Cofinanțat de
Uniunea Europeană

SHINE

SHAPING THE FUTURE OF EUROPE
ERASMUS-YOUTH-2024-CB-101183602

# *Toolkit de formare pentru competențe de cetățenie activă*



Cofinanțat de Uniunea Europeană

# Toolkit de formare pentru competențe de cetățenie activă

DECEMBRIE 2025

Rea by FECE, KulturLife, EAAD,
UGNV, PIF, NOVI HORIZONT

Declarație
Finanțat de Uniunea Europeană. Opiniile și punctele de vedere exprimate aparțin însă autorului (autorilor) și nu reflectă neapărat opiniile Uniunii Europene sau ale Comisiei Europene. Nici Uniunea Europeană, nici autoritatea care acordă finanțarea nu pot fi considerate responsabile pentru acestea.

# CUPRINS


01 — Introducere

02 — Cetățenia activă și participarea democratică

03 — Mass-media și Informația în democrație

04 — Diversitate, pace și dezvoltare sustenabilă

05 — Concluzie

# Introducere

Acest set de instrumente oferă lucrătorilor de tineret metode accesibile pentru a-i iniția pe tineri în participarea activă a cetățenilor într-o societate democratică. Prin jocuri de rol captivante și metode care stimulează gândirea critică și rezolvarea problemelor, cursanții dezvoltă o înțelegere mai profundă a instituțiilor democratice, devin mai conștienți de problemele sociale, politice și de mediu și învață cum să aplice aceste competențe în situații practice.

Obiectivul principal este de a dezvolta abilități pentru conducerea discuțiilor, promovarea dialogului și contribuția la procesele democratice. Acest lucru sprijină coeziunea socială, pacea și valorile UE și, de asemenea, oferă lucrătorilor din domeniul tineretului instrumentele necesare pentru a aborda provocările globale, inclusiv schimbările climatice și inegalitatea. Setul de instrumente se concentrează pe dezvoltarea abilităților de leadership și promovarea atitudinilor etice față de problemele sociale.

**De ce a fost dezvoltat acest set de instrumente?**

Tinerii au perspective, experiențe și nevoi unice, care trebuie recunoscute și respectate în orice proces decizional care îi afectează. Pentru a sprijini în mod eficient tinerii, este esențial să se creeze spații sigure, incluzive și care să le ofere putere, în care să se simtă ascultați, apreciați și capabili să influențeze schimbarea. Încurajarea tinerilor să-și exprime opiniile contribuie la consolidarea încrederii în sine, a gândirii critice și a cetățeniei active. Adulții, educatorii și liderii comunității trebuie să asculte activ, să ofere îndrumare și să se asigure că vocile tinerilor nu sunt doar binevenite, ci și luate în considerare. Participarea semnificativă a tinerilor nu este doar un drept, ci o componentă vitală a construirii unor societăți mai juste, mai receptive și mai democratice.

Tinerii de astăzi sunt din ce în ce mai conștienți și sensibili la provocările sociale, de mediu și morale cu care se confruntă societățile lor. Implicarea lor crescândă în activism și inițiative comunitare reflectă o dorință puternică de a contribui la schimbări pozitive. Cu toate acestea, transformarea acestei conștientizări în acțiuni civice responsabile și susținute necesită îndrumare, experiență și medii de învățare favorabile. Instrumentele de învățare non-formală și informală (NFIL) oferă metode flexibile, participative și experiențiale care ajută tinerii să-și dezvolte gândirea critică, colaborarea și abilitățile de comunicare. Prin NFIL, tinerii sunt împuterniciți să-și exprime opiniile, să-și înțeleagă drepturile și responsabilitățile și să devină contribuitori activi și lideri de opinie în cadrul comunităților lor.

Concepția acestui set de instrumente are ca scop îndrumarea tinerilor în a deveni lideri de opinie și participanți la procesele democratice. Unitățile incluse sunt direct legate de competența cetățenească și îmbunătățesc cunoștințele și abilitățile necesare pentru formarea tinerilor în această direcție. În acest fel, oferind idei și metode pentru dezvoltarea acestor calități și abilități, munca tinerilor lucrători și formatori va fi organizată într-un proces cuprinzător de dobândire a competențelor profesionale.

Acest set de instrumente (toolkit) se bazează pe experiența organizațiilor partenere din șase țări pentru a oferi un ghid pas cu pas pentru a fi un membru informat, responsabil și implicat al comunității la nivel local, național sau global.

**Cum este organizat acest toolkit?**
Setul de instrumente este împărțit în trei teme principale, fiecare fiind susținută de episoade podcast corespunzătoare. Aceste teme includ cetățenia activă și participarea democratică, mass-media și informația în democrație, precum și diversitatea, pacea și dezvoltarea durabilă.

Fiecare temă include mai multe instrumente de formare, concepute ca jocuri de rol axate pe munca în echipă, care dezvoltă cunoștințele și competențele legate de fiecare temă. Fiecare instrument este însoțit de instrucțiuni pas cu pas pentru formatori, care detaliază pregătirea, materialele și punerea în aplicare. Pentru fiecare dintre instrumente sunt prezentate următoarele elemente:

- Competențe și concepte vizate
- Obiective
- Materiale necesare
- Instrumente, surse
- Durată
- Număr de participanți
- Descriere
- Întrebări pentru debriefing
- Materiale

# Cetățenie activă și participare democratică

În cadrul acestui subiect, este prezentat cadrul teoretic și sunt evidențiate principalele concepte legate de valorile UE, drepturile omului și participarea activă la procesul decizional. Prin jocuri de rol și metode interactive, participanții la formare însușesc cei mai importanți termeni și aplicațiile acestora. Instrumentele selectate oferă îndrumări practice privind elementele esențiale pentru construirea unor comunități incluzive, democratice și bazate pe drepturi.

Diversele instrumente oferă strategii și exerciții pentru a încuraja implicarea activă și respectuoasă în deciziile grupului și ale comunității. Secțiunea prezintă instrumente și platforme digitale menite să sporească implicarea civică, aprofundarea cunoștințelor despre procesele democratice și contribuirea la promovarea egalității de șanse și a unor legături comunitare mai puternice.

# 1. Înăuntru sau afară?: Înțelegerea participării tinerilor prin zone de învățare

| | |
|---|---|
| **Competențe și concepte vizate** | • Competențe emoționale legate de participare, incluziune și recunoaștere<br>• Înțelegerea structurilor civice și a accesului/excluderii tinerilor<br>• Identitate civică și agenție: identificarea locului și a vocii fiecăruia în viața publică<br>• Dialogul între colegi și empatia de grup<br>• Rezolvarea problemelor și planificarea acțiunilor democratice conduse de tineri |
| **Obiective** | • Creșterea gradului de conștientizare cu privire la barierele emoționale și structurale care modelează experiențele tinerilor în materie de democrație<br>• Sprijinirea tinerilor în identificarea relației lor actuale cu viața civică și politică<br>• Să se dezvolte împreună idei practice și incluzive pentru a se trece la o participare mai semnificativă a tinerilor<br>• Încurajarea asumării responsabilității pentru acțiunile personale și colective în școli, comunități sau spații civice |
| **Materiale necesare** | Hârtie pentru flipchart, markere, bilețele adezive în 3 culori distincte (cel puțin 3 per participant) |
| **Instrumente, surse** | Diagrama zonelor de învățare, tipărită sau desenată suficient de mare pentru interacțiunea în grup (hârtie, flipchart sau tablă albă) |
| **Durată** | 60 de minute |
| **Număr de participanți** | Până la 30 de persoane, cu vârsta peste 16 ani |
| **Handout** | Unde mă aflu? – Participarea tinerilor și zonele de învățare. Graficul de participare al tinerilor |

## Descriere

Facilitatorul începe prin a crea un spațiu sigur din punct de vedere emoțional, reamintind participanților că împărtășirea experiențelor este voluntară și încurajând ascultarea activă și respectul. Această etapă inițială ar trebui să dureze aproximativ 10 minute.

Folosind modelul „Comfort–Stretch–Panic" (Confort–Extindere–Panică) al organizației EAAD, participanții reflectează asupra sentimentelor lor legate de spațiile politice. Cu ajutorul unor bilețele adezive, ei notează cum se simt în aceste spații, un factor care le-a descurajat participarea și unul care le-a încurajat-o. Acestea sunt lipite pe un perete comun și discutate în grup.

Participanții reflectează apoi asupra momentelor în care s-au simțit excluși din procesul decizional și, în grupuri mici de discuții, identifică principalele bariere în calea participării tinerilor, cum ar fi adultismul, tokenismul sau lipsa accesului. Discuția continuă cu accent pe emoțiile legate de angajamentul civic – indiferent dacă acesta aduce recunoaștere, rușine sau indiferență – și ale căror voci sunt considerate valide în spațiile politice. Facilitatorul subliniază legătura dintre recunoaștere și participare semnificativă.

În final, grupurile elaborează strategii practice pentru a ajuta mai mulți tineri să se simtă încrezători și incluși în viața democratică. Propunerile lor pot lua forma unei „Carte a participării tinerilor", un mural.

## Întrebări de reflecție

- Ce te-a surprins sau te-a impresionat cel mai mult astăzi?
- În ce zonă doriți să vă aflați și ce v-ar ajuta să vă mutați sau să rămâneți acolo?
- De ce fel de recunoaștere ai nevoie pentru a te simți cu adevărat inclus în luarea deciziilor?
- Cum crezi că s-a schimbat astăzi experiența ta de participare?
- Ce mic pas am putea face ca grup în această lună – și ce pas ai putea face tu însuți?

**Sursă:** Dezvoltat de EAAD în contextul proiectului SHINE.

# Handout

**Material informativ: Unde mă aflu? – Participarea tinerilor și zonele de învățare**
Acest instrument te ajută să reflectezi asupra modului în care te simți în spațiile civice, politice sau de participare. Se bazează pe modelul de învățare Confort – Extindere – Panică. Folosește diagrama de mai jos pentru a te gândi unde te afli acum și unde vrei să ajungi.

ZONE DE ÎNVĂȚARE

- Zona de confort: „Știu asta. Mă simt în siguranță, dar poate pasiv."
- Zona de extindere: „Învăț. Este o provocare pentru mine, dar pot să fac față."
- Zona de panică: „Este prea mult pentru mine. Mă închid în mine sau mă retrag."




Reflectați la următoarele:

- Unde vă aflați astăzi în ceea ce privește spațiile civice sau politice?
- Ce te ajută să treci de la zona de confort la zona de extindere?
- Ce te aruncă în panică și cum am putea evita asta?
- Marcați-vă pe diagramă cu un punct, un emoji sau un sticker.

# Handout

**Carta noastră privind participarea tinerilor**

Acest șablon te ajută să exprimi viziunea comună a grupului tău cu privire la participarea semnificativă. Completează întrebările de mai jos individual sau în echipă și folosește-l pentru a crea un mural de grup, un poster sau un angajament digital.

🟢 Avem nevoie de:

_____
_____
_____

🔵 Tinerii merită:

_____
_____
_____

🟣 Ne angajă să:

_____
_____
_____

(Opțional) Adăugați numele, semnătura, desenul sau simbolul dvs. mai jos pentru a vă exprima angajamentul:

_____
_____
_____

# 2. Pe scară participării: Puterea tinerilor și Spațiul Democratic

| | |
|---|---|
| **Competențe și concepte vizate** | • Înțelegerea modelelor de participare a tinerilor<br>• Analizarea nivelurilor de influență și de luare a deciziilor în contexte civice<br>• Recunoașterea participării simbolice vs. participarea semnificativă<br>• Proiectarea planurilor de acțiune și a proiectelor de implicare civică<br>• Aplicarea modelelor de participare pentru evaluarea și îmbunătățirea scenariilor reale<br>• Elaborarea de strategii pentru a avansa către o participare mai de impact |
| **Obiective** | • Să permită participanților să înțeleagă în mod critic și să aplice modele de participare a tinerilor, cu accent pe recunoașterea și contestarea practicilor simbolice.<br>• Împuternicirea participanților să conceapă și să simuleze acțiuni civice semnificative<br>• Să încurajeze conștientizarea de sine și reflecția asupra rolului tinerilor în democrația participativă, încurajând participanții să evalueze propriile medii civice și să identifice căi către un angajament mai incluziv și mai de impact. |
| **Materiale necesare** | Hârtie flipchart sau foi mari pentru fiecare echipă (pentru planificarea proiectului și prezentări), Markere, pixuri, bilețele adezive, Proiector sau poster tipărit cu Scara participării<br>Opțional: șabloane tipărite pentru planificarea proiectului (pentru echipele care preferă formate structurate) |
| **Instrumente, surse** | Materiale tipărite: Evaluarea participării tinerilor folosind Scara.<br>Foaie de lucru pentru planul de acțiune civică a tinerilor<br>Scara participării copiilor (tinerilor) a lui Roger Hart:<br>Versiune PDF: „Scara participării lui Hart” (Roger Hart, 1992) |
| **Durată** | 60–120 minute |
| **Număr de participanți** | 12–30 participanți, cu vârsta peste 18 ani |
| **Handout** | Evaluarea participării tinerilor folosind scara;<br>Fișă de lucru pentru planul de acțiune civică pentru tineri |

# Descriere

Activitatea este împărțită în două părți principale.

**PARTEA I**

1. **Încălzire: Definirea participării (10 minute)**

Participanții sunt rugați să descrie ce înseamnă pentru ei participarea și li se oferă câteva exemple de moduri în care tinerii pot avea un cuvânt de spus și pot fi ascultați (de exemplu, consiliul elevilor, serviciul comunitar, protestele, campaniile online). Ideile sunt apoi consemnate pe flipchart.

Sfat pentru facilitator: Facilitatorul poate sări peste încălzire dacă activitatea din setul de instrumente SHINE „Înăuntru sau afară?: Înțelegerea participării tinerilor prin zone de învățare" a fost utilizată anterior.

2. **Prezentarea scării participării (35 de minute, flexibil)**

Facilitatorul prezintă scara folosind FISA 1: Evaluarea participării tinerilor folosind scara, explicând participanților că nu este vorba de a eticheta oamenii ca „răi" sau „buni", ci de a recunoaște nivelurile de putere ale tinerilor în luarea deciziilor. Pentru fiecare treaptă, facilitatorul prezintă un exemplu real sau realist de implicare a tinerilor într-un context comunitar sau școlar. Acestea sunt descrieri scurte (de exemplu, „Un consiliu al elevilor oferă feedback directorului, dar deciziile sunt deja luate" sau „Tinerii creează o petiție, obțin semnături, iar consiliul local schimbă politica"). Accentul se pune pe conectarea treptelor cu dinamica puterii din viața reală.

3. **Analiza în grupuri mici (15-20 de minute)**

Facilitatorul împarte participanții în grupuri mici și oferă fiecărui grup trei scenarii scurte, din viața reală (tipărite pe carduri sau foi), care descriu participarea tinerilor în diferite contexte, cum ar fi școli, centre de tineret și administrația locală. Acestea ar trebui să includă o combinație de gesturi simbolice, parteneriate și inițiative autentice conduse de tineri.
Sarcina pentru fiecare grup:

- Citiți și discutați cele trei scenarii.
- Pentru fiecare scenariu, identificați treapta pe care o reprezintă cel mai bine și explicați de ce (ce dinamică a puterii este prezentă? Cine ia deciziile? Este o influență simbolică sau reală?).
- În final, întrebați: „Ce ar trebui să se schimbe în acest scenariu pentru ca tinerii să urce pe scară?" Acest lucru încurajează gândirea strategică cu privire la modul de a solicita sau de a concepe o participare mai eficientă.

