



# Φύλλο δραστηριοτήτων

## Podcast: Κλίμα: πώς να μην πάθετε κατάθλιψη;

**Διάρκεια:** από 30 λεπτά έως 1 ώρα

**Αριθμός συμμετεχόντων:** 10- 25 συμμετέχοντες

**Εύρος ηλικίας των συμμετεχόντων:** 15-25 ετών

**Εξοπλισμός:** Ένα ευρύχωρο δωμάτιο- ένα αντικείμενο που μπορεί να λειτουργήσει ως "ραβδί ομιλίας" (π.χ. ένα στυλό).

### **Στόχοι:**

- Να κινητοποιήσει τους συμμετέχοντες για προβληματισμό και να τους δώσει την ευκαιρία να ασκήσουν την κριτική τους ικανότητα,
- Να αναδείξει τυχόν αναπαραστάσεις και προκαταλήψεις,
- Να προβάλλει τις δυσκολίες που συνδέονται με τη χρήση ορισμένων όρων σε ένα αμφιλεγόμενο θέμα.

### **Διαδικασία :**

#### **Στάδιο 1:**

Ο συντονιστής δίνει τις οδηγίες για τη δραστηριότητα. Στη συνέχεια κάνει μια αρχική δήλωση και ζητά από τους συμμετέχοντες να μετακινηθούν μέσα στο δωμάτιο: όσοι "διαφωνούν" με όσα μόλις ειπώθηκαν στη μία πλευρά και όσοι "συμφωνούν" στην άλλη.

**Πιθανή παραλλαγή** (που ονομάζεται "ποτάμι της αμφιβολίας"): οι συμμετέχοντες που δεν επιθυμούν να πάρουν θέση στη μία ή την άλλη πλευρά μπορούν να πάνε στο κέντρο.



Co-funded by  
the European Union



## Στάδιο 2:

Αφού όλοι οι συμμετέχοντες “τοποθετηθούν” στην αίθουσα, ο συντονιστής καλεί έναν από τους συμμετέχοντες να μιλήσει για να εξηγήσει τη θέση του (εθελοντικά). Ο διαμεσολαβητής του/της δίνει το “ραβδί ομιλίας”.

## Πιθανή παραλλαγή:

Προηγουμένως, μπορεί να οργανωθεί ένα στάδιο συλλογικής ανταλλαγής ιδεών μεταξύ των συμμετεχόντων που βρίσκονται στην ίδια πλευρά. Ένας “πρεσβευτής” μπορεί, στη συνέχεια, να πάρει το λόγο για να εκφράσει τη συλλογική θέση της ομάδας.

## Στάδιο 3:

Ο συντονιστής, στη συνέχεια, παρέχει το “ραβδί ομιλίας” σε διαφορετικά άτομα, επιχειρώντας να εναλλάσει κάθε φορά τη σειρά των ομάδων που βρίσκονται στη μία και την άλλη πλευρά της αίθουσας. Οι συμμετέχοντες μπορούν, κατόπιν, να αλλάξουν γνώμη και να μετακινηθούν γύρω από το δωμάτιο καθώς εξελίσσεται η συζήτηση.

## Στάδιο 4:

Μετά από περίπου είκοσι λεπτά συζήτησης (ή όταν οι συμμετέχοντες φαίνεται να μην έχουν πλέον άλλα επιχειρήματα), ο συντονιστής μπορεί να “προτείνει” στους συμμετέχοντες μια νέα δήλωση και να ξεκινήσει εκ νέου τη δραστηριότητα.

Ο εκπαιδευτής μπορεί να “προτείνει” όσες δηλώσεις θέλει, ανάλογα με τη διάρκεια του χρόνου που έχει προγραμματιστεί για τη δραστηριότητα.

