή των δραστηριοτήτων
<p>Ζώντας βιώσιμα</p> <p>Στόχος: Προβληματισμός σχετικά με τις προσωπικές αξίες, αναγνώριση και επεξήγηση του πώς οι αξίες ποικίλλουν μεταξύ των ανθρώπων και με την πάροδο του χρόνου, και αξιολόγηση του τρόπου με τον οποίο ευθυγραμμίζονται με αξίες βιωσιμότητας.</p>	<p>A - Διαγενεακή ευθύνη</p>	<ol style="list-style-type: none"> Κατανόηση του αντίκτυπου των ανθρώπινων δραστηριοτήτων και συμπεριφορών στο πλαίσιο των φυσικών πόρων. Κατανόηση των συνεπειών της εξάντλησης των φυσικών πόρων για τις σημερινές και τις μελλοντικές γενιές. Ενστερνισμός του ρόλου του περιβαλλοντικού διαχειριστή. Αυτό περιλαμβάνει την υπεύθυνη κατανάλωση, την ελαχιστοποίηση των αποβλήτων, τη μείωση των εκπομπών διοξειδίου του άνθρακα και την υποστήριξη βιώσιμων πρακτικών σε τομείς όπως η ενέργεια, οι μεταφορές και η παραγωγή τροφίμων. 	<ol style="list-style-type: none"> Ζητήστε από τα άτομα να αναλογιστούν τις δικές τους εμπειρίες με τους φυσικούς πόρους κατά τη διάρκεια της ζωής τους. Παροτρύνετε τους/τις συμμετέχοντες/ουσες να μοιραστούν τις σκέψεις και τις αναμνήσεις τους σχετικά με το πώς έχουν δει το περιβάλλον να αλλάζει με την πάροδο του χρόνου και να εκφράσουν τις ανησυχίες και τις παρατηρήσεις τους σχετικά με τις ανθρώπινες δραστηριότητες και τη στάση απέναντι στους φυσικούς πόρους. Ενθαρρύνετε τα άτομα να προβληματιστούν σχετικά με την εξάντληση των πόρων στον πραγματικό κόσμο και τις πιθανές επιπτώσεις στις μελλοντικές γενιές. Στη συνέχεια, χωρίστε τους/τις συμμετέχοντες/ουσες σε μικρές ομάδες και αφήστε τους να αναλύσουν μια μελέτη περίπτωσης που επικεντρώνεται σε ένα συγκεκριμένο ζήτημα φυσικών πόρων, όπως η λειψυδρία ή η απώλεια της βιοποικιλότητας. Χρησιμοποιήστε μια οπτικά ελκυστική παρουσίαση για να παρουσιάσετε παραδείγματα ανθρώπινων δραστηριοτήτων που είχαν σημαντικό αντίκτυπο στους φυσικούς πόρους. Επισημάνετε τις συνέπειες αυτών των δραστηριοτήτων, όπως η αποψίλωση των δασών, η ρύπανση και η κλιματική αλλαγή, και ζητήστε από τα άτομα να προτείνουν πιθανές λύσεις και δράσεις που θα μπορούσαν να αναληφθούν για τον μετριασμό του προβλήματος. Συζητήστε το θέμα της υπεύθυνης κατανάλωσης.

Θέματα	Υπο-Θέματα	Στόχοι	Περιγραφή των δραστηριοτήτων
<p>Ζώντας βιώσιμα</p> <p>Στόχος: Προβληματισμός σχετικά με τις προσωπικές αξίες, αναγνώριση και επεξήγηση του πώς οι αξίες ποικίλλουν μεταξύ των ανθρώπων και με την πάροδο του χρόνου, και αξιολόγηση του τρόπου με τον οποίο ευθυγραμμίζονται με αξίες βιωσιμότητας.</p>	<p>B - Απόβλητα</p>	<p>1. Γνώση του κύκλου ζωής των διαφόρων καταναλωτικών αγαθών.</p> <p>2. Ενσωμάτωση πρακτικών υπεύθυνης κατανάλωσης.</p>	<p>1. Παρουσιάστε την έννοια των αποβλήτων και τις επιπτώσεις τους στο περιβάλλον και αφήστε τους/τις συμμετέχοντες/ουσες να μοιραστούν τις αντιλήψεις τους για τα απόβλητα (ή παραδείγματα που έχουν συναντήσει). Χρησιμοποιήστε μια οπτικά ελκυστική παρουσίαση για να εξηγήσετε τα στάδια του κύκλου ζωής των καταναλωτικών αγαθών και να συζητήσετε τις περιβαλλοντικές επιπτώσεις που συνδέονται με κάθε στάδιο και να τονίσετε τη σημασία της μείωσης των αποβλήτων και της υπεύθυνης κατανάλωσης.</p> <p>2. Παρουσιάστε πρακτικές συμβουλές και στρατηγικές για την υιοθέτηση υπεύθυνων καταναλωτικών συνηθειών από τα άτομα 65+. Στη συνέχεια, διανείμετε φύλλα εργασίας για τον προσωπικό σχεδιασμό δράσης ή παρέχετε έναν πίνακα για να καταγράψουν τα άτομα τις δεσμεύσεις τους (π.χ. μείωση των ειδών μιας χρήσης, πρακτική ανακύκλωσης και κομποστοποίησης και υποστήριξη τοπικών, βιώσιμων πρωτοβουλιών).</p>

Θέματα	Υπο-Θέματα	Στόχοι	Περιγραφή των δραστηριοτήτων
<p>Ζώντας βιώσιμα</p> <p>Στόχος: Προβληματισμός σχετικά με τις προσωπικές αξίες, αναγνώριση και επεξήγηση του πώς οι αξίες ποικίλλουν μεταξύ των ανθρώπων και με την πάροδο του χρόνου, και αξιολόγηση του τρόπου με τον οποίο ευθυγραμμίζονται με αξίες βιωσιμότητας.</p>	<p>Γ - Πράσινη οικονομία</p>	<p>1. Κατανόηση της έννοιας της πράσινης οικονομίας (συμπεριλαμβανομένης της βιώσιμης διαχείρισης των φυσικών πόρων και της υιοθέτησης περιβαλλοντικά υπεύθυνων συμπεριφορών).</p>	<p>1. Χρησιμοποιήστε μια οπτικά ελκυστική παρουσίαση για να δώσετε μια επισκόπηση της πράσινης οικονομίας και των βασικών αρχών της.</p> <p>Παρουσιάστε πληροφορίες σχετικά με τη σημασία της διατήρησης των υδάτων και τη σημασία της υγείας της ποιότητας του εδάφους για τη γεωργία, τα οικοσυστήματα και τη ρύθμιση του κλίματος. Στη συνέχεια, χωρίστε τους/τις συμμετέχοντες/ουσες σε μικρές ομάδες και αφήστε τους να αναλύσουν μια μελέτη περίπτωσης που επικεντρώνεται σε μια πτυχή της βιώσιμης διαχείρισης των πόρων (π.χ. λειψυδρία, διάβρωση του εδάφους ή βιώσιμη γεωργία) και κάντε καταϊγισμό ιδεών για λύσεις.</p>