**PARTEA A II-A**

4. **Simularea unui proiect civic (60 de minute)**

Grupul este împărțit în echipe de 4-6 persoane. Fiecare echipă are sarcina de a identifica o problemă comunitară sau școlară care le interesează și de a elabora un plan de acțiune concret pentru a o aborda. Această parte trebuie privită ca o simulare imersivă în care cursanții „fac civism" într-un mediu sigur.

Fiecare grup primește o copie a HANDOUT 2: Planul de acțiune civică pentru tineri pentru a-și crea propriul plan de acțiune. Scopul este ca fiecare echipă să elaboreze o schiță concretă a unui proiect pe care l-ar putea realiza în viața reală, exersând astfel rezolvarea problemelor din lumea reală.

5. **Pregătirea pentru prezentare (5 minute)**

Odată ce planurile sunt redactate, fiecare echipă își sintetizează ideea într-o prezentare scurtă sau un rezumat. Ei pot pregăti un poster sau câteva puncte cheie pe care să le prezinte. Acest lucru imită un scenariu în care ar trebui să-și promoveze proiectul – o abilitate civică importantă.

6. **Prezentări de grup (15 minute)**

Fiecare echipă are ocazia să împărtășească planul său de acțiune cu întregul grup. Pentru a menține interesul, prezentați acest lucru ca o mini sesiune de „prezentare civică". De exemplu, imaginați-vă că ei prezintă proiectul în fața unui comitet comunitar sau a unui comitet de acordare a subvențiilor pentru tineri. Acordați fiecărei echipe 3 minute pentru a-și prezenta ideea (stilul Elevator Pitch îi încurajează să fie concis și convingător).

## Întrebări de reflecție

- Ce ați învățat despre colaborarea pentru a crea schimbarea?
- Care a fost scopul scării pe care am folosit-o? Cum ne ajută să înțelegem participarea tinerilor?
- La ce nivel al scării credeți că a ajuns proiectul vostru și de ce?
- Ce v-a surprins în legătură cu modul în care funcționează participarea în viața reală, comparativ cu modul în care se vorbește de obicei despre ea?
- Există o participare excesivă sau un tip greșit de participare?
- Scara poate deveni un instrument de control al tinerilor, în loc să le ofere putere?

Sursă: Dezvoltat de EAAD în contextul proiectului SHINE

# Handout

**Material informativ: Evaluarea participării tinerilor folosind scara**

Înțelegerea scării participării (adaptată după Hart/Arnstein)
Acest model vă ajută să evaluați cât de semnificativă sau superficială este participarea tinerilor în orice situație. Fiecare „treaptă" reprezintă un nivel de putere și influență a tinerilor:

| **NIVEL** | **DESCRIERE** |
|---|---|
| 1. Manipulare | Tinerii sunt folosiți pentru a susține o cauză într-un mod înșelător. Fără înțelegere reală sau putere de decizie. |
| 2. Decor | Tinerii sunt prezenți, poate chiar vizibili, dar rolul lor este pur simbolic. |
| 3. Tokenism | Tinerilor li se pare că li se acordă dreptul la opinie, dar au puține sau niciun fel de opțiuni în ceea ce privește modul în care participă. |
| 4. Desemnați, dar informați | Adulții atribuie roluri tinerilor, dar aceștia înțeleg și sunt de acord cu scopul. |
| 5. Consultați și informați | Tinerii își exprimă opiniile și sunt ascultați, dar adulții sunt cei care iau deciziile. |
| 6. Decizii inițiate de adulți, împărtășite | Adulții conduc, dar tinerii împărtășesc puterea de decizie. |
| 7. Inițiate și conduse de tineri | Tinerii inițiază și conduc singuri proiectele. |
| 8. Inițiate de tineri, împărtășite cu adulții | Tinerii inițiază și împart conducerea cu adulții ca parteneri egali. |

**Sarcina de grup**
**Pasul 1:** Citiți fiecare dintre următoarele 6 scenarii.
**Pasul 2:** Pentru fiecare scenariu, discutați și decideți:

- Care treaptă a scării se potrivește cel mai bine?
- De ce ați ales acea treaptă (analizați cine deține puterea și ia deciziile)?
- Cum ar putea fi urcat mai sus pe scară?

Utilizați tabelul de mai jos pentru a vă ghida discuția.

**Scenarii pentru analiză**

**Scenariul A – „Ziua curățeniei în școală”**
Directorul școlii anunță o zi de curățenie. Elevii sunt obligați să participe. Unii sunt aleși să apară în fotografii alături de oficialii orașului. Nu s-a cerut în prealabil părerea elevilor.

**Scenariul B – „Sondaj privind cultura tinerilor”**
Biroul local pentru tineret le cere adolescenților să completeze un sondaj despre activitățile culturale. Rezultatele sunt colectate, dar nu se comunică niciun feedback și nu se iau măsuri.

**Scenariul C – „Concurs de postere despre climă”**
Elevii sunt invitați să trimită postere despre schimbările climatice. Cele mai bune sunt expuse la primărie. Nu sunt planificate acțiuni ulterioare, iar elevii nu sunt implicați în planificarea evenimentului.

**Scenariul D – „Comitetul elevilor pentru alimentația din cantină”**
Un grup de elevi este selectat pentru a se alătura unui comitet pentru alimentație. Aceștia se întâlnesc lunar cu personalul, propun modificări ale meniului, iar unele sugestii sunt efectiv puse în aplicare.

**Scenariul E – „Adunarea tinerilor pentru climă”**
Un grup condus de tineri organizează un forum privind clima. Ei stabilesc agenda, invită experți și prezintă cererile lor factorilor de decizie. Primarul este de acord să co-organizeze următorul eveniment împreună cu ei.

**Scenariul F – „Proiectul privind sănătatea mintală condus de ONG-uri”**
O ONG concepe un proiect privind sănătatea mintală a tinerilor și invită elevii să ajute la promovarea acestuia. Elevii sunt informați cu privire la sarcinile lor, dar nu participă la planificare sau la luarea deciziilor.

| Scenariu | Nivel (1-8) | De ce? (Explicație succintă) | Cum se poate îmbunătăți/avansa? |
|---|---|---|---|
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

# Handout

**Fișă de lucru pentru planul de acțiune civică pentru tineri**
Această fișă va ajuta echipa ta să planifice un proiect civic care abordează o problemă reală din comunitatea sau școala ta. Completează fiecare secțiune în mod clar. Fii pregătit să prezinți ideea ta la final.

| | |
|---|---|
| Titlul proiectului | Denumiți proiectul |
| Problemă/chestiune | Care este problema? De ce este importantă? |
| Obiectiv | Ce schimbare doriți să realizați? |
| Soluția propusă | Descrieți ideea sau abordarea dvs. |
| Pași cheie | Care sunt principalele acțiuni pe care le veți întreprinde? |
| Părțile interesate (Stakeholders) | Cine trebuie să fie implicat? |
| Resurse necesare | Ce materiale, persoane, instrumente sau fonduri sunt necesare? |
| Participarea tinerilor | Cum vor fi implicați în mod semnificativ tinerii? |
| Provocări și riscuri | Ce dificultăți ar putea apărea? Cum le puteți gestiona? |
| Puncte de prezentare | Care sunt punctele cheie pe care le veți prezenta? |
| Membrii echipei | Numele și rolurile fiecărui membru al echipei |

# 3. “NOI” E-Cetățenii!

| | |
|---|---|
| **Competențe și concepte vizate** | • Participarea electronică și guvernarea electronică<br>• Competențe digitale<br>• Abilități de rezolvare a problemelor și analitice<br>• Cetățenie activă |
| **Obiective** | • Facilitarea și îmbunătățirea implicării cetățenilor în procesele legate de guvernare prin participarea electronică<br>• Valorificarea competențelor digitale și a instrumentelor electronice pentru a face participarea mai accesibilă, mai eficientă și mai incluzivă |
| **Materiale necesare** | Flipchart, markere colorate, foi A4 |
| **Instrumente, surse** | Trei cărți de joc de rol |
| **Durată** | 60 minute |
| **Număr de participanți** | 20-30 de persoane în două grupuri, cu vârste cuprinse între 16 și 30 de ani |
| **Handout** | Trei cărți de joc de rol |

## Descriere

Facilitatorul împarte participanții în mod aleatoriu în două grupuri: E-Cetățeni și E-Guvernare și alege un domeniu de lucru (pe baza temelor de formare).

Domeniile de politică includ planificarea și dezvoltarea urbană, politica de mediu și climatică, sănătatea, educația, transporturile, agricultura, tineretul, e-guvernarea și bugetarea publică, precum și politicile sociale.

Grupurile primesc cele trei cărți de joc de rol și, în funcție de rolul lor (E-Cetățeni sau E-Guvernare), au la dispoziție 20 de minute pentru a-și enumera acțiunile. De exemplu, grupul E-Cetățeni își scrie cererile luând în considerare informațiile electronice, consultările electronice și luarea deciziilor electronice, iar E-Guvernare enumeră acțiunile planificate în cele trei domenii legate de domeniul de politică ales.

După ce își finalizează sarcinile, fiecare grup desemnează un purtător de cuvânt și se reunește pentru a găsi un numitor comun între cererile cetățenilor electronici și acțiunile planificate de guvernul electronic. Discuția continuă până când cele două grupuri ajung la un acord.

**Sfaturi pentru facilitator:** În funcție de mărimea grupului, facilitatorul poate împărți participanții în două grupuri care lucrează pe un singur domeniu sau în patru grupuri care lucrează pe două domenii.

## Întrebări de reflecție

- A fost dificil să presupuneți care sunt principalele funcții ale guvernului și ale cetățenilor?
- A fost dificil să găsiți instrumente de participare electronică atunci când ați identificat rolurile din jocul de rol?
- În ce măsură ați înțeles conceptul de e-participare?

**Sursă:** Elaborat de FECE în contextul proiectului SHINE.

# Handout

**Trei cărți pentru jocul de rol**

| | |
|---|---|
| **E-Informații**:<br><br>*Access to governmental Data and Policy Information* | **Roluri speciale:**<br>**Guvern:** Informarea cetățenilor și îmbunătățirea transparenței<br>**Cetățeni:** Primirea de informații (rol pasiv)<br>**Caracteristici:**<br>• Site-uri web guvernamentale cu date deschise (de exemplu, legi, rapoarte, bugete).<br>• Baze de date online cu legislație, servicii publice și documente de politică<br>• Transmisiuni live ale dezbaterilor parlamentare și ale ședințelor publice |
| **E-Consultare**:<br><br>*Comunicare bidirecțională între cetățeni și guvern* | **Roluri speciale:**<br>**Guvern:** Rol pasiv de colectare a opiniilor cetățenilor înainte sau în timpul elaborării politicilor<br>**Cetățeni:** Participanți activi (care oferă opinii, feedback și recomandări).<br>**Caracteristici:**<br>• Sondaje online și formulare de feedback privind politicile sau legile propuse<br>• Forumuri de discuții online, grupuri de discuții, mese rotunde moderate de instituții publice<br>• Platforme online pentru proiecte de legi și sugestii din partea cetățenilor |
| **E-decizii**:<br><br>*Participare directă la procesele de elaborare a politicilor și de luare a deciziilor* | **Roluri speciale:**<br>**Guvern:** Permite cetățenilor să influențeze sau să ia decizii<br>**Cetățeni:** Factor de decizie sau co-creator<br>**Caracteristici:**<br>• Votul electronic și referendumurile online<br>• Platforme digitale pentru propunerea și votarea domeniilor de politică<br>• Platforme de bugetare participativă |

# 4. Arborele valorilor UE

| | |
|---|---|
| **Competențe și concepte vizate** | • Valorile UE și instituțiile UE<br>• Istoria și realizările Uniunii Europene |
| **Obiective** | • Familiarizarea tinerilor cu valorile UE<br>• Familiarizarea cu tratatele și legislația UE<br>• Să ofere o înțelegere mai profundă a modului în care funcționează UE |
| **Materiale necesare** | Flipchart, markere colorate |
| **Instrumente, surse** | Fișă: Arborele valorilor UE |
| **Durată** | 30-60 minute |
| **Număr de participanți** | 20-30 de persoane, cu vârste cuprinse între 18 și 30 de ani |
| **Handout** | EU values tree |

## Descriere

Această activitate este împărțită în trei părți.

**PARTEA I**
Facilitatorul începe sesiunea cu un experiment captivant, provocând participanții să numească anul în care a fost înființată Uniunea Europeană. Odată ce cineva răspunde corect (1951), facilitatorul stârnește curiozitatea întrebând dacă cineva știe cine sunt Jean Monnet și Robert Schuman. Dacă nu, facilitatorul le dezvăluie pe scurt importanța acestora.

Apoi, facilitatorul le cere participanților să-și imagineze că, în timpul uneia dintre sesiunile Comunității Economice Europene (ulterior Uniunea Europeană), Monnet și Schuman adorm și se trezesc în prezent. Facilitatorul întreabă apoi participanții ce au descoperit părinții fondatori ai UE (Monnet și Schuman) despre realizările și simbolurile UE.

Lista simbolurilor emblematice:

- Steagul UE
- Motto-ul UE: Uniți în diversitate
- Moneda proprie – EURO
- Imnul propriu: Oda bucuriei
- Sărbătoarea proprie – Ziua Europei (9 mai)
- Instituțiile sale, inclusiv Banca Centrală Europeană
- Propria sa curte - Curtea Europeană de Justiție
- Premiile Nobel pentru pace din 2012

**PARTEA A II-A**

Facilitatorul cere participanților să facă un brainstorming privind valorile UE și le notează pe o foaie de flipchart. Participanții selectează apoi o valoare pentru a crea propriul lor arbore al valorilor UE.

Participanții trebuie să creeze un „copac al valorilor UE" (Fișa 1) pentru a reprezenta o valoare care promovează o societate nediscriminatorie și incluzivă.

**PARTEA III**

Fiecare participant explică de ce a ales acea valoare și ce înseamnă ea pentru el. La final, facilitatorul conduce o discuție animată despre valoarea UE pe care grupul o apreciază cel mai mult și de ce.

## Întrebări de reflecție

- A fost dificil să înțelegeți experimentul?
- A fost dificil să găsiți simbolurile UE?
- Cum credeți că valorile UE vă influențează viața de zi cu zi?