## Ενδεικτικά παραδείγματα για δηλώσεις :

- Ως νέοι, δεν έχουμε τη δύναμη να κάνουμε κάτι για την κλιματική αλλαγή.
- Η κλιματική αλλαγή δεν είναι ένα θέμα που ενδιαφέρει τους εκλεγμένους αντιπροσώπους.
- Ο μόνος τρόπος για την καταπολέμηση της κλιματικής αλλαγής είναι η συλλογική δράση.
- Οι καιροί έχουν αλλάξει. Εναπόκειται πλέον στους νέους να εκπαιδεύσουν τους γονείς τους να ζουν πιο λιτά και οικολογικά υπεύθυνα.
- Η οικολογική μετάβαση είναι υπόθεση των “πλουσίων”.
- Η δέσμευση για την οικολογική μετάβαση συνεπάγεται αναγκαστικά μείωση του βιοτικού επιπέδου.



Co-funded by  
the European Union



### Για να πάτε ακόμα πιο πέρα :

Παρακάτω αναφέρονται ορισμένες δραστηριότητες που μπορείτε να κάνετε για να προχωρήσετε την άσκηση περαιτέρω.

### Δραστηριότητα: Ας αναγνωρίσουμε και ας εκφράσουμε τα συναισθήματά μας!

**Διάρκεια :** 30 λεπτά

**Αριθμός συμμετεχόντων :** 10- 25 συμμετέχοντες

**Εύρος ηλικίας των συμμετεχόντων:** 15-25 ετών

**Εξοπλισμός:** Ο τροχός των συναισθημάτων τυπωμένος σε μία ή περισσότερες μορφές.

### Στόχοι:

- Να μάθουν για τη μεγάλη ποικιλία των συναισθημάτων,
- Να είναι σε θέση να αναγνωρίζουν και να εκφράζουν συναισθήματα σε σχέση με περιβαλλοντικά ζητήματα.

**Διάρκεια:** 30 λεπτά

### Διαδικασία :

Στη συνέντευξή της, η Laelia Benoit επισημαίνει ότι όλο και περισσότεροι νέοι ανησυχούν ή ανησυχούν πολύ για την κλιματική αλλαγή και βιώνουν έντονα συναισθήματα. Ο εκπαιδευτής καλεί τους νέους να συγκεντρωθούν γύρω από τον τροχό των συναισθημάτων, ο οποίος θα έχει εκτυπωθεί εκ των προτέρων σε διάφορες εκδόσεις ή/και σε μία ενιαία έκδοση σε σχήμα Α3.

([https://www.climatementalhealth.net/\\_files/ugd/d424e1\\_71802b234f66479c80d6780e885e9960.pdf](https://www.climatementalhealth.net/_files/ugd/d424e1_71802b234f66479c80d6780e885e9960.pdf)).

Ο συντονιστής ζητά από τους νέους να χρησιμοποιήσουν τον τροχό των συναισθημάτων για να προσδιορίσουν τα συναισθήματα που έχουν όταν σκέφτονται περιβαλλοντικά ζητήματα (κλιματική αλλαγή, διάβρωση της βιοποικιλότητας, ρύπανση κ.λπ.). Όσοι νέοι το



Co-funded by  
the European Union



επιθυμούν, μπορούν να εξηγήσουν στους άλλους γιατί έχουν αυτά τα συγκεκριμένα συναισθήματα.

### **Δραστηριότητα : Διατύπωση μιας κριτικής απάντησης σε πλαίσιο δημοσιογραφικής συνέντευξης**

**Διάρκεια:** 1 ώρα

**Αριθμός συμμετεχόντων :** 10- 25 συμμετέχοντες

**Εύρος ηλικίας των συμμετεχόντων:** 15-25 ετών

**Εξοπλισμός :** Φύλλα χαρτιού, στυλό

#### **Στόχοι :**

- Να κινητοποιήσει τους συμμετέχοντες για προβληματισμό και να τους δώσει την ευκαιρία να ασκήσουν την κριτική τους ικανότητα,
- Να αναπτύξουν ένα κριτικό επιχείρημα

#### **Διαδικασία :**

Κατά τη διάρκεια της ομιλίας της, η Laelia Benoit εξήγησε ότι είχε εξοργιστεί από την περιφρόνηση που επέδειξε ένας δημοσιογράφος του ραδιοφώνου προς τους νέους που διαδήλωναν για το κλίμα. Ο δημοσιογράφος ξεπλάγη που οι νέοι κινητοποιούνταν για αυτά τα θέματα, ενώ θα έπρεπε να τους απασχολεί περισσότερο το χρώμα του εξοπλισμού τους.