Θέματα	Υπο-Θέματα	Στόχοι	Περιγραφή των δραστηριοτήτων
<p>Προβλήματα του σημερινού κόσμου</p> <p>Στόχος: Διαχείριση των μεταβάσεων και προκλήσεων σε περίπλοκες καταστάσεις βιωσιμότητας και λήψη αποφάσεων σχετικά με το μέλλον στο πλαίσιο της αβεβαιότητας.</p>	<p>A - Προσαρμογή στην κλιματική αλλαγή</p>	<p>1. Κατανόηση της ανάγκης υιοθέτησης μέτρων προσαρμογής για την αντιμετώπιση των κινδύνων και των επιπτώσεων που προκύπτουν από την κλιματική αλλαγή</p> <p>2. Εφαρμογή πρακτικών προσαρμογής στην κλιματική αλλαγή, σε οικογενειακό και κοινοτικό πλαίσιο.</p>	<p>1. Χρησιμοποιήστε μια οπτικά ελκυστική παρουσίαση για να παρουσιάσετε παραδείγματα των επιπτώσεων της κλιματικής αλλαγής που αφορούν τα άτομα, όπως ακραία καιρικά φαινόμενα, καύσωνες και άνοδος της στάθμης της θάλασσας, και συζητήστε πιθανά μέτρα προσαρμογής που θα μπορούσαν να ληφθούν για την αντιμετώπιση των εντοπισμένων κινδύνων και την ελαχιστοποίηση των επιπτώσεων (π.χ. τροποποιήσεις στο σπίτι, ετοιμότητα σε καταστάσεις έκτακτης ανάγκης και εμπλοκή της κοινότητας).</p> <p>2. Χωρίστε τα άτομα σε μικρές ομάδες ή ζεύγη και δώστε τους φύλλα εργασίας σχεδιασμού δράσης προσαρμογής. Στις ομάδες τους, ζητήστε από τους/τις συμμετέχοντες/ουσες να κάνουν καταϊγισμό ιδεών και να εντοπίσουν συγκεκριμένες πρακτικές προσαρμογής στην κλιματική αλλαγή που μπορούν να εφαρμόσουν στο οικογενειακό ή κοινοτικό πλαίσιο.</p> <p>Ενθαρρύνετε τα άτομα να εξετάσουν δράσεις που σχετίζονται με την ανθεκτικότητα του σπιτιού (π.χ., εγκαταστήστε ενεργειακά αποδοτικές συσκευές και μόνωση για να μειώσετε την κατανάλωση ενέργειας και τις εκπομπές αερίων του θερμοκηπίου, χρησιμοποιήστε συστήματα συλλογής βρόχινου νερού για την αξιοποίησή του), τη βιώσιμη κηπουρική (π.χ., φυτέψτε ντόπια και ανθεκτικά στην ξηρασία είδη που απαιτούν λιγότερο νερό, κάντε κομποστοποίηση), την ετοιμότητα σε περίπτωση έκτακτης ανάγκης (π.χ., ενημερωθείτε για τις προβλέψεις και τις προειδοποιήσεις του καιρού μέσω αξιόπιστων πηγών), και την κοινοτική προβολή (π.χ., οργανώστε προγράμματα ανακύκλωσης σε επίπεδο γειτονιάς ή κοινότητας, συμμετέχετε σε τοπικές πρωτοβουλίες).</p>

Θέματα	Υπο-Θέματα	Στόχοι	Περιγραφή των δραστηριοτήτων
<p>Προβλήματα του σημερινού κόσμου</p> <p>Στόχος: Διαχείριση των μεταβάσεων και προκλήσεων σε περίπλοκες καταστάσεις βιωσιμότητας και λήψη αποφάσεων σχετικά με το μέλλον στο πλαίσιο της αβεβαιότητας.</p>	<p>B – Μετριασμός της κλιματικής αλλαγής</p>	<p>1. Κατανόηση της σημασίας υιοθέτησης στάσεων, συμπεριφορών, πρακτικών και τεχνικών που οδηγούν στη μείωση των εκπομπών αερίων του θερμοκηπίου.</p> <p>2. Συμμετοχή με διάφορους κοινωνικούς φορείς, στο σχολείο και στην οικογένεια, σε δράσεις που ελαχιστοποιούν τις επιπτώσεις, σε τοπικό επίπεδο, των ανθρώπινων δραστηριοτήτων στην κλιματική αλλαγή.</p>	<p>1. Δώστε σε κάθε συμμετέχοντα/ουσα ένα φύλλο αξιολόγησης του αποτυπώματος άνθρακα ή μια ηλεκτρονική αριθμομηχανή. Καθοδηγήστε τα άτομα στη διαδικασία υπολογισμού του αποτυπώματος άνθρακα, λαμβάνοντας υπόψη παράγοντες όπως η χρήση ενέργειας, οι μεταφορές, η διατροφή και η παραγωγή αποβλήτων. Ενθαρρύνετε τους να προβληματιστούν σχετικά με τα αποτελέσματά τους και να εντοπίσουν τους τομείς στους οποίους μπορούν να κάνουν αλλαγές για να μειώσουν το αποτύπωμά τους σε άνθρακα.</p> <p>2. Χωρίστε τα άτομα σε μικρές ομάδες και αναθέστε σε κάθε ομάδα έναν συγκεκριμένο κοινωνικό φορέα, όπως σχολεία, οικογένειες ή κοινοτικές οργανώσεις. Στις ομάδες τους, ζητήστε από τους/τις συμμετέχοντες/ουσες να κάνουν καταιγισμό ιδεών και να καταγράψουν ιδέες για συνεργατικές δράσεις μετριασμού της κλιματικής αλλαγής που να αφορούν τον κοινωνικό φορέα που τους έχει ανατεθεί.</p> <p>Ενθαρρύνετε τους/τις συμμετέχοντες/ουσες να εξετάσουν δράσεις που είναι εφικτές, πρακτικές και σχετικές με το τοπικό πλαίσιο. Δώστε προτροπές για να καθοδηγήσετε τις συζητήσεις τους, όπως πρωτοβουλίες ενεργειακής απόδοσης, προγράμματα περιβαλλοντικής εκπαίδευσης ή εκδηλώσεις ενημέρωσης της κοινότητας.</p>

Θέματα	Υπο-Θέματα	Στόχοι	Περιγραφή των δραστηριοτήτων
<p>Ενέργεια: Αειφορία: ενεργειακοί πόροι & φτώχεια</p> <p>Στόχος: Εντοπισμός του τρόπου ενεργής συμβολής τους στη βελτίωση των προοπτικών για την κοινότητα και τον πλανήτη.</p>	<p>A - Ενεργειακοί πόροι</p>	<p>1. Γνώση διάφορων πηγών ενέργειας και των πλεονεκτημάτων/μειονεκτημάτων της χρήσης τους.</p>	<p>1. Διακρίνετε τις ανανεώσιμες πηγές ενέργειας από τις μη ανανεώσιμες πηγές ενέργειας. Δώστε παραδείγματα ανανεώσιμων και μη ανανεώσιμων πηγών ενέργειας. Αφήστε τους/τις συμμετέχοντες/ουσες να ερευνήσουν τα πλεονεκτήματα και τα μειονεκτήματα της χρήσης ανανεώσιμων και μη ανανεώσιμων πηγών ενέργειας. Βοηθήστε τα άτομα ηλικίας 65+ να κατανοήσουν την ανάγκη για αποτελεσματική και βιώσιμη χρήση των φυσικών πόρων, ώστε να διασφαλιστεί η βιωσιμότητά τους σε μια χρονική κλίμακα επαρκή για την αποκατάστασή τους.</p>