**Sursă:** Elaborat de FECE în contextul proiectului SHINE.

Handout

# Arborele valorilor UE

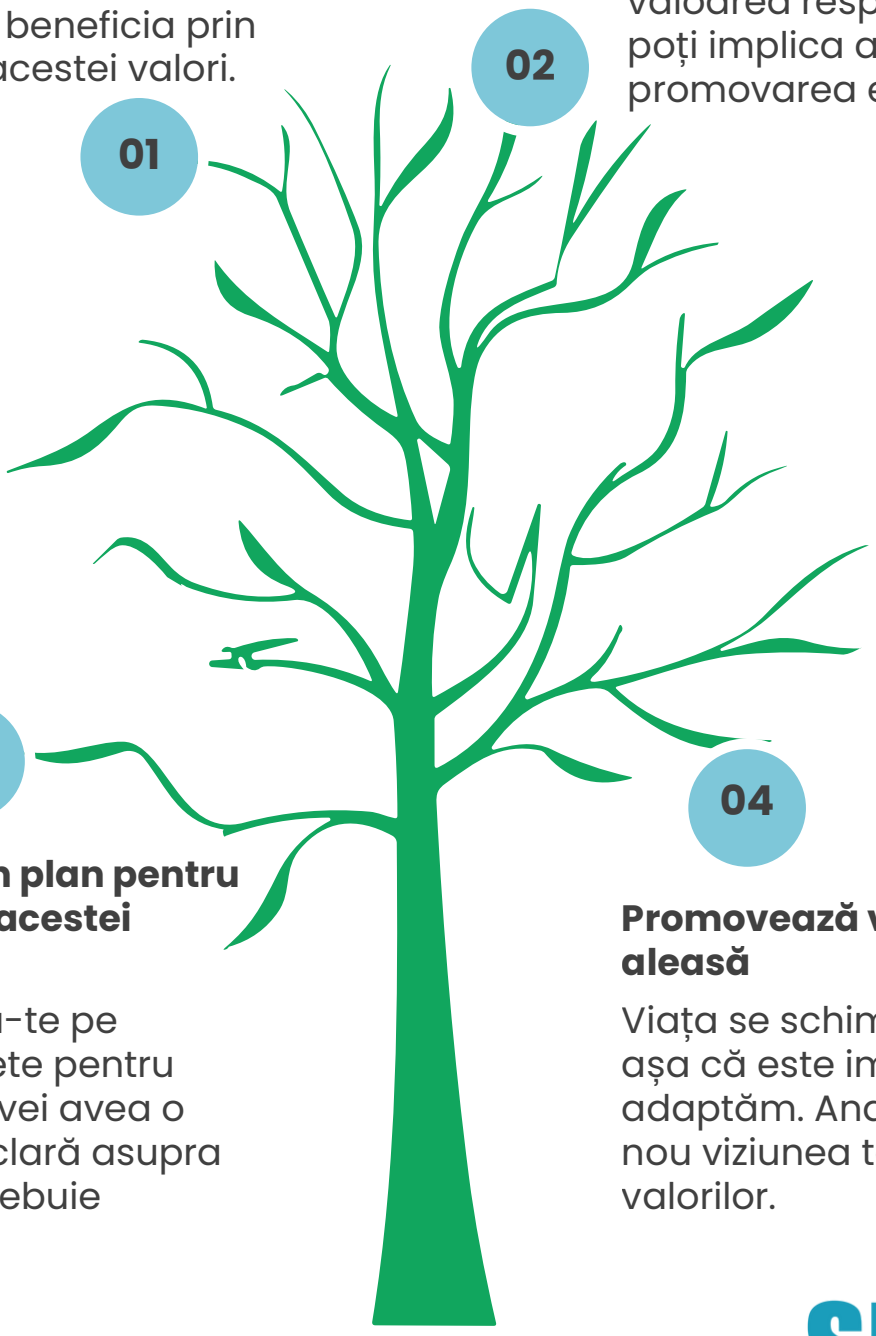
## Care valoare europeană este copacul tău?

**Identifică de ce această valoare este importantă pentru societate.**

Evaluând valoarea aleasă, explică modul în care societatea va beneficia prin promovarea acestei valori.

**Cum pot susține și promova această valoare?**

Gândește-te cum poți susține și promova valoarea respectivă și cum poți implica alți tineri în promovarea ei.




**Elaborează un plan pentru diseminarea acestei valori.**

Concentrează-te pe acțiuni concrete pentru viitor. La final, vei avea o imagine mai clară asupra pașilor care trebuie urmați.

**Promovează valoarea aleasă**

Viața se schimbă repede, așa că este important să ne adaptăm. Analizează din nou viziunea ta și harta valorilor.

SHINE

# 5. Cabinetul de avocatură pentru drepturile omului

| | |
|---|---|
| **Competențe și concepte vizate** | • Drepturile omului în general<br>• Încălcări ale drepturilor omului<br>• Curtea Europeană a Drepturilor Omului (CEDO) și legislația |
| **Obiective** | • Furnizarea de cunoștințe generale privind drepturile omului<br>• Familiarizarea participanților cu cazuri reale din CEDO și din Carta europeană a drepturilor fundamentale<br>• Să dezvolte abilități analitice, de cercetare și de negociere<br>• Dezvoltarea abilităților de analiză critică a informațiilor și corelarea acestora cu experiența de zi cu zi<br>• Să stimuleze sentimentul de responsabilitate, empatie, justiție și egalitate |
| **Materiale necesare** | Hârtie pentru flipchart, hârtie A4, pixuri și markere |
| **Instrumente, surse** | Spețe tipărite ale Curții Europene a Drepturilor Omului (CEDO) |
| **Durată** | 60 minute |
| **Număr de participanți** | 20-30 de persoane, cu vârsta peste 18 ani |
| **Handout** | Spețe tipărite ale Curții Europene a Drepturilor Omului |

## Descriere

Participanții sunt împărțiți în trei grupuri, reprezentând cei trei actori principali într-un caz juridic în fața CEDO:

1. **Reclamant:** Persoane fizice, grupuri de persoane fizice sau persoane juridice (cum ar fi companii sau ONG-uri) care susțin că sunt victime ale unei încălcări a drepturilor prevăzute în **Convenția europeană a drepturilor omului. Rol:** Inițiază cazul prin depunerea unei cereri împotriva unui stat.

2. **Statul pârât:** un stat membru al Consiliului Europei este acuzat că a încălcat drepturile reclamantului în temeiul Convenției. **Rol:** se apără împotriva acuzațiilor, răspunde la cerere și participă la proceduri.

3. **CEDO:** O instanță internațională cu sediul la Strasbourg, compusă din judecători din fiecare stat membru al Consiliului Europei. **Rol:** Examinează cererea, analizează admisibilitatea și fondul cauzei și pronunță o hotărâre cu caracter obligatoriu.

Apoi, fiecare grup trebuie să găsească (prin cercetare online) motivele pe care să-și bazeze cazul din cele trei cazuri prezentate în materialele distribuite.

**Se va discuta un caz real din Curtea Europeană a Drepturilor Omului. Curtea Europeană a Drepturilor Omului este o instanță internațională înființată în 1959. Aceasta se pronunță asupra cererilor individuale sau ale statelor care invocă încălcări ale drepturilor civile și politice prevăzute în Convenția europeană a drepturilor omului. Din 1998, aceasta funcționează ca instanță cu normă întreagă, iar persoanele fizice pot să se adreseze direct acesteia.*

Fiecare grup va avea la dispoziție 30 de minute pentru a-și pregăti poziția, iar apoi toate cele trei grupuri se vor reuni în sala de judecată. Pe baza perspectivei individuale, fiecare grup trebuie să definească:

- Cererea
- Hotărârea CEDO
- Articolul (articolele) încălcat(e)
- Importanța cazului

Cererea, hotărârea CEDO și articolele încălcate trebuie să fie scrise pe o foaie de flipchart și prezentate în sala de judecată.

O ședință (sau audiere) în fața Curții Europene a Drepturilor Omului (CEDO) este o etapă formală într-un caz în care principalii actori – reclamantul (reclamanții), statul pârât și Curtea – se reunesc, de obicei în cadrul unei proceduri orale. Acestea sunt rare și au loc de obicei numai în cazuri complexe sau importante, deoarece majoritatea cazurilor sunt soluționate pe baza observațiilor scrise.

Iată cum se desfășoară o ședință tipică atunci când sunt implicate toate cele trei părți cheie:

1. **Audierea de deschidere:** Unul dintre participanții care reprezintă grupul CEDO este numit președinte al Camerei (unul dintre judecători) și deschide ședința.
- Se anunță **componența Curții** (ceilalți participanți din grupul CEDO).
- Se prezintă pe scurt **obiectul cauzei.**

2**. Observațiile reclamantului**
- Reclamantul și/sau reprezentantul său legal (adesea un avocat) prezintă argumentele sale (grupul care reprezintă pârâtul).
- Grupul care reprezintă pârâtul explică faptele cauzei, drepturile prevăzute în **Convenția europeană a drepturilor omului**, care, în opinia sa, au fost încălcate.

- Why the state's actions or omissions constitute a breach. The group representing the defendant should state their claim, the rights violated (in Articles), and provide evidence, along with prior case law and the broader implications (significance) of the case.

3.**Observațiile statului pârât:** Agentul guvernamental (reprezentantul oficial al statului, adesea din cadrul Ministerului Justiției sau al Afacerilor Externe) prezintă apărarea.

**Grupul care reprezintă guvernul argumentează:**
- Nu a existat nicio încălcare a Convenției
- Faptele sunt contestate sau înțelese greșit
- Că statul a acționat în limita marjei sale de apreciere
- Că nu toate căile de atac interne au fost epuizate (dacă este relevant).

4. **Întrebări din partea judecătorilor (grupul CEDO)**
Judecătorii pot adresa întrebări ambelor părți cu privire la:
- Aspecte juridice
- Disputele factuale
- Domeniul de aplicare al drepturilor prevăzute în Convenție
- Cadrul juridic național

Ambele părți (pârâtul și guvernul) trebuie să răspundă direct la aceste întrebări.

5. **Răspuns și contestație**
- Ambele părți pot răspunde pe scurt la observațiile celeilalte părți.
- Solicitantul poate contesta argumentele guvernului.
- Statul poate oferi clarificări sau contra-contraziceri.

6. **Închiderea ședinței:**
- Grupul care reprezintă CEDO are la dispoziție 15 minute pentru a lua o decizie.

## Întrebări de reflecție

- A fost dificil să găsiți articolele cele mai potrivite pentru a apăra pârâtul și articolul (articolele) care au fost încălcate?
- Cât de bine cunoșteați CEDO?
- A fost dificil să formulați cererea (în funcție de fiecare dintre cele trei grupuri)?

**Sursă:** Elaborat de FECE în contextul proiectului SHINE.

# Handout

**Cazuri judiciare CEDO**

**Case 1: E.S. v. Austria**

Cazul E.S. împotriva Austriei a implicat-o pe Elisabeth Sabaditsch-Wolff, o femeie austriacă condamnată de instanțele austriece pentru denigrarea publică a doctrinelor religioase după ce a descris profetul islamic Mahomed ca fiind pedofil în cadrul unor seminarii pe care le-a ținut în 2009. Reclamanta, E.S., a fost condamnată de instanțele austriece pentru denigrarea doctrinelor religioase după ce a făcut comentarii despre profetul Mahomed în cadrul unor seminarii, sugerând în mod specific că acesta era pedofil. CEDO a confirmat în cele din urmă condamnarea austriacă, considerând că ingerința în libertatea de exprimare a E.S. era justificată pentru a proteja pacea religioasă și drepturile credincioșilor.

*Cine are dreptate în acest caz?*

**Cazul 2: Verein KlimaSeniorinnen Schweiz împotriva Elveției**

Cazul Verein KlimaSeniorinnen Schweiz împotriva Elveției (2024) este o hotărâre de referință a Curții Europene a Drepturilor Omului (CEDO) privind schimbările climatice și drepturile omului. Asociația elvețiană KlimaSeniorinnen, care reprezintă în principal femei în vârstă, a introdus acțiunea după epuizarea căilor de atac naționale, susținând că politicile climatice inadecvate ale Elveției le-au încălcat drepturile.

*Ce drepturi au fost încălcate?*

**Cazul 3: Refah Partisi împotriva Turciei**

Cazul Refah Partisi (Partidul Bunăstării) și alții împotriva Turciei a implicat dizolvarea Refah Partisi (Partidul Bunăstării) de către Curtea Constituțională turcă. Curtea Europeană a Drepturilor Omului (CEDO) a hotărât în cele din urmă că dizolvarea nu a încălcat care articol? CEDO a constatat că activitățile și declarațiile partidului, inclusiv cele care susțineau aplicarea legii Sharia și potențiala utilizarea a violenței, erau incompatibile cu conceptul de societate democratică.

*Cine are dreptate în acest caz?*

# 6. Viitorul în care vrem cu toții să trăim

| | |
|---|---|
| **Competențe și concepte vizate** | • Gândire critică și creativă<br>• Optimism și speranță<br>• Gândire orientată spre soluții și viitor<br>• Reziliență și rezolvarea problemelor<br>• Crearea de conținut media și povestirea |
| **Obiective** | • Încurajarea participanților să adopte o perspectivă pozitivă, bazată pe soluții, asupra problemelor globale actuale<br>• Dezvoltarea unor viziuni imaginative și utopice asupra viitorului, bazate pe valorile participanților, cu accent pe egalitatea de gen și tratamentul egal al tuturor<br>• Exersarea articulării acestor viziuni prin povestirea colaborativă<br>• Să se îmbunătățească reziliența emoțională prin explorarea unor abordări alternative ale crizelor și incertitudinii<br>• Promovarea implicării civice prin evaluare reflexivă și gândire orientată spre viitor<br>• Organizarea de sesiuni de follow-up mai orientate spre practică, care pot face legătura cu temele și ideile dezvoltate de participanți în cadrul acestei sesiuni |
| **Materiale necesare** | Markere, hârtie flipchart (3-4 per grup), pixuri<br>Mese sau spații de lucru flexibile (1 pentru 3-5 participanți)<br>Dispozitive pentru înregistrare video/audio (opțional) |
| **Durată** | 3 ore (inclusiv pauze și înregistrări video) |
| **Număr de participanți** | Flexibil; se recomandă minimum 4 participanți, 1 facilitator la 10-15 participanți; tineri cu vârsta de peste 16 ani |

## Descriere

Această abordare încurajează participanții să-și imagineze un viitor definit de egalitate și incluziune. Poate fi adaptată pentru a oferi diferite niveluri de îndrumare pe teme specifice. Obiectivul principal este de a le da participanților posibilitatea de a-și crea propriile viziuni, promovând scopul și direcția pentru sesiunile viitoare.

**Introducere (10-15 minute)**
Facilitatorul prezintă obiectivele și structura exercițiului. Pentru a păstra elementul de salt în timp, facilitatorul ar trebui să se concentreze pe detalierea provocărilor actuale în materie de egalitate.

Participanții sunt apoi împărțiți în grupuri de 3-5 persoane. Grupurile trebuie să fie suficient de mari pentru prezentări scurte, dar suficient de mici pentru a asigura participarea activă a tuturor membrilor.

**Partea 1 – Viața noastră, aici și acum (45 de minute)**
Facilitatorul cere grupurilor să identifice provocările pentru egalitate în viața de familie, la locul de muncă și în cultura populară. Grupurile trebuie să enumere situația actuală și provocările pentru egalitatea de gen în fiecare domeniu (25 de minute). Participanții sunt încurajați să colecteze o gamă largă de provocări; nu există răspunsuri greșite.

*Sfat: O scurtă sesiune de brainstorming individual (5 minute) înainte de discuțiile de grup generează adesea o gamă mai largă de răspunsuri, deși poate încetini procesul. Acest pas face parte din sarcina generală de identificare. Facilitatorul pune la dispoziție hârtie A4 pentru luarea de notițe.*

Apoi, grupurile aprofundează analiza lor, descriind în detaliu provocările identificate (20 de minute). Acest pas are ca scop clarificarea și concretizarea fiecărei provocări. Facilitatorul furnizează hârtie A4, după cum este necesar.
Pauză (10-15 minute)

**Pauză (10-15 minute)**

**Partea 2 – Viața în viitor (90 de minute)**
Introducere în călătoria în timp: „Imaginați-vă o lume peste 30 de ani în care problemele de astăzi au fost rezolvate – Bun venit în Utopia!”

Facilitatorul prezintă pe scurt experimentul mental al saltului în timp. Perioada de 30 de ani este aleasă pentru a permite schimbări semnificative, rămânând în același timp în cadrul duratei de viață a participanților.

Grupurile au sarcina de a descrie lumea lor utopică, egalitară și incluzivă în cât mai multe detalii posibil (30 de minute). În această etapă, participanții rămân în grupurile anterioare, folosind definițiile și gândurile existente despre provocări pentru a-și forma ideile despre cum să le abordeze în viitor. Această sarcină nu are un rezultat predefinit, cu excepția notițelor despre viitorul pe care îl imaginează, care vor fi explorate în sarcina următoare.