Ο συντονιστής μοιράζει ένα φύλλο χαρτί στους συμμετέχοντες και τους ζητάει να γράψουν ο καθένας ξεχωριστά την απάντηση που θα έδιναν στο σχόλιο του δημοσιογράφου, αν είχαν δώσει ζωντανή συνέντευξη.

Στο τέλος της καταγραφής της άσκησης, ο εκπαιδευτής παίζει το ρόλο του δημοσιογράφου από το ραδιόφωνο και καλεί όσους νέους το επιθυμούν να παρουσιάσουν την απάντησή τους στην ομάδα.



Co-funded by  
the European Union



## Δραστηριότητα: Παραγωγή μιας ελκυστικής εκστρατείας για το ευρύ κοινό

**Διάρκεια :** 1 ώρα και 30 λεπτά

**Αριθμός συμμετεχόντων :** 10- 25 συμμετέχοντες

**Εύρος ηλικίας των συμμετεχόντων:** 15-25 ετών

**Εξοπλισμός :** Φύλλα χαρτιού, ψαλίδια, κόλλες, ρολά κολλητικής ταινίας, στυλό από τσόχα, περιοδικά, εφημερίδες

### Στόχοι :

- Να ενισχύσει τη δημιουργικότητα των συμμετεχόντων
- Να κινητοποιήσει τους συμμετέχοντες για προβληματισμό και να τους δώσει την ευκαιρία να ασκήσουν την κριτική τους ικανότητα.

### Διαδικασία :

Στη συνέντευξή της, η Laelia Benoit αποδεικνύει ότι οι εκστρατείες δημοσιότητας για την καταπολέμηση της κλιματικής αλλαγής τη δεκαετία του 1980 ήταν αντιπαραγωγικές. Έδειχναν μια αραχνιασμένη πολιτική αρκούδα απομονωμένη σε ένα κομμάτι πάγου στη μέση της θάλασσας. Αν και συγκινητική, η εικόνα αυτή απείχε πολύ από την καθημερινή ζωή των ανθρώπων και το εύρος των ενεργειών τους, δημιουργώντας ένα αίσθημα αδυναμίας και σύγχυσης σχετικά με τον αντίκτυπο των πράξεών τους. Σύμφωνα με τη Laelia Benoit, για να είναι μια εκστρατεία πηγή κινητοποίησης, πρέπει πρώτα απ' όλα να απευθύνεται στους ανθρώπους, να ταιριάζει στην πραγματικότητά τους και να τους ενθαρρύνει να αναλάβουν δράση που να μπορεί να υλοποιηθεί.

Για τη δραστηριότητα αυτή, οι νέοι καλούνται να χωριστούν σε ομάδες των 3 ή 4 ατόμων και να εργαστούν από κοινού για να αναπτύξουν μια θετική, επικοινωνιακή εκστρατεία κινητοποίησης που είναι προσιτή σε όλους, ώστε να ενθαρρύνουν τους ανθρώπους να αναλάβουν δράση σε ένα από τα ακόλουθα θέματα:

Διατροφή  
Μετακινήσεις  
Κατανάλωση



Co-funded by  
the European Union



Οι συμμετέχοντες εργάζονται από κοινού για να αναπτύξουν ένα οπτικό ερέθισμα και ένα μήνυμα χρησιμοποιώντας ένα μεγάλο κενό φύλλο χαρτί. Έχουν στη διάθεσή τους τσόχες, κόλλα, ψαλίδι και εφημερίδες.

Στο τέλος της δημιουργικής εργασίας, κάθε ομάδα καλείται να παρουσιάσει τη δημιουργία της στις άλλες ομάδες.

Τα δημιουργήματα μπορούν, στη συνέχεια, να εκτεθούν σε δημόσιο χώρο (ανάλογα με τις πιθανές συνεργασίες) για την ευαισθητοποίηση του κοινού.