Θέματα	Υπο-Θέματα	Στόχοι	Περιγραφή των δραστηριοτήτων
<p>Ενέργεια: Αειφορία: ενεργειακοί πόροι & φτώχεια</p> <p>Στόχος: Εντοπισμός του τρόπου ενεργής συμβολής τους στη βελτίωση των προοπτικών για την κοινότητα και τον πλανήτη.</p>	<p>B - Ενεργειακή φτώχεια</p>	<p>1. Αξιολόγηση των κοινωνικών και περιβαλλοντικών επιπτώσεων των διαφόρων ενεργειακών μοντέλων που βασίζονται στη χρήση ορυκτών καυσίμων</p>	<p>1α. Διευξάγετε μια συζήτηση για να βοηθήσετε τα άτομα να αναγνωρίσουν ότι η εξάρτηση του κόσμου από τα ορυκτά καύσιμα θα οδηγήσει στην εξάντληση των σημερινών αποθεμάτων. Παρουσιάστε τις επιπτώσεις της εκμετάλλευσης των ορυκτών καυσίμων, όπως του πετρελαίου και του φυσικού αερίου, σε πολλούς πολέμους και συγκρούσεις μεταξύ χωρών.</p> <p>Εντοπίστε μαζί τις περιβαλλοντικές επιπτώσεις που προκύπτουν από τη χρήση ορυκτών καυσίμων, δηλαδή την αύξηση των αερίων του θερμοκηπίου στην ατμόσφαιρα και βοηθήστε τους να διερευνήσουν εναλλακτικές λύσεις για τη μείωση της εξάρτησης από τα ορυκτά καύσιμα.</p> <p>1β. Χωρίστε τα άτομα σε μικρές ομάδες και δώστε τους μελέτες περιπτώσεων ή σενάρια σχετικά με την ενεργειακή φτώχεια και τις επιπτώσεις της.</p> <p>Ζητήστε από τους/τις συμμετέχοντες/ουσες να αναλύσουν στις ομάδες τους τις κοινωνικές και περιβαλλοντικές επιπτώσεις του τρέχοντος ενεργειακού μοντέλου που παρουσιάζεται στις μελέτες περίπτωσης. Ενθαρρύνετε την κριτική σκέψη και τη συζήτηση για θέματα όπως η πρόσβαση στην ενέργεια, η οικονομική προσιτότητα, οι ανισότητες στην υγεία, η περιβαλλοντική υποβάθμιση και οι πιθανές λύσεις.</p>

Θέματα	Υπο-Θέματα	Στόχοι	Περιγραφή των δραστηριοτήτων
<p>Ενέργεια: Αειφορία: ενεργειακοί πόροι & φτώχεια</p> <p>Στόχος: Εντοπισμός του τρόπου ενεργής συμβολής τους στη βελτίωση των προοπτικών για την κοινότητα και τον πλανήτη.</p>	<p>Γ - Ενεργειακή βιωσιμότητα</p>	<p>1. Αναγνώριση της χρήσης ανανεώσιμων πηγών ενέργειας και της προώθησης της ενεργειακής απόδοσης ως δύο βασικούς πυλώνες για την ενεργειακή βιωσιμότητα.</p> <p>2. Συμμετοχή σε δράσεις για την προώθηση της ενεργειακής απόδοσης.</p>	<p>1α. Ξεκινήστε μια συζήτηση και βοηθήστε τους/τις συμμετέχοντες/ουσες να εντοπίσουν συμπεριφορές που προωθούν την “Ορθολογική χρήση της ενέργειας” και τη συνακόλουθη μείωση της ενεργειακής σπατάλης. Χρησιμοποιήστε μια οπτικά ελκυστική παρουσίαση για να τους δείξετε α) πώς η βελτιστοποίηση της χρήσης ενέργειας για μια δεδομένη εργασία/διαδικασία συνδέει την υπεύθυνη συμπεριφορά με τεχνολογίες που επιτρέπουν τη μείωση της ενεργειακής σπατάλης και β) συνδέστε την αύξηση της ενεργειακής απόδοσης σε μια δεδομένη διαδικασία/εργασία με τη μείωση της κατανάλωσης μη ανανεώσιμων ενεργειακών πόρων.</p> <p>1β. Προβλημαιοστείτε για το πώς η χρήση ανανεώσιμων πηγών ενέργειας σε συνδυασμό με την ενεργειακή απόδοση επιτρέπει μια πιο βιώσιμη διαχείριση των ενεργειακών πόρων σε τοπικό και παγκόσμιο επίπεδο. Αφήστε τα να ερευνήσουν συγκεκριμένα παραδείγματα υιοθέτησης συμπεριφορών, πρακτικών και τεχνολογιών που προωθούν την ενεργειακή απόδοση.</p> <p>2. Συζητήστε τη δυνατότητα να προωθήσουν εκστρατείες ευαισθητοποίησης για την αποτελεσματική χρήση ενέργειας και να συμμετάσχουν σε σχετικές πρωτοβουλίες. Αφήστε τους να πραγματοποιήσουν έναν ενεργειακό έλεγχο (προσδιορίστε συμπεριφορές/συνήθειες στην κοινότητα που οδηγούν σε σπατάλη ενέργειας- προσδιορίστε αιτίες και συνέπειες- προσδιορίστε τους διάφορους φορείς/μέρη όπου η σπατάλη ενέργειας είναι πιο σημαντική- επισημάνετε πιθανές λύσεις για ορθολογικότερη χρήση της ενέργειας). Διανείμετε φύλλα εργασίας για τον προσωπικό σχεδιασμό δράσης ή παρέχετε έναν πίνακα για να καταγράψουν το σχέδιό τους για την προώθηση της ενεργειακής απόδοσης (θέστε στόχους και δείκτες επίτευξης- αξιολογήστε τα αποτελέσματα και την εφαρμογή- διαδώστε τα στην τοπική κοινότητα χρησιμοποιώντας διάφορες στρατηγικές/μέσα επικοινωνίας).</p>

Θέματα	Υπο-Θέματα	Στόχοι	Περιγραφή των δραστηριοτήτων
<p>Ενέργεια: Αειφορία: ενεργειακοί πόροι & φτώχεια</p> <p>Στόχος: Εντοπισμός του τρόπου ενεργής συμβολής τους στη βελτίωση των προοπτικών για την κοινότητα και τον πλανήτη.</p>	<p>Δ - Βιώσιμη κινητικότητα</p>	<p>1. Σύνδεση της βιώσιμης κινητικότητας με τη διατήρηση των φυσικών πόρων και της ποιότητας ζωής.</p> <p>2. Παρέμβαση στις αρμόδιες αρχές, π.χ. στους δήμους, με προτάσεις που συμβάλλουν στην προώθηση της βιώσιμης κινητικότητας.</p>	<p>1. Διεξάγετε μια συζήτηση για να βοηθήσετε τους/τις συμμετέχοντες/ουσες να εντοπίσουν συμπεριφορές που προάγουν τη βιώσιμη κινητικότητα (συμπεριλαμβανομένης της συζήτησης για την ηλεκτρική κινητικότητα) και να διερευνήσουν τις επιπτώσεις στην υγεία και το περιβάλλον από την αυξανόμενη χρήση της ατομικής μετακίνησης. Αφήστε τα άτομα να ερευνήσουν τη βαρύτητα του τομέα των μεταφορών στη συνολική κατανάλωση ενέργειας της χώρας τους και στις εκπομπές αερίων του θερμοκηπίου.</p> <p>2. Ας αναζητήσουν τα άτομα σε τοπικό επίπεδο συγκεκριμένα παραδείγματα υιοθέτησης συμπεριφορών και πρακτικών που προωθούν τη βιώσιμη κινητικότητα. Βοηθήστε τα να κατανοήσουν ότι η βιώσιμη κινητικότητα απαιτεί ένα συνδυασμό αλλαγών συμπεριφοράς και περιβαλλοντικά ορθών πολιτικών, συγκεκριμένα στις δημόσιες και ιδιωτικές μεταφορές. Ενημερώστε τους πώς μπορούν να συμμετέχουν α) σε εκστρατείες ευαισθητοποίησης για την προώθηση της βιώσιμης κινητικότητας και β) στην ανάπτυξη ενός σχεδίου, σε τοπικό επίπεδο, με μέτρα που οδηγούν στη βιώσιμη κινητικότητα και να το θέσουν στη διάθεση των αρμόδιων αρχών (π.χ. ενός δημοτικού συμβουλίου) με συμμετοχικό τρόπο.</p>



Σημείωση για τα αποτελέσματα του έργου C.H.A.N.G.E.R.S.-2.0 (1)

Ο κατάλογος θεμάτων που παρουσιάζεται στο παρόν παράρτημα 1 μπορεί να εξατομικευτεί και να ενσωματωθεί στα τρέχοντα προγράμματά σας ανάλογα με τις ανάγκες και τα ενδιαφέροντά σας. Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε το δικό σας υλικό ή να βρείτε περαιτέρω εκπαιδευτικό υλικό, εργαλεία και δραστηριότητες για την κάλυψη αυτών των θεμάτων.