Facilitatorul trebuie să reitereze faptul că participanții nu trebuie să se concentreze pe scenariile cele mai probabile, ci pe cele mai bune pe care și le pot imagina. Întrebarea nu este dacă provocările egalității au fost depășite, ci cum. În ceea ce privește soluțiile, accentul trebuie pus, de asemenea, pe cele mai bune posibile, nu pe cele mai probabile. Facilitatorul distribuie foi de hârtie A4 pentru luarea de notițe, după cum este necesar.

Apoi, grupurile trebuie să creeze și să înregistreze un segment scurt (2-5 minute) de știri din viitor (60 de minute).

Alternativ, pot crea prima pagină a unui ziar cu titluri, anunțuri și reclame din lumea viitorului pe care ați creat-o (30 de minute). Facilitatorul distribuie o foaie de hârtie flipchart pentru fiecare grup pentru această sarcină. Aici, participanții își iau ideile teoretice anterioare despre provocări și soluții și le reformulează în mod creativ. Acest lucru le oferă ocazia de a-și arăta munca de până acum și de a fi creativi după exerciții în mare parte teoretice.

**Partea 3 – Spectacolul viitorului (30 de minute)**
Facilitatorul cere grupurilor să prezinte segmentele de știri sau paginile de copertă în plen. Fiecare grup prezintă mai întâi viitorul utopic pe care l-a dezvoltat și gândurile care stau la baza acestuia, apoi arată filmele sau paginile de copertă grupului.

**Evaluarea și reflecția grupului**
Sarcina principală a facilitatorilor aici este de a conecta această sesiune cu sesiunile anterioare și viitoare ale evenimentului, de a sublinia importanța utopiilor și a ideilor pozitive pentru viitor și de a începe procesul de găsire a modalităților de a atinge acele viitoruri idealizate în sesiunile următoare.

## Întrebări de reflecție

- Te simți mai aproape de a înțelege și de a crea schimbări în direcția egalității de gen?
- Vă simțiți optimist sau pesimist în privința unui viitor cu adevărat egalitar din punct de vedere al genului?
- Ce părere aveți despre combinarea ideilor dvs. utopice cu viziunile altora? Credeți că este posibilă o utopie comună?
- Cum a afectat actul de a imagina un viitor mai bun modul în care percepi problemele actuale?
- Ce soluții vi s-au părut realiste sau inspiratoare?
- Când te vei întoarce acasă după acest eveniment, cum vei avansa spre utopie? Poți identifica o acțiune care să facă legătura între realitatea de acasă și utopia pe care ți-ai imaginat-o aici?

**Sursă:** Dezvoltat de KulturLIfe în contextul proiectului SHINE.

# Mass-media și informația în democrație

Această secțiune se concentrează pe mass-media în societățile democratice, oferind instrumente pentru a spori cunoștințele și abilitățile necesare pentru a atrage atenția publicului prin identificarea nevoilor de informare și descoperirea surselor de informare adecvate. Se acordă o atenție specială înțelegerii surselor de informare în care oamenii au încredere și modului în care se poate utiliza această cunoaștere.

Era digitală de astăzi necesită nu numai înțelegerea drepturilor și responsabilităților într-o societate democratică, ci și implicarea critică în mass-media și informații. În sistemele democratice, mass-media joacă un rol vital în informarea publicului, în tragerea la răspundere a puterii și în facilitarea participării civice. Cu toate acestea, odată cu apariția știrilor false, a dezinformării și a discursului instigator la ură, cetățenii trebuie să dezvolte competențe pentru a discerne sursele credibile, a contesta narațiunile discriminatorii și a susține valorile incluzive. Aceste competențe le permit indivizilor să contribuie în mod semnificativ la viața democratică, promovând în același timp un discurs public mai informat, mai respectuos și mai echitabil.

# 7. Oglinda Mass-media: Să ne vedem pe noi înșine în știri

| | |
|---|---|
| **Competențe și concepte vizate** | • Alfabetizare media critică<br>• Conștientizarea reprezentării<br>• Reflecție asupra identității<br>• Implicare civică prin intermediul mass-media |
| **Obiective** | • Să ajute participanții să evalueze în mod critic modul în care mass-media reprezintă sau denaturează diferite comunități, în special în ceea ce privește factorii de identitate (gen, rasă, dizabilitate, clasă socială etc.).<br>• Să promoveze conștientizarea modului în care mass-media influențează identitatea și sensul de apartenență<br>• Să ofere participanților instrumente pentru a identifica prejudecățile mass-media și pentru a crea împreună narațiuni incluzive. |
| **Materiale necesare** | Proiector și ecran, bilețele adezive și markere, foi mari de hârtie sau table digitale (Jamboard, Miro)<br>Telefoane mobile sau tablete (acces la internet)<br>Instrumente de înregistrare video/audio (opțional) |
| **Instrumente, surse** | Articole de presă și titluri tipărite (reprezentări pozitive și problematice), Fișă: Reprezentarea în mass-media |
| **Durată** | 75 minute |
| **Număr de participanți** | 12-30 persoane, cu vârste cuprinse între 16 și 26 de ani |
| **Handout** | Reprezentări în media |

## Descriere

**Pasul 1: Activitate de spargere a gheții – „Renunțarea la stereotipuri" (10 minute)**
Facilitatorul distribuie bilețele de hârtie și le cere participanților să scrie în mod anonim un stereotip pe care l-au observat în mass-media (legat de vârstă, gen, etnie etc.). Bilețelele sunt colectate, amestecate și citite cu voce tare. Reamintiți participanților să se implice cu empatie și respect pentru a asigura un mediu sigur și incluziv.

Facilitatorul solicită reflecția grupului:

- De ce persistă aceste stereotipuri în mass-media?
- Cine beneficiază sau suferă din cauza lor?

Acest lucru ajută la scoaterea la suprafață a experiențelor comune și la introducerea cu delicatețe a prejudecăților din mass-media.

**Pasul 2: Galeria de reflecție asupra mass-media (25 de minute)**
Pregătire (înainte de sesiune): Facilitatorul pregătește 6-10 exemple tipărite din mass-media care prezintă tinerii din diferite comunități atât în mod pozitiv, cât și negativ.

Sarcina de grup: Participanții sunt împărțiți în grupuri de 3-4 persoane. Fiecare grup primește:

- 2-3 exemple din mass-media
- Fișă: Fișă de reflecție asupra reprezentării în mass-media

Facilitatorul le cere să:

- Analizeze reprezentarea grupurilor identitare.
- Evalueze tonul și reprezentarea (pozitivă/negativă/stereotipică).
- Să scrie legende sau critici media pentru a le afișa împreună cu eșantioanele.

Grupurile prezintă apoi analiza lor și adaugă exemplele lor la un „perete colectiv al galeriei media".

**Pasul 3: Cartografierea reprezentării și discuție de grup (20 de minute)**
Fiecare grup primește o categorie de identitate (de exemplu, tineri romi, fete în STEM, tineri LGBTQ+). Ei reflectează asupra unor întrebări precum:

- Cum este de obicei prezentat acest grup în mass-media mainstream?
- Sunt prezentați ca factori de contribuție sau ca probleme?
- Ce perspective lipsesc?

Echipele mici împărtășesc 2-3 idei cheie cu întregul grup. Facilitatorul cartografiază tiparele repetate sau vocile lipsă pe un flipchart.

**Pasul 4: Reflecție creativă – „Oglindește ceea ce lipsește" (20 de minute)**
Participanții scriu un titlu imaginar din mass-media sau o legendă pentru rețelele sociale care reflectă identitatea lor personală sau comunitatea așa cum ar dori să fie văzută. Formate permise:

- Titlu (de exemplu, „Studenții romi conduc mișcarea climatică")
- Paragraf scurt, citat sau legendă

Participanții își afișează reflecțiile pe un perete sau creează un „Zine” de grup sau un poster digital, dacă timpul le permite.

## Întrebări de reflecție

- Cum v-ați simțit când ați văzut sau auzit cum este descrisă identitatea/comunitatea voastră în mass-media?
- Au existat stereotipuri care v-au surprins sau v-au provocat?
- De ce anumite voci lipsesc din narațiunile mainstream?
- Ce pot face tinerii pentru a spune povești mai exacte sau mai incluzive?
- Te simți mai încrezător acum în a identifica prejudecățile din mass-media?

- **Sursă:** Dezvoltat de PIF în contextul proiectului SHINE.

## Handout

**Reprezentarea în mass-media**

**Fișă de reflecție Secțiunea 1:**

**Sfaturi pentru facilitator:** Acest material informativ poate fi tipărit sau adaptat digital (de exemplu, Google Forms sau table colaborative).

**Informații de bază**

- Titlul/titlul știrii
- Sursa/platforma (TV, site web, rețele sociale)
- Subiectul/subiectele principale ale știrii
- Tonul general (pozitiv/neutru/negativ)
- Știrea a fost echilibrată și bazată pe fapte? (Da / Nu)

**Secțiunea 2: Listă de verificare a reprezentării**

**Marcați sau descrieți ce grupuri au fost reprezentate și în ce mod:**

- **Femei**

□ Da □ Nu
Portretizare: pozitivă / neutră / negativă / stereotipică

- **Minorități etnice**

□ Da □ Nu
Reprezentare: pozitivă / neutră / negativă / stereotipică

- **Persoane LGBTQ**

□ Da □ Nu
Reprezentare: pozitivă / neutră / negativă / stereotipică

- **Tinerii**

□ Da □ Nu
Reprezentare: pozitivă / neutră / negativă / stereotipică

- **Persoane cu dizabilități**

□ Da □ Nu
Prezentare: pozitivă / neutră / negativă / stereotipică

- **Altele (vă rugăm să specificați):**

□ Da □ Nu
Prezentare: pozitivă / neutră / negativă / stereotipică

Ai observat vreun stereotip?
.....

Ale cui voci au lipsit sau au fost excluse?
.....

**Secțiunea 3: Întrebări pentru reflecție în grup**

- Acest articol reflectă diversitatea comunității voastre?
- Cum v-ați simți dacă această poveste ar fi despre grupul vostru?
- Ce ar îmbunătăți caracterul său echitabil sau incluziv?

**Temă opțională**

- Aduceți un articol din mass-media care prezintă o reprezentare pozitivă a unui grup marginalizat.
- Scrieți o postare sau o legendă care să reflecte experiența dvs. de viață.

# 8. Fake Me Not: Supraviețuind iluziei AI

| | |
|---|---|
| **Competențe și concepte vizate** | • Competențe video în domeniul IA<br>• Vizionare critică<br>• Verificarea digitală<br>• Implicare etică în mass-media<br>• Empatie și conștientizarea impactului |
| **Obiective** | • Sensibilizarea lucrătorilor cu tinerii și a tinerilor cu privire la riscurile crescânde ale dezinformării generate de IA<br>• Educarea participanților cu privire la utilizarea etică a mass-media și pericolele manipulării prin intermediul IA<br>• Să ofere tinerilor instrumente practice pentru a detecta și a răspunde la deepfake-uri<br>• Să promoveze responsabilitatea digitală atunci când interacționează cu conținutul media și îl distribuie<br>• Explorarea impactului emoțional și social al deepfake-urilor, folosind exemple din viața reală |
| **Instrumente, surse** | Proiector și difuzoare, laptop cu acces la internet, smartphone-uri/tabletă (opțional). Flipchart sau tablă albă cu markere.<br>Exemple de videoclipuri deepfake descărcate în prealabil<br>Acces la instrumente: Fact Check Tools (google.com), Deepware Scanner, Snopes. Fișe de test și pixuri |
| **Instrumente, surse** | Tipărituri cu studii de caz (exemple reale de prejudicii legate de deepfake)<br>Fișa 1: Cum să identificați un deepfake – listă de verificare<br>Fișa 2: Referință rapidă pentru instrumente<br>Fișa 3: Îndemnuri pentru partajarea responsabilă |
| **Durată** | 85 minute |
| **Număr de participanți** | 10-35 persoane, cu vârsta peste 18 ani |
| **Handout** | Handout 1: How to Spot a Deepfake Checklist<br>Handout 2: Tool Quick Reference<br>Handout 3: Responsible Sharing Prompts<br>Handout 4: Icebreaker Quiz - Do You Know Deepfakes?<br>Handout 5: Role Play Scenarios – “What Would You Do?” |

# Descriere

**Pasul 1: Test de spargere a gheții (10 minute)**

Facilitatorul începe sesiunea cu un scurt test interactiv (Fișa 4) pentru a evalua cunoștințele inițiale ale participanților despre videoclipurile generate de IA și dezinformare.

*Sfaturi pentru facilitator: Acest lucru se poate face și cu ajutorul unei platforme online de quiz, cum ar fi Kahoot sau Mentimeter, pentru a-l face mai dinamic și mai competitiv.*

Participanții completează testul individual. După aceea, facilitatorul revizuiește pe scurt fiecare întrebare cu grupul timp de 5 minute, provocând discuții despre răspunsurile surprinzătoare sau eventualele neînțelegeri. Scopul este de a activa gândirea critică și curiozitatea, evaluând în același timp gradul de conștientizare al participanților cu privire la deepfake-uri și conținutul manipulat.

**Pasul 2: Compararea videoclipurilor reale cu cele false (15 minute)**
Facilitatorul prezintă 3-4 clipuri video scurte (reale și generate de IA).

- După fiecare videoclip, participanții votează dacă este „real" sau „fals".
- Facilitatorul dezvăluie răspunsul corect și explică tehnica de manipulare utilizată.
- Scurtă discuție deschisă despre ceea ce a trezit suspiciuni sau a părut credibil.

**Pasul 3: Discuție de grup despre etică și impact social (15 minute)**
Facilitatorul conduce o discuție ghidată de următoarele întrebări:

- Ce se întâmplă dacă oamenii cred videoclipurile false ale persoanelor publice?
- Cum afectează deepfake-urile încrederea în jurnalism și instituții?
- De ce oamenii distribuie conținut fals? Participanții reflectează asupra consecințelor civice și impactului psihologic.

**Pasul 4: Explorarea instrumentelor în grupuri (30 de minute)**
Facilitatorul împarte participanții în 3 grupuri. Fiecare grup explorează un instrument cu o sarcină practică.

**Grupul 1: Deepware Scanner**

- Analizați un exemplu de videoclip deepfake
- Identificați indicii de manipulare
- Concluzie: Este de încredere?

**Grupul 2: Instrumente de verificare a faptelor (google.com)**

- Găsiți articole de verificare a faptelor de la organizații de verificare a faptelor verificate și de renume
- Utilizați-l introducând cuvinte cheie, o citată sau chiar numele unei persoane
- Discutați despre neconcordanțele găsite

**Grupa 3: Snopes**

- Analizați o poveste virală din videoclipuri
- Utilizați verificarea faptelor pentru a verifica credibilitatea
- Discutați despre modul în care s-a răspândit povestea

Fiecare grup numește un purtător de cuvânt care să rezume concluziile.

**Pasul 5: Reflecție și Carta mass-media pentru tineri (10 minute)**
Facilitatorul invită fiecare participant să reflecteze și să scrie un angajament personal pe un post-it (de exemplu, „Voi verifica înainte de a distribui"). Angajamentele sunt afișate pe un flipchart sau pe perete pentru a forma o „Cartă a tinerilor pentru mass-media veridică" comună. Câțiva participanți pot să-și împărtășească angajamentele cu voce tare. Această reflecție ajută la consolidarea valorilor înainte de a trece la jocul de rol.

**Pasul 6: Joc de rol – Punerea în practică a angajamentelor noastre (5 minute)**
Facilitatorul distribuie 2 scenarii scurte (Fișa 5) care implică dezinformarea AI. În grupuri mici, participanții aleg sau li se atribuie un scenariu. Fiecare grup joacă un rol scurt, bazat pe angajamentele lor anterioare. Reprezentațiile sunt scurte (1 minut per grup), urmate de o discuție deschisă de 1-2 minute.

## Întrebări de reflecție

- Ce v-a surprins cel mai mult în timpul acestei activități?
- Ați reușit să identificați cu ușurință videoclipurile false? De ce sau de ce nu?
- Ce riscuri sociale prezintă videoclipurile deepfake?
- Care instrumente v-au fost cele mai utile?
- Ce măsuri veți lua pentru a deveni un consumator de media mai responsabil?

**Sursă:** Dezvoltat de PIF în contextul proiectului SHINE.

# Handout

**Fișă 1: Cum să recunoașteți un deepfake**

Lista de verificare pentru analiza videoclipurilor:

- Clipire nefirească sau trăsături faciale neclare?
- Iluminare/umbrire inconsistente?
- Sincronizarea audio nu corespunde cu mișcarea buzelor?
- Tonul vocii robotic sau sincope?
- Fundal static/nepotrivit?
- Este posibilă căutarea inversă a imaginii?
- Sunt utilizate instrumente de detectare?

**Fișă 2: Referință rapidă pentru instrumente**

- Deepware.ai – Scanare videoclipuri AI
- Fact Check Tools (google.com) – Înțelegeți și urmăriți conținutul deepfake
- Snopes.com – Verificarea conținutului viral

**Fișa 3: Împărtășirea responsabilă**

Întrebări. Înainte de a împărtăși, întrebați-vă:

- Cine a creat acest conținut?
- Care este scopul său?
- Ar putea acest lucru să dăuneze cuiva?
- L-am verificat?

**Fișa 4 – Test pentru spargerea gheții: Știți ce sunt deepfake-urile?**

**Instrucțiuni**

Încercuiește răspunsul corect pentru fiecare dintre următoarele întrebări. Vei discuta răspunsurile cu grupul după test:

1. **Ce este un videoclip deepfake?**
   a) Un videoclip modificat cu efecte sonore
   b) Un videoclip creat sau modificat folosind inteligența artificială
   c) Un videoclip înregistrat cu o cameră ascunsă

2. **Poate AI să genereze un videoclip în care cineva pare să spună ceva ce nu a spus niciodată?**
   a) Nu, este imposibil
   b) Doar în filme
   c) Da, folosind tehnologia deepfake

3. **Care este un semn comun al unui videoclip manipulat?**
   a) Un decor întunecat
   b) Mișcări faciale ciudate sau probleme de sincronizare a buzelor
   c) Text pe ecran

4. **Ați verificat vreodată un videoclip înainte de a-l distribui?**
   a) Da
   b) Nu
   c) Nu sunt sigur

5. **Ce părere aveți despre videoclipurile generate de IA?**
   a) Curios
   b) Îngrijorat sau nesigur
   c) Nu m-am gândit niciodată la asta

**Fișa 5: Scenarii de joc de rol – „Ce ați face?"**

Scop: În grupuri mici, participanții vor citi unul dintre scenariile de mai jos și vor discuta despre cum să reacționeze în mod etic și responsabil. Apoi, pregătiți un joc de rol de 3 minute pentru a demonstra reacția voastră pe baza angajamentului personal anterior.

Citiți scenariul și răspundeți la întrebări în grup.

Pregătiți un scurt joc de rol (maximum 1 minut) în care grupul vostru răspunde la situație în mod etic și responsabil.

Desemnați pe cineva să prezinte scenariul înainte de a-l pune în scenă.

**Scenariul A: Activistul fals**
Un videoclip devine viral, arătând un activist tânăr cunoscut care face remarci urâte despre un alt grup etnic. Acesta se răspândește rapid pe rețelele de socializare și provoacă indignare generalizată. Ulterior, experții digitali confirmă că videoclipul este un deepfake, dar multe persoane continuă să creadă că este real.

Discutați:
- Cum ar trebui să răspundă activistul?
- Ce puteți face ca utilizator responsabil al mass-media?
- Care este atitudinea etică pe care ar trebui să o adoptați atunci când cei din jurul vostru continuă să distribuie videoclipul?

**Scenariul B: Colegul de clasă în dificultate**
În chatul de grup, cineva distribuie un videoclip care pare să arate un coleg de clasă copiind la un test. Oamenii râd și îl distribuie mai departe. Colegul tău de clasă este supărat și insistă că este fals. Bănuiești că ar putea fi generat de IA.

Discutați:

- Cum ați reacționa în acel moment?
- Ce poți face pentru a-ți susține colegul de clasă?
- Cum verifici autenticitatea videoclipului înainte de a emite un judecată?

# 9. Evadarea din ecou: ieșirea din bulele digitale

| | |
|---|---|
| **Competențe și concepte vizate** | • Alfabetizare media<br>• Conștientizarea algoritmilor<br>• Gândire critică<br>• Cetățenie digitală |
| **Obiective** | • Înțelegerea influenței algoritmilor și a camerelor de ecou în formarea percepției și consolidarea prejudecăților<br>• Promovarea diversității mass-media și a reflecției critice asupra propriilor obiceiuri digitale<br>• Împuternicirea tinerilor pentru a deveni contribuitori activi și etici la sfera publică digitală |
| **Materiale necesare** | Proiector sau Smartboard (pentru videoclipuri scurte și instrumente de simulare). Laptopuri/tabletele conectate la internet, markere, bilețele adezive, flip chart-uri. Articole de știri (digitale sau tipărite) din diferite surse (de stânga/centru/dreapta). Simulator de flux de conținut bazat pe inteligență artificială (opțional: de exemplu, TheirTube). Cronometru/ceas.<br>Difuzoare sau căști (opțional) |
| **Instrumente, surse** | Fișă tipărită 1: Fișă de reflecție privind camera de ecou<br>Fișă 2: Rezumatul planului de evadare |
| **Durată** | 90 minute |
| **Număr de participanți** | 8-20 persoane, cu vârsta peste 18 ani |
| **Handout** | Fișă tipărită 1: Fișă de reflecție privind camera de ecou<br>Fișă 2: Rezumatul planului de evadare |

## Descriere

**Pasul 1: Quiz pentru spargerea gheții și introducere în Echo Chambers (10 minute)**

Facilitatorul organizează un sondaj sau un quiz live (prin Kahoot sau Mentimeter) cu întrebări precum:

- Ce platforme de socializare folosești cel mai des?
- Ați distribuit vreodată ceva care s-a dovedit a fi fals?
- Cât de încrezător sunteți în a identifica știrile false?

Apoi, introduce conceptele de bază: camerele de ecou, bulele de filtrare și dezinformarea.

Facilitatorul ar trebui să utilizeze 1-2 exemple concrete (de exemplu, manipularea videoclipurilor TikTok sau a titlurilor) și să fie atent să abordeze opiniile sensibile cu respect și grijă. Facilitatorul poate distribui participanților Fișa 1 pentru auto-reflecție.

**Pasul 2: Compararea știrilor false (25 de minute)**
Facilitatorul împarte participanții în grupuri mici. Fiecare grup primește două știri contrastante pe aceeași temă (una neutră/factuală, una înșelătoare).

Participanții trebuie să analizeze:
- Este factuală sau înșelătoare? De ce?
- Sunt folosite emoțiile pentru a manipula?
- Titlurile/imaginile exagerează sau distorsionează mesajul?
- Cum ar putea acest lucru să întărească convingerile preexistente ale cuiva?

Facilitatorul ghidează o scurtă prezentare și subliniază modul în care camerele de ecou permit răspândirea necontestată a unui astfel de conținut.

**Pasul 3: Harta oglinzii mediatice (20 minute)**
Fiecare participant creează propria „hartă media" cu următoarele informații:
- Sursele preferate de știri sau influențatori
- Platformele pe care le utilizează
- Tipurile de conținut care îi atrag atenția (factuale, emoționale, senzaționale)

Apoi, formează perechi sau se alătură grupurilor (același grup ca în pasul 2) pentru a compara tiparele:
- Sursele lor sunt diferite?
- Urmăresc voci care le contestă opiniile?
- Ce conținut evită sau nu urmăresc?

Opțional: Vizualizați gruparea ideologică pe un flipchart comun.

În timpul activității de grup de comparare a mass-media, participanții pot alege un eveniment actual (de exemplu, migrația, protestele, schimbările climatice) și pot compara modul în care acesta este acoperit de 3 mass-media diferite.

Pentru fiecare mijloc de informare, participanții discută și notează:
1. Numele canalului media
2. Tonul utilizat: neutru / emoțional

3. Cadrul: Cine este prezentat ca fiind „corect” sau „greșit”?
4. Imaginile sau titlurile utilizate
5. Ce a fost omis sau ignorat?

Întrebare pentru discuția de grup: Cum influențează diferitele instituții mass-media modul în care înțelegem același eveniment?

**Pasul 4: Discuție ghidată și planificare strategică de grup (20 de minute)**
Facilitatorul conduce discuția:

- Cum prosperă dezinformarea în medii polarizate?
- Ce riscuri prezintă conținutul fals, dar persuasiv din punct de vedere emoțional?
- *Platformele fac suficient pentru a preveni știrile false?*
- *Ce puteți face pentru a preveni răspândirea acestora?*

Apoi, cere fiecărui grup (aceleași grupuri ca în pașii 2 și 3) să propună 2-3 strategii pentru „spargerea balonului” și diversificarea conținutului.

**Pasul 5: Reflecție personală și plan de evadare (15 minute)**
Distribuiți Fișa 2: Rezumatul planului de evadare.

Fiecare participant reflectează asupra:

- O narațiune falsă pe care a văzut-o recent
- Trei acțiuni pe care se angajează să le întreprindă pentru a-și diversifica sursele media
- O nouă sursă sau voce pe care intenționează să o urmărească

Participanții își împărtășesc angajamentele în mod voluntar într-un cerc sau le postează pe un „Perete al angajamentelor pentru o abordare media echilibrată”.

## Întrebări de reflecție

- Cum v-ați simțit comparând diferite perspective media?
- Ați observat prejudecăți sau manipulare emoțională?
- Ce tipare ați descoperit în bula voastră media?
- Crezi că obiceiurile tale digitale îți limitează viziunea asupra lumii?
- Cum pot tinerii să promoveze un dialog respectuos și informat?
- Ce acțiune vă veți angaja să întreprindeți după această sesiune?

**Sursă:** Dezvoltat de PIF în contextul proiectului SHINE.

# Handout

**Fișă 1 Fișă de reflecție privind camera de ecou**

- Care sunt cele trei surse principale de știri și informații?
  _____
  _____
  _____
- Cât de des interacționați cu conținut care vă provoacă opiniile?
  ☐ Foarte des ☐ Uneori ☐ Rar ☐ Niciodată
- Urmăriți conturi sau pagini cu opinii politice sau sociale diferite?
  ☐ Da ☐ Nu ☐ Nu sunt sigur
- Ați încetat vreodată să urmăriți sau ați blocat pe cineva din cauza opiniilor sale?
  ☐ Da ☐ Nu
- Dacă da, de ce? _____

**Fișa 2 Rezumatul planului de evadare – Ieșirea din balon**

- Enumerați trei acțiuni pe care le veți întreprinde pentru a vă diversifica consumul media și a reduce efectele camerei de ecou:
  a. _____
  b. _____
  c. _____

**Întrebare opțională:**

- Numiți un nou canal media sau o nouă voce pe care intenționați să o explorați:
  _____

# 10. Decodare și demontare: combaterea discursurilor instigatoare la ură

| | |
|---|---|
| **Competențe și concepte vizate** | • Conștientizarea formelor, canalelor și impactului discursului instigator la ură (online și offline)<br>• Principiile drepturilor omului, libertatea de exprimare și responsabilitatea civică<br>• Rezolvarea colaborativă a problemelor și gândirea critică bazată pe echipă<br>• Alfabetizare media: decodarea mesajelor, detectarea prejudecăților, manipularea emoțională și stereotipurile<br>• Creativitate și implicare civică<br>• Consolidarea empatiei și a leadershipului tinerilor |
| **Obiective** | • Să ajute tinerii să identifice și să analizeze critic diferite forme de discursuri instigatoare la ură<br>• Să promoveze înțelegerea consecințelor juridice, sociale și emoționale ale discursului instigator la ură<br>• Dezvoltarea capacității tinerilor de a colabora pentru a interpreta, evalua și răspunde la exemple din lumea reală<br>• Împuternicirea tinerilor să co-creeze alternative pozitive, bazate pe drepturi și mesaje de acțiune între egali<br>• Promovarea solidarității, ascultării active și dialogului incluziv în cadrul grupurilor de colegi |
| **Materiale necesare** | Foi A3 sau hârtie flipchart, markere colorate, bilețele adezive, acces la internet, telefoane/tabletă/laptopuri pentru cercetare, proiector (opțional) pentru afișarea mesajelor contrare create de tineri. |
| **Instrumente, surse** | „Cărți de scenarii” tipărite în format mare (exemple realiste și anonimizate din rețelele sociale, școală, spații publice)<br>Foi de reflecție și acțiune pentru fiecare grup |
| **Durata** | 90 minute |
| **Număr de participanți** | 20-30 de persoane, cu vârsta peste 18 ani |
| **Handout** | „Cărți de scenarii” tipărite<br>Ghid de decodare |

# Descriere

**IIntroducere (10 minute)**
Facilitatorul urează bun venit participanților, stabilește împreună cu aceștia reguli de bază pentru respect și siguranță și prezintă tema, explicând că discursul instigator la ură nu este întotdeauna evident. Accesibilitatea și incluziunea sunt sprijinite prin adaptarea limbajului, oferirea de suport vizual/scris, avertismente privind conținutul și opțiuni de renunțare.

**Faza de decodificare (25 minute)**
Participanții sunt împărțiți în grupuri mici și primesc carduri cu scenarii cu exemple fictive, dar realiste, de discursuri de ură online/offline. Sarcina lor este de a interpreta mesajele identificând ținta, intenția și impactul, evaluând dacă acestea constituie discursuri de ură, discursuri jignitoare sau discursuri în limita libertății de exprimare și verificând dacă există stereotipuri sau dezinformări. Răspunsurile sunt înregistrate pe foi de flipchart.

**Galerie și feedback (15 minute)**
Grupurile își prezintă analiza într-o galerie, unde participanții citesc, comentează sau reacționează cu autocolante. Facilitatorul evidențiază diferențele de interpretare și invită la scurte reflecții.

**Răspuns creativ de contra-discurs (20 de minute)**
Fiecare grup selectează un exemplu și elaborează un răspuns creativ de contra-discurs (de exemplu, un meme, un slogan, un poster, un scenariu video sau o legendă) care se concentrează pe solidaritate și empatie.

**Prezentări de grup și discuții (10 minute)**
Grupurile prezintă sau expun produsele lor, urmate de o discuție despre ceea ce le-a surprins, ce anume urmăresc să schimbe mesajele lor și ce impact prevăd în comunitățile lor.

**Reflecție și planificare a acțiunilor (10 minute)**
Sesiunea se încheie cu o reflecție asupra emoțiilor, dezacordurilor și abilităților transferabile pentru spații digitale și sociale respectuoase. Ca extensie opțională, grupurile pot împărtăși contra-discursul lor dincolo de sesiune (de exemplu, pe rețelele sociale cu un hashtag al proiectului sau în școli/cluburi de tineret) pentru a conecta învățarea cu schimbarea din lumea reală.

# Întrebări de reflecție

- Ce face dificilă definirea discursului de ură în viața reală?
- Cum a gestionat grupul tău dezacordurile cu privire la mesaje?
- Ce emoții au apărut la analizarea conținutului din lumea reală?
- Cum răspundem la discursul de ură fără a-i reduce la tăcere pe ceilalți?
- Ce rol putem juca în crearea unor spații digitale mai respectuoase?