Στο πλαίσιο του Πακέτου Εργασίας 4 του έργου C.H.A.N.G.E.R.S.-2.0, προσφέρεται ένα σύνολο εκπαιδευτικού υλικού το οποίο όχι μόνο βασίζεται σε αυτή την προτεινόμενη δομή, αλλά λαμβάνει επίσης υπόψη τις προτεραιότητες της Ευρωπαϊκής Πράσινης Συμφωνίας.

Ως εκ τούτου, το εκπαιδευτικό υλικό του C.H.A.N.G.E.R.S.-2.0 επικεντρώνεται στα πιο συναφή και σύγχρονα θέματα πράσινου περιβάλλοντος και αειφορίας, τα οποία μπορεί να παρουσιάζουν ιδιαίτερο ενδιαφέρον για τα νοικοκυριά. Το εκπαιδευτικό υλικό C.H.A.N.G.E.R.S.-2.0 μπορεί να χρησιμοποιηθεί σε τοπικές εκδηλώσεις και εκπαιδεύσεις και είναι επίσης κατάλληλο για σκοπούς εξ αποστάσεως μάθησης/επιμόρφωσης.

Η επόμενη διαφάνεια εξηγεί τις συγκεκριμένες σχέσεις μεταξύ του προτεινόμενου πίνακα περιεχομένων (που παρουσιάζεται στο παράρτημα 1), του εκπαιδευτικού υλικού του Πακέτους Εργασίας 4 και της Ευρωπαϊκής Πράσινης Συμφωνίας.

Σημείωση για τα αποτελέσματα του έργου C.H.A.N.G.E.R.S.-2.0 (2)

EUROPEAN GREEN DEAL POLICIES

1. Increasing the EU's climate ambition for 2030 and 2050
2. Supplying clean, affordable and secure energy
3. Mobilising industry for a clean and circular economy
4. Building and renovating in an energy and resource efficient way
5. Accelerating the shift to sustainable and smart mobility
6. From 'Farm to Fork': designing a fair, healthy and environmentally-friendly food system
7. Preserving and restoring ecosystems and biodiversity
8. A zero pollution ambition for a toxic-free environment

WP4 TRAINING MODULES

1. Introduction (main terminology)
2. House performance (energy poverty, energy performance, behaviour changes)
3. House renovations (EE, renewables)
4. Waste (CE, recycling)
5. Sustainable mobility
6. Sustainable food
7. Biodiversity and zero pollution

WP3-A1 ANNEX 1 TOPICS

1. Living sustainably – Intergenerational responsibility
2. Living sustainably - Waste
3. Living sustainably – Green Economy
4. Problems of the world today - Adaptation to climate change
5. Problems of the world today - Mitigation to climate change
6. Energy - Energy Resources
7. Energy - Energy poverty
8. Energy - Energy sustainability
9. Energy - Sustainable mobility

Παράρτημα 2: Κριτήρια για τη διοργάνωση τοπικών εκδηλώσεων φιλικών προς μεγαλύτερες ηλικίες

1. Προσβασιμότητα και φυσιολογικές ανάγκες

- Οι δημόσιες τουαλέτες είναι προσβάσιμες και μπορούν να εξυπηρετήσουν άτομα με διάφορες αναπηρίες (φαρδιές πόρτες, χειρολισθήρες κ.λπ.).
- Τα παγκάκια είναι προσβάσιμα (και στο κατάλληλο ύψος για άτομα τρίτης ηλικίας).
- Τα κτίρια είναι προσβάσιμα, με ράμπες, ελάχιστες σκάλες, αντιολισθητικά δάπεδα και χώρους στάθμευσης κοντά.
- Υπάρχει θερμική άνεση (θερμό περιβάλλον κατά τη διάρκεια του χειμώνα και δροσερό κατά τη διάρκεια του καλοκαιριού)
- Παρέχεται οπτική άνεση, όπως ήρεμα χρώματα στα δωμάτια των εκδηλώσεων, φωτεινά χρώματα στους διαδρόμους που βοηθούν στον προσανατολισμό και φυσικό φως.

(Πηγή: Kotradyova et al., n.d.)

2. Μεταφορά

- Υπάρχουν προσιτές και προσβάσιμες υπηρεσίες κοινοτικών μεταφορών (συμπεριλαμβανομένων των λεωφορείων).
- Τα μέσα μαζικής μεταφοράς (λεωφορεία, πλοία κ.λπ.) είναι προσβάσιμα καθ' όλη τη διάρκεια της ημέρας και του απογεύματος και είναι οικονομικά προσιτά.
- Υπάρχουν εθελοντές ή/και ένα άτυπο δίκτυο οδηγών.
- Παρέχονται πληροφορίες στα άτομα 65+ σχετικά με το εύρος των υπηρεσιών μεταφοράς (δημόσιες και ιδιωτικές).
- Οι εκδηλώσεις και οι δραστηριότητες πραγματοποιούνται σε μέρη που εξυπηρετούνται από προσιτές και προσβάσιμες συγκοινωνίες.

(Πηγή: Kotradyova et al., n.d.)

3. Επικοινωνία και συμμετοχή

- Οι εκδηλώσεις και οι δραστηριότητες είναι διαγενεακές και έχουν σχεδιαστεί έτσι ώστε να απευθύνονται σε άτομα διαφορετικών ηλικιών και υπόβαθρων και να προωθούν τη συνεργασία και την επικοινωνία μεταξύ των γενεών.
- Υπάρχει τακτική και αξιόπιστη διανομή πληροφοριών για εκδηλώσεις και προγράμματα (συμπεριλαμβανομένων των στοιχείων επικοινωνίας) μέσω των τοπικών διαύλων επικοινωνίας.
- Υπάρχει ένας κεντρικός κατάλογος όπου άτομα ηλικίας 65+ μπορούν να βρουν πληροφορίες σχετικά με τις δραστηριότητες και τις διαθέσιμες υπηρεσίες, καθώς και στοιχεία επικοινωνίας των εκπαιδευτών/ριών.
- Η ενημέρωση των ατόμων που είναι κοινωνικά απομονωμένα γίνεται τηλεφωνικά ή με προσωπικές επισκέψεις.
- Υπάρχει πρόσβαση σε ηλεκτρονικούς υπολογιστές και διαδίκτυο στον τόπο της εκδήλωσης (εάν είναι απαραίτητο).

(Πηγή: Kotradyova et al., n.d.;)

4. Κοινωνική υποστήριξη και ενθάρρυνση

- Οι πολίτες 65+ ενθαρρύνονται να προσφέρουν εθελοντική εργασία και να συμμετέχουν στην κοινότητα
- Υπάρχουν διαθέσιμοι γιατροί στην κοινότητα
- Οι εκπαιδευτές/ριες είναι εξοπλισμένοι με κουτιά πρώτων βοηθειών ή υπάρχουν γιατροί σε περίπτωση έκτακτης ανάγκης.