**Sursă:** Dezvoltat de EAAD în contextul proiectului SHINE.

# Handout

**Handout: Ghid pentru decodarea discursurilor instigatoare la ură**

**Definiții**

**DISCURS INSITGATOR LA URĂ**

Discursul instigator la ură cuprinde toate formele de exprimare care răspândesc, incită, promovează sau justifică ura rasială, xenofobia, antisemitismul sau alte forme de ură bazate pe intoleranță, inclusiv intoleranța exprimată prin naționalism agresiv și etnocentrism, discriminare și ostilitate față de minorități, migranți și persoane de origine imigrantă. Consiliul Europei (Recomandarea Comitetului de Miniștri R(97)20).

**LIMBAJ OFENSATOR**

Discursul ofensator se referă la expresii care pot insulta, provoca sau supăra persoane sau grupuri, adesea din cauza opiniilor puternice, satirei sau punctelor de vedere controversate. Deși un astfel de discurs poate fi dăunător sau diviziv din punct de vedere social, acesta nu depășește pragul legal al incitării la ură, discriminare sau violență și este de obicei protejat de libertatea de exprimare. Corespunde principiilor cheie din cadrul CEDO și al ONU.

**DISCUȚII PROTEJATE**

Discursul protejat este o expresie protejată legal în temeiul legilor internaționale și naționale care garantează libertatea de exprimare, inclusiv opiniile sau ideile care pot fi critice, nepopulare sau jignitoare. Acesta rămâne protejat atâta timp cât nu incită la violență, ură sau discriminare și nu încalcă drepturile și siguranța altora.

**INCITARE**

Incitarea la violență se referă la orice formă de exprimare – verbală, scrisă, vizuală sau digitală – care încurajează, promovează sau îndeamnă în mod activ alte persoane să comită acte de violență, ură sau discriminare împotriva unor indivizi sau grupuri pe baza trăsăturilor de identitate (cum ar fi rasa, religia, sexul,

orientarea sexuală sau naționalitatea). Aceasta depășește pragul legal al discursului protejat și poate constitui o infracțiune penală în conformitate cu legislația internațională și națională.

**CONTRA-DISCURS**

Contra-discursul este un răspuns non-violent, bazat pe drepturile omului, la discursul instigator la ură. Acesta folosește cuvinte, imagini, povești sau fapte pentru a contesta ideile pline de ură, pentru a apăra comunitățile vizate și pentru a promova valori pozitive precum respectul, empatia și incluziunea. Scopul său nu este cenzura, ci oferirea unui răspuns bazat pe adevăr, creativitate și solidaritate — demonstrând că ura poate fi combătută prin umanitate.

**Decodorul discursului instigator la ură – Instrument de analiză în 4 pași**

Utilizați aceste patru perspective pentru a vă ghida activitatea de grup:

1. **ȚINTA**
- Despre cine se vorbește sau cine este atacat?
- Este vorba despre o persoană sau un grup?
- Este vorba despre un grup marginalizat sau protejat?

2. **INTENȚIE**
- Mesajul încearcă să provoace, să excludă sau să facă rău?
- Este menit să fie amuzant, politic, șocant sau plin de ură?
- Ar putea fi interpretat diferit de către diferite persoane?

3. **IMPACT**
- Cum ar putea afecta acest mesaj pe cineva care îl vede?
- Consolidează stereotipuri dăunătoare sau frică?
- Ar putea duce la prejudicii sau discriminare în lumea reală?

4. **CONTEXT**
- Cine a spus acest lucru și unde? (Anonim? Influencer? Școală? Public?)
- Această persoană se află într-o poziție de putere față de grupul vizat?
- Care este contextul social sau politic al mesajului?

**Handout: Carduri cu scenarii**

**"„Voi nu învățați niciodată”**

„Voi nu învățați niciodată să respectați regulile. Nu e de mirare că țara se destramă.”

*Context: Comentariu pe Facebook sub un articol despre o manifestație organizată de un grup de susținere a refugiaților.*

**Comentariu pe TikTok – „Glumeam doar”**
„Liniștește-te, e doar o glumă. Dacă nu poți să o accepți, poate că nu ai ce căuta pe internet.”
*Context: Răspuns la un utilizator care a semnalat un meme transfob în comentarii.*

**Comentariu pe YouTube despre un activist pentru drepturile persoanelor cu dizabilități**
„De ce ar trebui să-i tratăm ca pe niște eroi doar pentru că există?”
*Context: Comentariu sub o conferință TED Talk a unui vorbitor cu dizabilități fizice.*

**Secțiunea de comentarii a unui articol de știri**
„Dacă nu vă plac tradițiile noastre, întoarceți-vă în țara voastră.”
Context: Comentariu sub un articol de știri local despre acomodările religioase în școlile publice.

**Comentariu pe YouTube**
„Persoanele cu probleme de sănătate mintală nu ar trebui să aibă dreptul să predea. Sunt instabile.”
*Context: Comentariu la un videoclip TED Talk al unui profesor despre anxietate. Comentatorul se identifică ca părinte.*

**Tweet by a Comedian**
„Mă identific ca miliardar – unde sunt banii mei, fulgi de zăpadă (snowflake - aluzie la o persoană care ofensează foarte ușor)?”
*Context: O personalitate publică care ironizează politica identitară. Unii râd, alții o consideră transfobică și disprețuitoare.*

**Comentariu la un videoclip de reacție pe YouTube**
„Femeile din ziua de azi plâng pentru orice. E mai greu să fii bărbat – nimeni nu ne lasă în pace.”
*Context: Comentariu sub un videoclip despre femeile care se confruntă cu hărțuirea la locul de muncă.*

**Citat din discuția din clasă**
„Nu sunt rasist – doar cred că oamenii ar trebui să rămână în țările lor. Nu e ură, e bun simț.”
*Context: Afirmație făcută în timpul unei discuții de grup despre politicile de migrație.*

# Diversitate, pace și dezvoltare durabilă

Această secțiune a setului de instrumente de formare este special concepută pentru a sprijini lucrătorii de tineret și educatorii în îndrumarea tinerilor către o înțelegere mai profundă și o implicare activă în principiile diversității, păcii și dezvoltării durabile. Ea oferă instrumente practice, activități și resurse axate pe acceptarea diversității sociale și culturale, promovarea unei culturi a păcii și a non-violenței, încurajarea stilurilor de viață durabile și cultivarea unui puternic simț al responsabilității față de mediu. Prin integrarea acestor teme vitale în educația și dezvoltarea tinerilor, această secțiune își propune să ofere facilitatorilor mijloacele necesare pentru a inspira gândirea critică, empatia și acțiunile responsabile în rândul următoarei generații de cetățeni globali.

Se acordă o atenție deosebită dezvoltării abilităților de participare la dezbateri, descoperirea și comunicarea argumentelor și apărarea propriilor poziții. În această parte, accentul se pune pe dezvoltarea abilităților de comunicare de bază și utilizarea acestora pentru a construi o comunitate în jurul unor probleme sociale și etice specifice.

# 11. Reducerea decalajului: dialogul între tineri și comunitate

| | |
|---|---|
| **Competențe și concepte vizate** | • Gândire critică<br>• Empatie și conștientizare interculturală<br>• Rezolvarea conflictelor și consolidarea păcii<br>• Comunicare și lucru în echipă<br>• Înțelegerea incluziunii sociale și participarea la procesele democratice |
| **Obiective** | • Încurajarea tinerilor și a factorilor de decizie locali să reflecteze împreună asupra nevoilor și aspirațiilor comunității<br>• Crearea unui spațiu pentru dialog deschis între diferite grupuri sociale<br>• Consolidarea înțelegerii reciproce și a procesului decizional colaborativ<br>• Promovarea incluziunii și reprezentării în discursul public<br>• Sprijinirea aplicării practice a valorilor precum respectul pentru diversitate și egalitate |
| **Materiale necesare** | Flipcharturi sau foi mari de hârtie, markere, pixuri, bilețele adezive. Instrumente de colaborare vizuală (opțional: Canva, Miro). Proiector sau tablă albă (dacă este disponibilă) |
| **Instrumente, surse** | Fișă de lucru tipărită «De la viziune la acțiune» |
| **Durată** | 120 minute |
| **Număr de participanți** | 20-30 persoane |
| **Handout** | Fișă de lucru tipărită «De la viziune la acțiune» |

## Descriere

„Tineretul și comunitatea în dialog” este o activitate de simulare bazată pe dialog, în cadrul căreia tinerii, prezentați ca autorități locale, explorează în colaborare viziuni pentru un viitor mai incluziv. Participanții creează împreună soluții prin povestiri, schimb de perspective și gândire vizuală.

**Pasul 1: Introducere (10 minute)**
Facilitatorul explică scopul sesiunii și valorile fundamentale (participare, diversitate, incluziune).

Activitate rapidă de spargere a gheții: „Două adevăruri și un viitor" – fiecare participant împărtășește două fapte despre comunitatea sa și o speranță pentru viitor.

**Pasul 2: Prezentarea realităților actuale (40 de minute)**
Facilitatorul împarte participanții în două grupuri: tineri și lideri comunitari.

Fiecare grup identifică și discută:
- Provocările majore cu care se confruntă comunitatea
- Ce înseamnă incluziunea în viața lor de zi cu zi
- Ce lipsește în ceea ce privește participarea sau reprezentarea

Fiecare grup prezintă pe scurt punctele cheie (5 minute per grup). Facilitatorul creează un flipchart comun.

**Pasul 3: Viziunea asupra viitorului (40 de minute)**
Se formează grupuri mixte mici (3-5 persoane, combinând ambele medii)..

Fiecare grup este rugat să-și imagineze:
- Cum ar arăta o comunitate ideală și incluzivă?
- Ce ar face ca toată lumea să se simtă în siguranță, ascultată și implicată?

Folosind materiale de desen sau instrumente online, participanții trebuie să-și reprezinte vizual viziunea asupra viitorului (de exemplu, o hartă mentală, un arbore simbolic sau un mini poster).

**Pasul 4: Co-crearea soluției (30 de minute)**
Rămânând în grupuri mixte, participanții identifică acum:
- O acțiune mică și una îndrăzneață care ar putea contribui la realizarea viitorului pe care și-l imaginează
- Cine ar trebui să fie implicat în această schimbare?
- Cum să se asigure că nimeni nu este lăsat pe dinafară

**Grupurile își prezintă acțiunile ca într-o „conferință TED comunitară".**

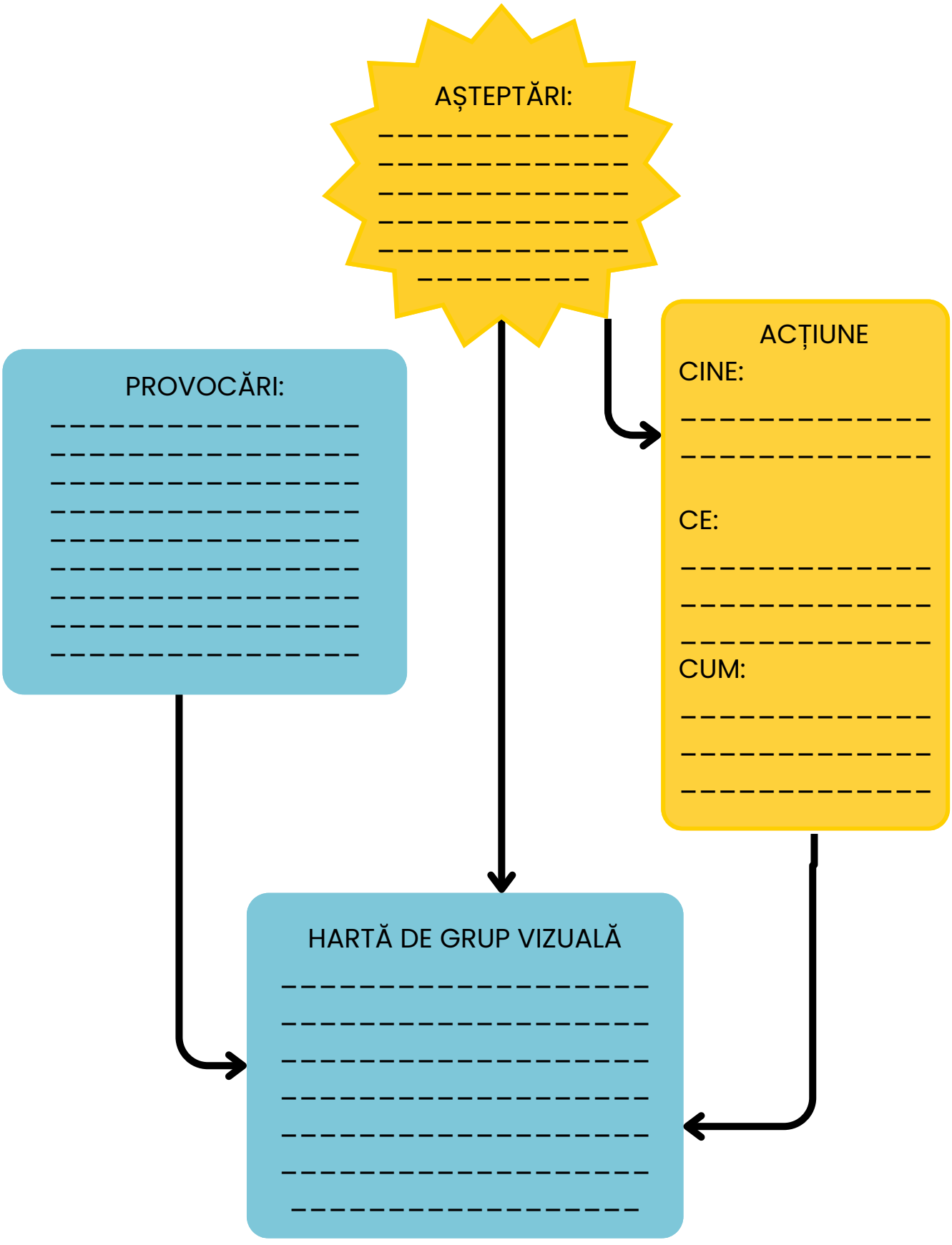
# Întrebări de reflecție

- Ce v-a surprins în discuțiile de astăzi?
- Ați auzit vreo perspectivă pe care nu o luaseți în considerare până acum?
- Ce rol pot juca tinerii în formarea unor comunități mai incluzive?
- Cum pot liderii locali să rămână responsabili față de viziunile pe care le-ați împărtășit?
- La ce acțiune vă puteți angaja după această sesiune?

**Sursă:** Dezvoltat de NH în contextul proiectului SHINE.

## Handout

# DE LA VIZIUNE LA ACȚIUNE



# 12. Misiune improbabilă: VOCI ÎN THE CERC

| | |
|---|---|
| **Competențe și concepte vizate** | • Ascultare activă<br>• Empatie și reflecție<br>• Respectul pentru perspective diferite<br>• Colaborare<br>• Comunicare incluzivă<br>• Coeziunea grupului și consolidarea încrederii |
| **Obiective** | • Încurajarea exprimării creative și a colaborării spontane<br>• Promovarea încrederii, coeziunii și sprijinului reciproc în cadrul grupului<br>• Dezvoltarea ascultării active și a adaptabilității<br>• Introducerea valorilor europene fundamentale într-un mod ușor și captivant |
| **Materiale necesare** | Scaune aranjate în cerc. Spațiu liniștit și confortabil. Opțional: flipchart sau post-it-uri pentru acordurile de grup sau temele poveștilor |
| **Instrumente, surse** | Cărți Twist (șablon)<br>O foaie de reflecție de o pagină: „Ce am învățat despre mine și despre ceilalți în timpul cercului de povestiri?”<br>Teme sugerate și începuturi de povestiri pentru sesiunile viitoare |
| **Durată** | 60 minute |
| **Număr de participanți** | Până la 30 de persoane, cu vârsta peste 16 ani |
| **Handout** | Cărți Twist |

## Descriere

TAceastă activitate se bazează pe creativitate și haos. Prin povestiri, tinerii vor intra într-un scenariu imaginar, care începe într-un cadru foarte real și familiar: *sosirea la un proiect sau un schimb, întâlnirea cu oameni noi din toată Europa și încercarea de a înțelege totul.*

Dar iată surpriza: lucrurile nu vor rămâne realiste pentru mult timp.