(Πηγή: Kotradyova et al., n.d.;)

5. Απόρρητο και συγκατάθεση:

- Όλες οι δραστηριότητες είναι σύμφωνες με τις απαιτήσεις των συμμετεχόντων/ουσών.
- Οι πολίτες άνω των 65 και οι γονείς/κηδεμόνες των παιδιών δίνουν τη συγκατάθεσή τους για τη λήψη φωτογραφιών ή βίντεο.
- Κοινοποιούνται πληροφορίες σχετικά με τον τρόπο χρήσης και αποθήκευσης των φωτογραφιών.
- Η ιδιωτική ζωή και τα προσωπικά όρια όλων των συμμετεχόντων/ουσών γίνονται σεβαστά.
- Οι φωτογραφίες που κοινοποιούνται στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης δεν περιλαμβάνουν ευαίσθητες πληροφορίες.
- Αποφεύγεται η λήψη φωτογραφιών των προσώπων των συμμετεχόντων/ουσών.

(Πηγή: The European Data Protection Board, 2020)

Παράρτημα 3: Υπόδειγμα αξιολόγησης πριν και μετά την κατάρτιση

Ημερομηνία:

.....

Τοποθεσία:

.....

Τίτλος της εκδήλωσης:

.....

Ηλικία:

- <20
- 20-29
- 30-39
- 40-49
- 50-59
- 60-69
- >70



1. Πώς θα αξιολογούσατε τις γνώσεις σας για το θέμα **πριν από** την εκπαίδευση;

- Πολύ κακή γνώση
- Κακή γνώση
- Μετρια γνώση
- Καλή γνώση
- Πολύ καλή γνώση

2. Πώς θα αξιολογούσατε τις γνώσεις σας για το θέμα **μετά** την εκπαίδευση;

- Πολύ κακή γνώση
- Κακή γνώση
- Μετρια γνώση
- Καλή γνώση
- Πολύ καλή γνώση

3. Θα χρησιμοποιήσετε αυτά που μάθατε σε αυτή την εκπαίδευση στην καθημερινή σας ζωή;

- Σίγουρα όχι
- Μάλλον όχι
- Πιθανόν
- Μάλλον ναι
- Σίγουρα ναι

4. Ποια είναι η γνώμη σας για την ισορροπία μεταξύ διάλεξης και διαδραστικότητας σε αυτή την εκπαίδευση;

- Πάρα πολλές διαλέξεις και όχι αρκετή διαδραστική μάθηση
- Σωστή ποσότητα διάλεξης και διαδραστικής μάθησης
- Πάρα πολύ διαδραστική μάθηση και όχι αρκετή διάλεξη

5. Πώς θα μπορούσε να βελτιωθεί αυτή η εκπαίδευση ώστε να γίνει πιο αποτελεσματική η μαθησιακή εμπειρία;

.....

.....

.....

6. Ποιο μέρος αυτής της κατάρτισης ήταν πιο χρήσιμο εσάς;

.....

.....

.....

7. Παρακαλώ προσθέστε σχόλια, εάν υπάρχουν, σχετικά με τη διοργάνωση της τοπικής εκδήλωσης (π.χ. προκλήσεις που μπορεί να είχατε):

.....

.....

.....

Παράρτημα 4: Ενδεικτική δομή πρόσκλησης

Επικεφαλίδα [Συμπεριλάβετε μια πρόταση, π.χ., Ζώντας βιώσιμα: Πώς να μειώσετε τα απορρίμματά σας, εκπαιδευτική συνεδρία]

Εικόνες [Συμπεριλάβετε μια εικόνα που συνδέεται με το θέμα και, αν είναι δυνατόν, με την αγροτική σας περιοχή]

Ημερομηνία [Εισαγωγή ημερομηνίας]

Ώρα [Εισαγωγή ώρας έναρξης και λήξης]

Τοποθεσία [Εισάγετε τη διεύθυνση]

Πρόγραμμα και βασικά οφέλη [Συμπεριλάβετε τη διάρκεια και τους συνδεδεμένους μαθησιακούς στόχους]

Στοιχεία επικοινωνίας [Εισαγωγή αριθμού τηλεφώνου, ηλεκτρονικού ταχυδρομείου, ιστότοπου]

Εγγραφή [Προσφέρετε καθοδήγηση σχετικά με τον τρόπο εγγραφής, π.χ. μέσω τηλεφώνου, ηλεκτρονικού ταχυδρομείου, ηλεκτρονικής φόρμας]

Πρόσθετες λεπτομέρειες [Περιλάβετε μια περιγραφή των διοργανωτών της εκδήλωσης]

Αποποίηση ευθύνης [Τονίστε ότι η εκδήλωση απευθύνεται σε άτομα 65+ και δεν απαιτείται αμοιβή ή προηγούμενη γνώση]

Παράρτημα 5: Σχετικά έργα

Επισκόπηση

Οργάνισμός	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Ευρωπαϊκή Ένωση για την Εκπαίδευση Ενηλίκων (ΕΑΕΑ)
Ομάδα-στόχος	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Πάροχοι και οργανισμοί Εκπαίδευσης και Κατάρτισης Ενηλίκων
Περιγραφή	<p>Το έργο SMALEI αποσκοπεί στην ευαισθητοποίηση και τη βελτίωση της ικανότητας βιωσιμότητας των παρόχων και των οργανισμών Εκπαίδευσης και Κατάρτισης Ενηλίκων στην Ευρώπη, ώστε να είναι σε θέση να αναλάβουν δράση για τη βιώσιμη ανάπτυξη. Στο πλαίσιο αυτό, το SMALEI δίνει έμφαση στα περιβαλλοντικά ζητήματα και την κλιματική αλλαγή και επιδιώκει να εμπνεύσει τους οργανισμούς αυτούς να αλλάξουν τον τρόπο μάθησης και τη συμπεριφορά τους με γνώμονα την αειφορία. Ταυτόχρονα, στοχεύει να παρακινήσει τους οργανισμούς Εκπαίδευσης και Κατάρτισης Ενηλίκων να συνεργαστούν μεταξύ τους και με υπεύθυνους φορείς από διάφορους τομείς.</p>
Πλατφόρμα	https://smalei.eu/
Διάρκεια	2022-2025
Στόχοι και περιεχόμενο της κατάρτισης	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Δημιουργία ενός "Πίνακα Βιωσιμότητας για την Εκπαίδευση και Κατάρτιση Ενηλίκων", ο οποίος θα χρησιμοποιηθεί ως εργαλείο αξιολόγησης της κατάστασης των πτυχών βιωσιμότητας, των εργαλείων και των συστάσεων πολιτικής σε οργανισμούς ή παρόχους. ▪ Συλλογή θεωρητικού υλικού σχετικά με την αειφορία και τα πράσινα θέματα, το οποίο θα είναι διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο του έργου SMALEI.
Ικανότητες που μπορούν να αποκτηθούν ή να προωθηθούν	<p>Οι πάροχοι και οργανισμοί Εκπαίδευσης και Κατάρτισης Ενηλίκων :</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Να μάθουν για την κατάσταση της βιωσιμότητας στις πρακτικές τους ▪ Να κατανοήσουν τη σημασία της ενσωμάτωσης βιώσιμων τρόπων και μεθόδων στην Εκπαίδευση και Κατάρτιση Ενηλίκων ▪ Να δημιουργήσουν δίκτυα και να συνεργαστούν με τους ενδιαφερόμενους φορείς ▪ Να αποκτήσουν πρόσβαση σε υλικό σχετικά με τη βιωσιμότητα και σε συμβουλές για το πώς να τις εφαρμόζουν στην πράξη
Χρήσιμοι σύνδεσμοι	<ul style="list-style-type: none"> ▪ https://eaea.org/our-work/projects/sustainability-matrix-for-ale-institutions-smalei/ ▪ https://smalei.eu/2022/12/14/a-new-project-sustainability-matrix-for-adult-learning-and-education-kicks-off/ ▪ https://www.earlall.eu/a-new-project-sustainability-matrix-for-adult-learning-and-education-kicks-off/

Επισκόπηση

Οργάνισμοί	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Ίδρυμα Εκπαίδευσης και Ανάπτυξης PCKK, Πολωνία - συντονιστής ▪ Kauno treciojo amžiaus universitetas, Λιθουανία ▪ Vzdelaçaci Institut Stredoceskeho kraj, Τσεχική Δημοκρατία
Ομάδα-στόχος	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Άτομα 55+ ▪ Εκπαιδευτές/ριες που εργάζονται με άτομα 55+ στις οργανώσεις
Περιγραφή	<p>Το πρόγραμμα «Άτομα τρίτης ηλικίας στην Εκπαίδευση» στοχεύει στην αύξηση της εκπαιδευτικής και κοινωνικής δραστηριότητας των ατόμων 55+ στις τοπικές κοινότητες, δημιουργώντας ευκαιρίες για να αξιοποιήσουν το δυναμικό, τις γνώσεις και την εμπειρία τους.</p>
Πλατφόρμα	<p>https://erasmus-plus.ec.europa.eu/projects/search/details/2020-1-PL01-KA204-082043</p>
Διάρκεια	<p>2020-2022</p>
Στόχοι και περιεχόμενο της κατάρτισης	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Αύξηση των γνώσεων και των δεξιοτήτων των συμμετεχόντων οργανισμών στην εφαρμογή της μεθόδου του Κύκλου Μελέτης ▪ Αύξηση των γνώσεων των ατόμων 55+ σχετικά με τις ευκαιρίες συμμετοχής στη δια βίου μάθηση στο τοπικό περιβάλλον και στις χώρες εταίρους ▪ Παροχή πιλοτικών μαθημάτων βασισμένα στη μέθοδο των κύκλων μελέτης
Ικανότητες που μπορούν να αποκτηθούν ή προωθηθούν	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Οι εκπαιδευτές/ριες αναπτύσσουν τις ικανότητές τους στον τομέα των ενδιαφέροντων μεθόδων εργασίας με άτομα ηλικίας 55+. ▪ Οι συμμετέχοντες/ουσες εμπλέκονται και συμμετέχουν ενεργά μοιράζοντας τις γνώσεις και τα ενδιαφέροντά τους.
Χρήσιμοι σύνδεσμοι	<p>SenED (2022). Η μεθοδολογία των κύκλων μελέτης στην εκπαίδευση των ατόμων 55+. Κατεβάστε τη δημοσίευση εδώ στα αγγλικά.</p>

Επισκόπηση

Οργάνισμοί	<ul style="list-style-type: none"> ▪ queraum. cultural and social research ▪ Letokruh, z.ú. ▪ Slovenian Third Age University ▪ AFEdeemy, Academy on age-friendly environments in Europe BV ▪ AGE Platform Europe
Ομάδα-στόχος	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Άτομα μεγαλύτερης ηλικίας πολίτες και οργανώσεις ηλικιωμένων
Περιγραφή	<p>Το έργο στοχεύει στη δημιουργία ομάδων γειτονιάς, όπου άτομα 65+ και πολύ ηλικιωμένοι συναντώνται τακτικά και αλληλοϋποστηρίζονται για να (ξανα)ανακαλύψουν και να αξιοποιήσουν τα ταλέντα τους, να εκπληρώσουν τα όνειρά τους, να αντιμετωπίσουν τις προκλήσεις της καθημερινής ζωής και να βρουν τρόπους να συμβάλουν ενεργά στις κοινότητές τους.</p>
Πλατφόρμα	<p>https://www.dreamlike-neighbourhood.eu/the-project/</p>
Διάρκεια	<p>2020-2022</p>
Στόχοι και περιεχόμενο της κατάρτισης	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Υποστήριξη των ατόμων 65+ να (ξανα)εντοπίσουν τα ενδιαφέροντα και τις ικανότητές τους και να δημιουργήσουν ουσιαστικές συνδέσεις στις κοινότητές τους. ▪ Ευαισθητοποίηση για τη σημασία της υποστήριξης της γειτονιάς και της (πιθανής) συμβολής των ατόμων 65+. ▪ Διάδοση των επιτυχημένων τρόπων δημιουργίας υποστηρικτικών γειτονιών μεταξύ των υπευθύνων λήψης αποφάσεων και των ενδιαφερομένων μερών. ▪ Δημιουργία ενός προγράμματος σπουδών για την ανάπτυξη ομάδων γειτονιάς, παρουσιάζοντας τρόπους προώθησης των αλληλεπιδράσεων, των ατομικών προβληματισμών και της αμοιβαίας υποστήριξης. ▪ Ανταλλαγή εμπειριών μέσω ενός εγχειριδίου και ενός διαδικτυακού πακέτου πόρων
Ικανότητες που μπορούν να αποκτηθούν ή προωθηθούν	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Τα άτομα ηλικίας 65+ συνδέονται με άλλους ενήλικες στη γειτονιά και συμβάλλουν ενεργά στις κοινότητές τους

Επισκόπηση

Οργάνισμοί	<ul style="list-style-type: none"> Φινλανδικό Ίδρυμα Δια Βίου Μάθησης (Kvs)
Ομάδα-στόχος	<ul style="list-style-type: none"> Πολίτες που δραστηριοποιούνται σε πρωτοβουλίες και συμμετέχουν στη διαδικασία καινοτομίας Ενήλικες, ιδρύματα εκπαίδευσης ενηλίκων στις χώρες εταίρους και ΜΚΟ για το κλίμα Υπεύθυνοι χάραξης πολιτικής και άλλα ενδιαφερόμενα μέρη (ΜΚΟ από άλλους τομείς, περιφερειακά δίκτυα κ.λπ.)
Περιγραφή	<p>Το Tale στοχεύει να εφαρμόσει στην πράξη προσεγγίσεις μετασχηματιστικής μάθησης προκειμένου να ευαισθητοποιήσει για τη δημιουργία μιας βιώσιμης και φιλικής προς το κλίμα κοινωνίας. Σκοπός του έργου είναι να συνδέσει οργανισμούς Εκπαίδευσης και Κατάρτισης Ενηλίκων με μαθητές/ριες, κοινότητες και πρωτοβουλίες (π.χ. κοινωνικά κινήματα και πράσινους ακτιβιστές) προκειμένου να ενθαρρύνει τη διάδοση καινοτόμων εκπαιδευτικών μεθόδων.</p>
Πλατφόρμα	https://kansanvalistusseura.fi/en/projects/tale/
Διάρκεια	2022-2024
Στόχοι και περιεχόμενο της κατάρτισης	<ul style="list-style-type: none"> Παροχή γνώσεων σχετικά με τον τρόπο προώθησης της βιωσιμότητας και της πράσινης μετάβασης σε συνεργασία μεταξύ των ιδρυμάτων και των κοινοτήτων της Εκπαίδευσης και Κατάρτισης Ενηλίκων. Καθιέρωση συνεργασίας μεταξύ των ιδρυμάτων της Εκπαίδευσης και Κατάρτισης Ενηλίκων και των πρωτοβουλιών που εργάζονται στον τομέα της πράσινης μετάβασης/βιωσιμότητας Αναβάθμισης των μεθόδων μετασχηματιστικής μάθησης για την πράσινη μετάβαση, συμβάλλοντας έτσι στην ανάπτυξη ικανοτήτων τόσο στον τομέα της Εκπαίδευσης και Κατάρτισης Ενηλίκων όσο και στις σχετικές πρωτοβουλίες. Δημοσίευση συστάσεων σχετικά με τον τρόπο με τον οποίο η εκπαίδευση ενηλίκων μπορεί να συμβάλει στην πράσινη μετάβαση
Ικανότητες που μπορούν να αποκτηθούν ή προωθηθούν	<p>Οι συμμετέχοντες/ουσες μπορούν να:</p> <ul style="list-style-type: none"> Αποκτήσουν τεχνογνωσία σχετικά με τον τρόπο χρήσης της μετασχηματιστικής μάθησης για την αναβάθμιση της πράσινης μετάβασης Δημιουργήσουν δικτύα και συνεργασίες με κοινότητες και πρωτοβουλίες
Χρήσιμοι σύνδεσμοι	<ul style="list-style-type: none"> https://eaea.org/our-work/projects/tale-project/ https://kansanvalistusseura.fi/en/projects/tale/