Pe măsură ce povestea se desfășoară, vor apărea evenimente neașteptate. Este distractiv, rapid și total imprevizibil. Dar, dincolo de umor, participanții învață ceva mai profund: cum să asculte, să colaboreze, să rămână deschiși și să accepte neprevăzutul atunci când lucrează în contexte interculturale.

Nu este nevoie să fii un „povestitor" pentru a participa – este suficient să ai puțină imaginație și simțul umorului.

**Pasul 1 – Încălzire (10 minute)**
Facilitatorul începe prin a stabili contextul:
*„Aceasta este o provocare de povestire. Împreună, vom crea o aventură ridicolă, dar cumva familiară. Ea începe într-o situație pe care s-ar putea să o cunoașteți – sosirea într-o țară nouă pentru un proiect, întâlnirea cu o echipă din diferite țări și apoi... lucrurile încep să devină ciudate."*

Apoi, facilitatorul pune grupului câteva întrebări de încălzire pentru a stârni ideile:

- *„Ce s-a întâmplat amuzant sau neașteptat în timpul unei călătorii sau al unui schimb?"*
- *„Ce pare să aibă fiecare proiect – sau ce se uită întotdeauna? (de exemplu, autobuze întârziate, activități de spargere a gheții incomode, lipsa Wi-Fi-ului, flipchart-uri nesfârșite...)"*

Se stabilesc câteva reguli de bază pentru ca grupul să se simtă în siguranță și susținut:

- Bazați-vă pe ceea ce spun ceilalți – „da, și..."
- Fii amabil și incluziv – toate ideile sunt binevenite.
- Este în regulă să fii prostuț – ciudățenia face parte din distracție.

**Pasul 2 – Începe povestea (45 de minute)**
Invitați un participant să înceapă povestea cu o propoziție simplă și realistă. Ceva care să semene cu prima frază dintr-o conversație obișnuită sau dintr-o experiență de formare... care poate sau nu să degenereze în haos.

Câteva exemple de începuturi:

- *„Am ajuns la centrul de proiect, dar nu era nimeni acolo..."*
- *„Era prima zi de formare, iar echipa era formată din 16 persoane din 12 țări."*
- *„Credeam că va fi o seară culturală obișnuită..."*

Fiecare persoană adaugă o propoziție, în sensul acelor de ceasornic, continuând povestea.

Facilitatorul prezintă cărțile Twist.

Acum urmează partea distractivă. Pe măsură ce povestea avansează, facilitatorul joacă rolul de „generator de haos", scoțând o carte Twist la fiecare câteva rânduri — sau ori de câte ori grupul are nevoie de un impuls creativ.

Fiecare twist introduce o nouă dezvoltare neașteptată care trebuie încorporată în poveste de la acel moment încolo.

Exemple de cărți Twist:

- *„Ați fost confundați cu delegații oficiali la un summit european. Securitatea vă caută."*
- *„O capră îmbrăcată într-un hanorac Erasmus+ a preluat controlul situației."*
- *„Ați urcat în trenul greșit. Acum vă îndreptați spre o destinație misterioasă — și nimeni nu are internet."*
- *„Pentru a avansa, echipa voastră trebuie să interpreteze o melodie din cel puțin trei state membre."*
- *„Vama nu vă va lăsa să treceți decât dacă explicați proiectul vostru... prin dans interpretativ."*

**Sfat pentru facilitator:** Puteți crea propriile carduri sau puteți ruga participanții să vină cu câteva înainte de începerea poveștii. Cu cât sunt mai jucăușe și mai neașteptate, cu atât mai bine.

**Pasul 3 – Concluzionați aventura (5 minute)**
Ajută grupul să încheie povestea. Acest lucru se poate întâmpla după ce toată lumea a vorbit cel puțin o dată sau când povestea ajunge în mod natural la o concluzie bizară, dar satisfăcătoare.

Puteți ghida această parte spunând ceva de genul:
*„Să încercăm să găsim un punct final potrivit – cum se termină totul? Ajung la prezentarea finală? Salvează situația?..."*

Scopul aici nu este o poveste perfectă – ci să se termine cu un zâmbet și un sentiment de realizare comună.

## Întrebări de reflecție

- Cum a luat formă povestea? V-a surprins?
- Ce a ajutat-o să funcționeze — sau a făcut-o mai dificilă?
- V-a amintit ceva din poveste de experiențe reale?
- Ce ne spune acest tip de creativitate de grup despre colaborarea cu persoane din medii diferite?

**Sursă:** Dezvoltat de Novi Horizont în contextul proiectului SHINE.

# Handout

**Carduri Twist**

| **Misiune improbabilă: carduri Twist** |
| --- |
| Twist 1: Ați fost confundați cu delegații oficiali la un summit european. Securitatea vă caută. |
| Twist 2: O capră îmbrăcată într-un hanorac Erasmus+ a preluat controlul asupra situației. |
| Răsturnare de situație 3: Ați urcat în trenul greșit. Acum vă îndreptați spre o destinație misterioasă – și nimeni nu are internet. |
| Răsturnare de situație 4: Pentru a merge mai departe, echipa voastră trebuie să interpreteze o melodie din cel puțin trei state membre. |
| Răsturnare de situație 5: Vama nu vă lasă să treceți decât dacă explicați proiectul vostru... prin dans interactiv. |
| Răsturnare de situație 6: Tocmai au aterizat extratereștrii. Vor să se alăture proiectului tău comunitar – ce rol vor primi? |
| Răsturnare de situație 7: Descoperă că bugetul tău a fost înlocuit în întregime cu monede de ciocolată. |
| Răsturnare de situație 8: Dintr-o dată, toată lumea vorbește numai în rime – cum continuați discuția? |
| Răsturnare de situație 9: Se oprește curentul electric. Acum, ideea voastră trebuie să funcționeze fără niciun fel de tehnologie. |
| Răsturnare de situație 9: Trebuie să-ți prezinți proiectul... ca pe o rețetă de gătit. |
| Răsturnare de situație ??<br><br>Spațiu pentru propria ta întorsătură. |
| Răsturnare de situație ??<br><br>Spațiu pentru propria ta întorsătură. |

# 13. Putem prevedea provocările viitoare?

| | |
|---|---|
| **Competențe și concepte vizate** | • Gândire critică și rezolvarea problemelor<br>• Ascultare activă<br>• Munca în echipă și empatie<br>• Dialog intercultural |
| **Obiective** | • Creșterea gradului de conștientizare cu privire la provocările comune și posibilele soluții sociale<br>• Promovarea incluziunii sociale prin reflecție colectivă<br>• Conectarea perspectivelor personale ale tinerilor cu valorile europene fundamentale: pace, non-violență, diversitate<br>• Utilizarea metodelor creative pentru a arăta cum schimbarea socială poate fi modelată prin acțiuni colective |
| **Materiale necesare** | Hârtie pentru flipchart, hârtie A4, creioane și markere colorate, laptopuri/tabletă sau smartphone-uri, acces la Canva (sau instrumente vizuale similare). |
| **Durată** | 120 minute |
| **Număr de participanți** | 20 de persoane, cu vârsta peste 18 ani |

## Descriere

În cadrul acestei activități creative, participanții intră în rolul unor jurnaliști din anul 2040. Sarcina lor este de a raporta modul în care provocările sociale actuale – precum discriminarea, inegalitatea sau excluziunea digitală – au fost abordate cu succes prin soluții incluzive, pașnice și inovatoare.

De exemplu, un grup ar putea alege „șomajul în rândul tinerilor” ca temă. Știrea lor din viitor ar putea descrie modul în care, până în 2040, tinerii din toată Europa au obținut acces la locuri de muncă prin programe de educație digitală, întreprinderi conduse de tineri și investiții comunitare, ceea ce a dus la societăți mai puternice, mai egale și mai conectate.

Prin crearea de titluri de știri, articole sau episoade de podcast fictive, tinerii explorează gândirea anticipativă, reflecția critică și valorile diversității, păcii și justiției sociale într-un mod jucăuș și imaginativ.

**Pasul 1: Încălzire – „Instantanee din viitor” (5 minute)**
Facilitatorul le cere participanților să închidă ochii și, ghidați de indicații, să-și vizualizeze comunitatea din 2040:

- Ce provocări ați rezolvat?
- Ce noi oportunități există?

Participanții împărtășesc un cuvânt sau o frază care reprezintă viitorul pe care și-l imaginează.

Exemplu: Un participant spune „Oportunitate” – imaginându-și un viitor în care toți tinerii au acces la locuri de muncă, indiferent de mediul din care provin.

**Pasul 2: Formarea grupurilor și selectarea provocării (10 minute)**
Facilitatorul împarte participanții în grupuri mici (3-5 persoane). Fiecare grup selectează o problemă socială pe care dorește să o abordeze și să o „rezolve” până în 2040.

Exemplu: Un grup se concentrează pe „șomajul în rândul tinerilor”, în special în comunitățile marginalizate.

Facilitatorul oferă carduri cu sugestii pe teme precum „Provocări sociale și culturale”, „Provocări economice și digitale” și „Pace, siguranță și sănătate mintală” sau încurajează brainstormingul pentru a ajuta grupurile să facă alegerile.

**Pasul 3: Proiectarea „poveștii viitorului” (75 de minute)**
Grupurile își imaginează că se află în anul 2040 și că problema lor a fost rezolvată cu succes. Ele discută:

- Care a fost soluția?
- Cine a condus sau a contribuit la aceasta?
- Ce s-a schimbat acum în societate?

Grupurile elaborează un titlu și un articol scurt sau un scenariu de podcast care descrie povestea de succes, folosind instrumente precum flipcharturi, Canva, instrumente de desen, note vocale sau citate fictive.

**Exemplu de titlu:** „Tineretul european preia inițiativa: rata de ocupare a forței de muncă de 98 % a fost atinsă prin incluziune digitală și inovare socială”.

**Exemplu de conținut:** Grupul creează un articol fictiv despre o inițiativă la nivel european lansată în 2025, care oferea programe gratuite de programare și antreprenoriat tinerilor defavorizați. Până în 2040, programul a dus la crearea a mii de întreprinderi sociale conduse de tineri, reducând drastic șomajul și împuternicind comunitățile.

**Pasul 4: Prezentarea știrilor (30 de minute)**
**Fiecare grup prezintă întregului grup știrea pe care o va realiza. Aceasta poate fi:**

- O prezentare live (în stilul prezentatorilor de știri)
- O lectură a articolului lor
- O scurtă redare audio podcast
- O prezentare vizuală sau un sketch

**Exemplu:** Grupul care se ocupă de șomajul în rândul tinerilor prezintă un segment de „știri de ultimă oră" cu doi prezentatori și un invitat „intervievat" – un antreprenor tânăr fictiv din 2040 care explică modul în care educația incluzivă i-a transformat viața.

## Întrebări de reflecție

- Ce valori s-au reflectat în povestea voastră?
- Ce ar trebui să se întâmple astăzi pentru ca viitorul pe care ți l-ai imaginat să devină posibil?
- Cum pot tinerii să participe la această schimbare acum?
- Cum a inclus soluția ta pacea, diversitatea sau incluziunea?

**Sursă:** Dezvoltat de Novi Horizont în contextul proiectului SHINE.

# 14. Plimbarea decalajului de gen

| | |
|---|---|
| **Competențe și concepte vizate** | • Reflecție critică<br>• Capacitatea de a adopta perspective diferite și inteligența emoțională<br>• Conștientizarea de sine cu privire la egalitate și incluziune |
| **Obiective** | • Să permită participanților să pătrundă în experiențele trăite de persoane de genuri diferite și să se cufunde în realitățile și provocările sociale legate de gen<br>• Să ajute participanții să recunoască avantajele și dezavantajele tangibile asociate rolurilor de gen, așteptărilor și inegalităților sistemice<br>• Să faciliteze adoptarea perspectivei, permițând participanților să se conecteze emoțional cu modul în care genul influențează oportunitățile, siguranța, libertatea de alegere și percepția socială<br>• Să încurajeze participanții să examineze critic propriile presupuneri, prejudecăți și poziții legate de gen<br>• Să încurajeze reflecția asupra comportamentelor și atitudinilor cotidiene care pot promova sau împiedica egalitatea de gen în diferite contexte |
| **Materiale necesare** | Markere, bandă adezivă<br>„Cărți de rol” și „flori ale privilegiilor” tipărite (în număr egal cu numărul participanților)<br>O melodie de fundal atent selectată pentru partea interactivă<br>Bomboane / bucăți de ciocolată (sau orice altceva care poate fi folosit ca reprezentare fizică a „punctelor”) |
| **Instrumente, surse** | Flori privilegiate Fișe, Cărți de rol |
| **Durată** | 75-90 minute |
| **Număr de participanți** | 15 – 30 de tineri, facilitatori, educatori |
| **Handout** | Flori privilegiate Fișe<br>Cărți de rol |

# Descriere

**Faza 1: Plimbarea diferențelor de gen – parte individuală**
Fiecare participant primește o carte de rol care descrie personajul său pe durata activității. Participanții sunt apoi rugați să se gândească la un nume pentru personajul lor după ce citesc rolul.

Fiecare participant primește un material informativ intitulat (Floarea privilegiilor). Facilitatorul îi informează că li se vor pune o serie de întrebări – în funcție de răspunsul Da sau Nu, vor primi puncte plus sau minus. Dacă răspunsul nu este clar și ar putea fi atât „da", cât și „nu", trebuie să noteze 0.

1. Poți să te plimbi singur noaptea fără să-ți fie frică? *Da: +3, Nu: -3, Nesigur: 0*
2. Poți să-ți exprimi deschis tristețea, frica sau vulnerabilitatea fără a fi judecat ca fiind slab? *Da: +2, Nu: -2, Nesigur: 0*
3. Oamenii se așteaptă ca tu să îți asumi mai multe responsabilități casnice sau de îngrijire decât alții din cauza genului tău? *Da: -1, Nu: +1, Nesigur: 0*
4. Ți s-au pus vreodată întrebări despre planurile tale familiale în timpul unui interviu de angajare? *Da: -2, Nu: +2, Nu sunt sigur: 0*
5. Mass-media, industria divertismentului și liderii reprezintă persoanele de genul tău în mod echitabil și respectuos? *Da: +2, Nu: -2, Nu sunt sigur: 0*
6. Identitatea dvs. de gen este reprezentată corect în documentele oficiale și în spațiile publice (de exemplu, toalete, formulare)? *Da: +2, Nu: -2, Nu sunt sigur: 0*
7. Puteți petrece timp în preajma copiilor (de exemplu, în parcuri sau școli) fără să vă fie teamă că veți fi privit cu suspiciune? *Da: +2, Nu: -2, Nu sunt sigur: 0*
8. Ești liber de teama violenței domestice sau a violenței din partea partenerului intim? *Da: +3, Nu: -3, Nu sunt sigur: 0*
9. Poți discuta în mod casual cu cineva pe care abia l-ai cunoscut fără să-ți faci griji că va „înțelege greșit"? *Da: +1, Nu: -1, Nu sunt sigur: 0*
10. Poți discuta despre identitatea ta de gen cu familia, colegii sau profesorii fără teama de a fi respins sau ridiculizat? *Da: +3, Nu: -3, Nu sunt sigur: 0*
11. Când descrii durerea sau disconfortul, oamenii te iau în serios, în loc să presupună că exagerezi sau că îți imaginezi? *Da: -2, Nu: +2, Nesigur: 0*
12. Ești sigur că valoarea/atractivitatea ta nu este legată de succesul financiar sau de statutul profesional? *Da: +2, Nu: -2, Nu sunt sigur: 0*
13. Așteptările sociale te fac să simți că anumite părți ale corpului tău natural/funcții corporale normale ar trebui ascunse, epilate sau „corectate"? *Da: -2, Nu: +2, Nesigur: 0*

14. Poți trăi în corpul tău fără să simți că unele dintre caracteristicile sau funcțiile sale sunt în conflict cu sentimentul de sine? *Da: +3, Nu: -3, Nesigur: 0*
15. Poți să iei decizii personale sau să te comporți într-un mod care nu corespunde așteptărilor tradiționale legate de gen fără a fi considerat „inferior" din această cauză? *Da: +2, Nu: -2, Nu sunt sigur: 0*

După ce toate întrebările au fost puse, participanții își calculează scorul total și îl notează în centrul florii. Fiecare participant primește o mică pungă cu cadouri. Apoi, facilitatorul oferă fiecărui participant câte bucăți de ciocolată/bomboane câte puncte a obținut.