Όνομασία του προγράμματος/έργου: TSITour - Εκπαίδευση για την Κοινωνική Ένταξη στον Τουρισμό, συμπεριλαμβάνοντας τους ηλικιωμένους ως τοπικούς αφηγητές στην Τουριστική Βιομηχανία

Επισκόπηση

Οργάνισμοί	<ul style="list-style-type: none">▪ EPROFcor - Escola Profissional de Cortegaça▪ CEPROF - Centros Escolares De Ensino Profissional LDA▪ Fundación Intras▪ Centro per Lo Sviluppo Creativo "Danilo Dolci"▪ KMOP - Κέντρο Κοινωνικής Δράσης και Καινοτομίας▪ Defoin
Ομάδα-στόχος	<ul style="list-style-type: none">▪ Επαγγελματίες του τουρισμού που εργάζονται με άτομα μεγαλύτερης ηλικίας και σπουδαστές ΕΕΚ στον τομέα της κοινωνικής φροντίδας και πρόνοιας και ηλικιωμένοι
Περιγραφή	<p>Το έργο TSITour στοχεύει στην ανάπτυξη επαγγελματικής εκπαίδευσης και κατάρτισης για επαγγελματίες με εστίαση στον τρόπο διαχείρισης ενός έργου κοινωνικής παρέμβασης που χρησιμοποιεί τον τουρισμό ως μελέτη περίπτωσης. Παράλληλα, οι εκπαιδευόμενοι στην ΕΕΚ θα μάθουν πώς να βελτιώσουν τις δεξιότητες αφήγησης των ηλικιωμένων στον τομέα της τουριστικής βιομηχανίας.</p>
Πλατφόρμα	https://tsitour.eu/
Διάρκεια	2020-2023
Στόχοι και περιεχόμενο της κατάρτισης	<ul style="list-style-type: none">▪ Ανάπτυξη εκπαιδευτικής ενότητας για τα μαθήματα επαγγελματικής εκπαίδευσης και κατάρτισης στους τομείς της φροντίδας και της πρόνοιας στην Πορτογαλία, την Ισπανία, την Ελλάδα και την Ιταλία.▪ Συμπερίληψη ηλικιωμένων ως αφηγητές ιστοριών στη βιομηχανία του τουρισμού▪ Συλλογή καλών πρακτικών και διοργάνωση συζητήσεων με επαγγελματίες
Ικανότητες που μπορούν να αποκτηθούν ή προωθηθούν	<p>Οι εκπαιδευόμενοι/ες στην ΕΕΚ μπορούν να:</p> <ul style="list-style-type: none">▪ Αναπτύξουν τις ικανότητές τους▪ Προετοιμαστούν ώστε να είναι σε θέση να εργαστούν με άτομα που έχουν ανάγκη κοινωνικής βοήθειας▪ Συνεργαστούν με ηλικιωμένους ως τρόπο μετασχηματισμού της τουριστικής βιομηχανίας
Χρήσιμοι σύνδεσμοι	<ul style="list-style-type: none">▪ https://www.kmop.gr/wp-content/uploads/2021/07/tsitour-nl3-EN-1.pdf

Επισκόπηση

Οργάνισμοί	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Erasmus Student Network ▪ European Students' Union ▪ European University Foundation ▪ Students Organising for Sustainability UK ▪ Technische Hochschule Köln ▪ Université Libre de Bruxelles
Ομάδα-στόχος	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Ιδρύματα τριτοβάθμιας εκπαίδευσης, καθώς και τοπικοί, εισερχόμενοι και εξερχόμενοι φοιτητές (που θα μπορούσαν να συνεργαστούν με άτομα μεγαλύτερης ηλικίας)
Περιγραφή	<p>Το έργο Green Erasmus επιδιώκει να βελτιώσει την περιβαλλοντική βιωσιμότητα του προγράμματος Erasmus+ και να ευαισθητοποιήσει όλο τον ευρωπαϊκό τομέα της τριτοβάθμιας εκπαίδευσης σχετικά με τη σημασία της βιώσιμης διεθνοποίησης.</p>
Πλατφόρμα	<p>https://project.greenerasmus.org/</p>
Διάρκεια	<p>2020-2023</p>
Στόχοι και περιεχόμενο της κατάρτισης	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Ευαισθητοποίηση της τριτοβάθμιας εκπαίδευσης σχετικά με τη σημασία της βιώσιμης διεθνοποίησης ▪ Ενδυνάμωση φοιτητικών οργανώσεων ώστε να γίνουν φορείς αλλαγής, πιέζοντας για βελτιώσεις στο θέμα της περιβαλλοντικής βιωσιμότητας ▪ Προσέγγιση της μάθησης μέσω της πράξης σε ένα εγχειρίδιο με κατευθυντήριες γραμμές για περιβαλλοντικές δραστηριότητες ▪ Ανταλλαγή εμπειριών μέσω μιας έκθεσης που συγκεντρώνει όλες τις τοπικές πρωτοβουλίες για το Πράσινο Erasmus ▪ Παρουσίαση συστάσεων πολιτικής και συμβουλών για βιώσιμη δράση, καθώς και πόρων για τη συμπερίληψη των αρχών της βιωσιμότητας
Ικανότητες που μπορούν να αποκτηθούν ή προωθηθούν	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Οι μαθητές/ριες γίνονται ενεργοί φορείς αλλαγής, μαθαίνοντας για την αειφορία και αλλάζοντας τις συνήθειές τους

Επισκόπηση

Οργάνισμοί	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Bit management Beratung GmbH ▪ E - seniors ▪ Johanniter – Unfall – Hilfe ▪ CETEM ▪ Future Balloons
Ομάδα-στόχος	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Άτομα 60+ ▪ Άτομα στη συνταξιοδότηση/ υπό φροντίδα ▪ Άτομα που εργάζονται με ηλικιωμένους
Περιγραφή	<p>Το έργο SEN4CE στοχεύει στην εμπλοκή και την ενδυνάμωση των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας για την πράσινη, βιώσιμη και ψηφιακή κυκλική οικονομία του μέλλοντος και στη συμμετοχή τους σε υψηλής ποιότητας εκπαίδευση ενηλίκων και δια βίου μάθηση.</p>
Πλατφόρμα	<p>https://sen4ce.eu/context-of-the-project-or-background/</p>
Διάρκεια	<p>2022-2024</p>
Στόχοι και περιεχόμενο της κατάρτισης	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Ενίσχυση των ατόμων 60+ ώστε να συμμετέχουν ενεργά στις συζητήσεις, τα προγράμματα και τις πρωτοβουλίες για την αειφορία και την κυκλική οικονομία. ▪ Προώθηση της δια βίου μάθησης με ειδικά προσαρμοσμένο ψηφιακό εκπαιδευτικό υλικό για άτομα 60+ ▪ Ενίσχυση της μεταφοράς γνώσεων μεταξύ των γενεών και των διατομεακών δικτύων (εκπαίδευση ενηλίκων/φροντίδα και συνταξιοδότηση) ▪ Δημιουργία προγράμματος μαθημάτων για την κυκλική οικονομία στον τομέα της περίθαλψης και της συνταξιοδότησης ▪ Ψηφιακή κατάρτιση εκπαιδευτών/ριών για άτομα που εργάζονται με μεγαλύτερες ηλικίες
Ικανότητες που μπορούν να αποκτηθούν ή προωθηθούν	<p>Τα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας μπορούν να:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Γίνουν ενεργοί παράγοντες της βιωσιμότητας και της κυκλικής οικονομίας ▪ Αποκτήσουν ευκαιρίες δια βίου μάθησης και πρόσβαση σε ψηφιακό εκπαιδευτικό υλικό ▪ Συνδεθούν και συνεργαστούν με νέους

Επισκόπηση

Οργανισμός	<ul style="list-style-type: none"> ▪ ΕPALE
Ομάδα-στόχος	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Επαγγελματίες της εκπαίδευσης ενηλίκων ▪ Εκπαιδευτές/ριες ενηλίκων ▪ Προσωπικό καθοδήγησης και υποστήριξης ▪ Ερευνητές/ριες ▪ Ακαδημαϊκοί ▪ Υπεύθυνοι χάραξης πολιτικής
Περιγραφή	<p>Το ΕPALE χρηματοδοτείται από το πρόγραμμα Erasmus+ και αποτελεί μέρος της στρατηγικής της ΕΕ για την προώθηση καλύτερων ευκαιριών μάθησης για όλους τους ενήλικες. Είναι μια ευρωπαϊκή ανοικτή κοινότητα που προσφέρει στα μέλη της την ευκαιρία να συνδεθούν μεταξύ τους και να μοιραστούν τις σκέψεις, τις απόψεις, τις γνώσεις και τις εμπειρίες τους με τους/τις συναδέλφους τους. Επιπλέον, αποτελεί πηγή πληροφοριών υψηλής ποιότητας που αφορούν την κοινότητα της εκπαίδευσης ενηλίκων.</p>
Πλατφόρμα	<p>https://epale.ec.europa.eu/en/why-epale#About__Menu_Id</p>

Παραπομπές

Bianchi, G., Pisiotis, U. and Cabrera Giraldez, M., GreenComp The European sustainability competence framework, Punie, Y. and Bacigalupo, M. editor(s), EUR 30955 EN, Publications Office of the European Union, Luxembourg, 2022, ISBN 978-92-76-46485-3, doi:10.2760/13286, JRC128040

Centers for Disease Control and Prevention. (2020, January 13). Challenges Developing Material to Match Health Literacy Skills | Health Literacy | CDC. [Www.cdc.gov](https://www.cdc.gov/healthliteracy/developmaterials/audiences/olderadults/understanding-challenges.html).

<https://www.cdc.gov/healthliteracy/developmaterials/audiences/olderadults/understanding-challenges.html>

Climate Change (2014). Impacts, Adaptation, and Vulnerability. Working Group II Contribution to the Fifth Assessment Report of the Intergovernmental Panel on Climate Change. Recuperado em 2016, junho 30, de <http://ipcc-wg2.gov/AR5/>

Climate Change (2014). Mitigation of Climate Change. Working Group III Contribution to the Fifth Assessment Report of the Intergovernmental Panel on Climate Change. Geneva: IPCC. Recuperado em 2016, junho 30, de http://www.ipcc.ch/pdf/assessmentreport/ar5/wg3/ipcc_wg3_ar5_full.pdf

Eloy, A. (2009). Energias sem-fim: contrariando as alterações climáticas. Lisboa: Editora Colibri.

Federal/Provincial/Territorial Ministers Responsible for Seniors . (n.d.). Age-Friendly Rural and Remote Communities: A Guide . https://www.phac-aspc.gc.ca/seniors-aines/alt-formats/pdf/publications/public/healthy-sante/age_friendly_rural/AFRRC_en.pdf

Gomes, M. (2012). Projetos em EDS: apresentação geral. Seminário Educação para o Desenvolvimento Sustentável. CNE, Lisboa, pp.211-212

Jammal, S. E. (2022, August 29). Storytelling to improve adult education. [Epale.ec.europa.eu](https://epale.ec.europa.eu/en/resource-centre/content/storytelling-improve-adult-education). <https://epale.ec.europa.eu/en/resource-centre/content/storytelling-improve-adult-education>

Παραπομπές

Kotradyova, V., Ceresnova, Z., Simkova, M., Filova, N., & Kacej, M. (n.d.). Design for all methods to create Age-Friendly Housing. Faculty of Architecture and Design, Slovak University of Technology in Bratislava (STU). Purdie, N., & Boulton-Lewis, G. (2003). THE LEARNING NEEDS OF OLDER ADULTS. *Educational Gerontology*, 29(2), 129–149. <https://doi.org/10.1080/713844281>

Márcio Rafael Gomes Cabral, José Eduardo de Figueiredo Lima Rebola, Zdeňka Telnarová, Janka Bednáriková, Eva Polášková, Zuzana Zahradníková, Jan Mlčoch (2020): Working with Choirs of Senior Citizens
https://projekty.osu.cz/aseb/doc/methodology_final_document.pdf

Sharit, J., & Czaja, S. J. (2018). Overcoming Older Adult Barriers to Learning Through an Understanding of Perspectives on Human Information Processing. *Journal of Applied Gerontology*, 39(3), 233–241. <https://doi.org/10.1177/0733464818794574>

The CareSide. (2021, November 11). A Guide to Life Story Exercises for Seniors. <https://www.thecareside.com.au/post/life-story-exercises-for-seniors/#:~:text=Ask%20the%20senior%20to%20bring>

The European Data Protection Board. (2020, May 04). Guidelines 05/2020 on consent under Regulation 2016/679. https://edpb.europa.eu/sites/default/files/files/file1/edpb_guidelines_202005_consent_en.pdf

Εικόνες από Freepik

[Image by prostooleh](https://www.freepik.com/free-photo/portrait-seniors-hat-gardening_9659512.htm#query=elders%20and%20susytainability&position=1&from_view=search&track=ais) on Freepik

Image by [Freepik](https://www.freepik.com/free-photo/full-shot-woman-reading-nature_10353826.htm#query=elders%20reading%20in%20nature&position=34&from_view=search&track=ais)

Image by [Freepik](https://www.freepik.com/free-photo/elderly-couple-picking-vegetables-from-their-countryside-home-garden_29346919.htm#query=elders%20and%20susytainability&position=14&from_view=search&track=ais)



C.H.A.N.G.E.R.S. - 2.0

Ακολουθήστε το C.H.A.N.G.E.R.S. – 2.0 στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης



www.changers2.eu



[Changers-2.0](https://www.facebook.com/Changers-2.0)



[c.h.a.n.g.e.r.s.2.0](https://www.instagram.com/c.h.a.n.g.e.r.s.2.0)