**Faza 2: Plimbarea diferenței de gen – partea interactivă**
Facilitatorul le cere participanților să se împrăștie în cameră, informându-i că urmează să joace un joc. Facilitatorul explică regulile în mod clar:

- *Subliniați faptul că participanții trebuie să-și lipească cardurile cu rolurile pe piept, să păstreze Florile Privilegiului și să continue să-și interpreteze rolurile pe tot parcursul activității.*
- *Participanții se vor deplasa prin cameră și, când muzica se oprește, trebuie să-și găsească un partener.*
- *Odată împerecheați, trebuie să se prezinte ca personajul lor și să arate Florile Privilegiului.*
- *Persoana cu punctajul total mai mare primește două bucăți de ciocolată/bomboane de la cealaltă persoană.*
- *Repetați acest proces de 7-8 ori.*
- *Dacă un participant rămâne fără bomboane, este eliminat din joc și trebuie să se deplaseze într-un colț al camerei.*
- *Dacă participanții au un scor total negativ în floarea lor, sunt automat eliminați din joc și trebuie să se deplaseze în colț și să privească.*

La sfârșitul activității, facilitatorul le cere participanților să numere câte bomboane (puncte) au rămas în pungile lor și să se așeze în linie, de la cel mai mare la cel mai mic număr (cu excepția participanților care au ieșit din joc; aceștia trebuie să rămână în colțul lor). Fiecare trebuie să-și prezinte pe scurt personajul pe care îl interpretează. Activitatea se încheie cu o discuție de debriefing.

**Sfaturi pentru facilitator:** Pentru fundalul muzical din timpul activității în perechi, se recomandă selectarea unei melodii cu un mesaj social relevant, care să inspire oamenii să fie empatici și deschiși (de exemplu, „Imagine" de John Lennon sau „Where Is the Love" de Black Eyed Peas).

După primele 2-3 runde ale activității în perechi, puteți spune participanților că pot schimba cărțile și citi rolul partenerului lor, dacă doresc, pentru a evita repetițiile.

Note privind sistemul de ponderare a punctelor „privilegiu" vs. „dezavantaj":

Gender Gap Walk utilizează un sistem de ponderare pentru a ilustra modul în care anumite experiențe legate de gen sau circumstanțe sociale pot crea bariere sau privilegii mai mari decât altele, un proces care este predeterminat și oarecum limitat în rezoluție (max. 3 puncte, min. 1 punct).

Motivul pentru această gamă limitată este pur practic: dacă am avea o scară de la -10 la +10, ar exista o probabilitate mai mare ca multe persoane să aibă scoruri totale negative și să fie eliminate din joc încă de la început. De asemenea, participanții cu cărți de rol destul de privilegiate ar putea începe cu 60, 70 sau 90 de bomboane, ceea ce este imposibil din punct de vedere logistic.

Cu toate acestea, acest sistem de ponderare limitat poate duce la interpretări eronate, în care anumite experiențe sunt percepute ca fiind „mai rele" decât altele, nereușind să surprindă natura nuanțată și subiectivă a acestor probleme. Problema cheie a sistemului de ponderare este că implică o ierarhie a opresiunii, în care, de exemplu, frica de a merge singur acasă noaptea este considerată „mai rea" decât a fi judecat atunci când îți arăți vulnerabilitatea.

În cazul în care sunt ridicate astfel de obiecții sau întrebări, asigurați-vă că validați preocupările participanților și fiți deschiși cu privire la deficiențele designului acestei activități; explicați dificultatea de a încerca să surprindeți nuanțele acestor experiențe pe o scară numerică limitată. Orice încercare de a cuantifica „severitatea" diferitelor forme de privilegiu și opresiune este în mod inerent subiectivă și predispusă la prejudecăți. Ceea ce poate părea o experiență profund marginalizantă pentru o persoană poate fi perceput diferit de o altă persoană, în funcție de propriul cadru de referință, realitățile trăite și coexistența altor factori marginalizatori.

În cazul în care simțiți nevoia, puteți invita participanții să ofere propriul sistem de evaluare a întrebărilor, ca punct de plecare pentru o discuție deschisă despre diversele factori pe care îi consideră cei mai puternici în termeni de privilegiu și marginalizare. Acest lucru ar favoriza un angajament mai profund și o reflecție critică, dar ar evidenția și diversitatea perspectivelor și natura subiectivă a acestor evaluări.

# Întrebări de reflecție

Reflecție emoțională

- Cum v-ați simțit în rolul dvs.?
- V-ați simțit în siguranță, încrezători sau limitați/excluși în vreun fel? Ce momente au creat aceste sentimente?

Înțelegerea experienței – conectarea simbolurilor cu viața reală

- În opinia ta, activitatea a reflectat viața reală? Cum? Ce simboluri ai recunoscut?
- Ce a simbolizat „împărțirea bomboanelor" dintr-o sursă externă după ce ai terminat florile? Ce a simbolizat tranzacția cu bomboane în perechi?
- Unele persoane au trebuit să iasă din joc și să se mute în colț. Ce situație simbolizează acest colț?
- (Pentru cei care au rămas fără bomboane și s-au mutat în colț) V-ați simțit „stigmatizați"?

Conștientizarea experiențelor legate de gen

- Ce fel de bariere sau avantaje au apărut pentru personajul tău pe baza așteptărilor legate de gen?
- Cum a influențat genul libertatea, siguranța sau oportunitățile din viața personajului tău?

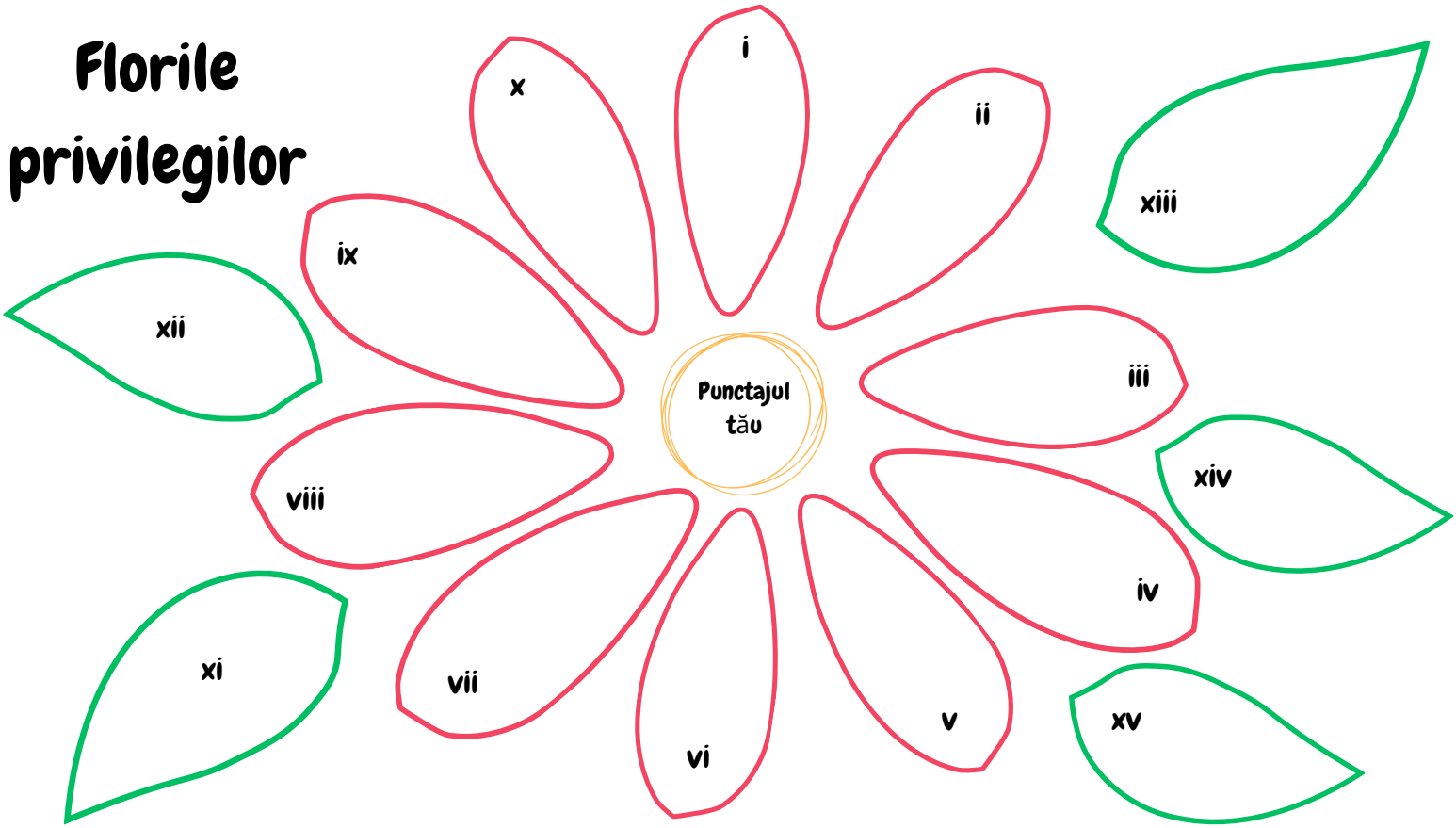
Legătura cu viața reală

- Care întrebări reflectă probleme reale pe care le-ați observat sau experimentat în viața de zi cu zi? În ce mod stereotipurile de gen sau normele sociale afectează în continuare alegerile și oportunitățile zilnice?
- Ce privilegii ar putea trece neobservate de persoanele de anumite genuri?
- Ce schimbări ați putea face în comportamentul, comunicarea sau luarea deciziilor de zi cu zi pentru a promova egalitatea de gen?

**Sursă:** Dezvoltat de KulturLife în contextul proiectului SHINE.

# Handout

**Florile privilegilor**



**Carduri cu roluri**

| |
|---|
| Ești o jurnalistă de 28 de ani care lucrează pentru un ziar național. Îți iubești meseria, dar primești adesea mesaje online care comentează aspectul tău fizic în loc de munca ta. Când participi la evenimente seara, colegii îți sugerează să nu „mergi singură”. Visezi să devii redactor-șef, dar deja ești întrebată când intenționezi să „te stabilești”. |
| Ești o asistentă medicală în vârstă de 35 de ani și mamă a doi copii. Meseria ta îți dă un scop în viață, iar echipa de la spital este ca o a doua familie pentru tine. Totuși, acasă, toată lumea presupune că tu te vei ocupa de gătit, curățenie și sarcinile școlare. Ești recunoscătoare pentru venitul stabil și pentru soțul care te susține, dar oboseala a devenit ceva normal pentru tine. |
| Ești un muncitor pensionat de 64 de ani. Ai propria casă și prieteni loiali de la serviciu. Totuși, fără identitatea ta profesională, te simți pierdut. Rareori vorbești despre singurătate... E mai ușor să spui că totul e în regulă. |
| Ești un muzician în turneu, în vârstă de 28 de ani. Ai un număr tot mai mare de fani și colegi de trupă care te susțin. Cu toate acestea, unele săli de concert nu dispun de spații neutre din punct de vedere al genului. Te simți în largul tău pe scenă, dar te simți în nesiguranță în unele zone din culise. |
| Ești un educator pentru copii mici, în vârstă de 24 de ani. Îți place să lucrezi cu copiii, dar părinții ezită uneori să-și lase copiii mici în grija ta. Poți face față cu calm plânsetelor și haosului, dar ești dureros de conștient de privirile critice. Ai colege care te susțin, dar faptul că ești „singurul bărbat” te obligă să demonstrezi constant că ești de încredere, nu suspect. |
| Ești un profesor de 58 de ani. Elevii tăi te adoră și ești respectat pentru lunga ta carieră. Cu toate acestea, promovarea în funcția de director a revenit unui coleg mult mai tânăr. Ai construit prietenii puternice și ești stabil financiar, dar te simți invizibil când discuțiile se îndreaptă spre „talente noi”. |
| Ești o ingineră civilă de 25 de ani, la începutul carierei. Ești singura femeie de pe șantierul tău, iar unii colegi încă îți spun „prințesa” în glumă. La prima ta evaluare de performanță, ai fost întrebată când intenționezi să „îți întemeiezi o familie”. Ești pasionată de domeniul tău, susținută de un mentor și hotărâtă să rămâi, dar te simți constant observată pentru greșelile pe care colegii tăi le fac fără reținere. |

| |
|---|
| Ești un reprezentant de vânzări în vârstă de 39 de ani, recent separat. Îți adori cei doi copii, dar fostul tău partener a solicitat custodia exclusivă, susținând că ești prea concentrat pe muncă. Nu ai ratat niciun weekend cu ei, dar procesul judiciar pare să fie împotriva ta. Ai un venit stabil și o casă proprie, dar înveți cât de fragilă este paternitatea atunci când responsabilitățile de îngrijire sunt considerate de majoritatea ca aparținând în primul rând mamelor. |
| Ești o persoană non-binară în vârstă de 19 ani care locuiește într-un mic oraș rural. După ce ți-ai dezvăluit orientarea sexuală anul trecut, părinții tăi încearcă să te susțină, dar îți spun adesea că este mai bine „să nu vorbești despre asta” și să încerci să te îmbraci în conformitate cu genul care ți-a fost atribuit. Spațiile online îți oferă confort și conexiune, dar viața de zi cu zi încă pare o plimbare pe coji de ouă. Îți dorești să pleci să studiezi undeva departe... într-un oraș mare, unde poți fi pur și simplu tu însuți. |
| Ești un manager de proiect în vârstă de 37 de ani, recent separat după opt ani de căsătorie, deoarece problemele de furie ale fostului tău soț au devenit din ce în ce mai imprevizibile. El, însă, are dificultăți în a accepta despărțirea și încă mai apare în apropierea casei tale „doar pentru a vorbi”. Ai început să iei rute diferite către serviciu și să eviți să-ți postezi locația online. Ai un venit stabil și prieteni care te susțin, dar teama de a fi urmărită nu te părăsește niciodată complet. Îți ții telefonul încărcat și perdelele închise noaptea. |
| Ești un profesor de 44 de ani care se luptă cu depresia. Nu ai spus nimănui – nici măcar soției tale – pentru că te temi să nu fii perceput ca fiind fragil. Păstrezi o atitudine veselă și elevii tăi te adoră, dar energia necesară pentru a te preface se epuizează încet. Ai dificultăți în a adormi și chiar și sarcinile mici ți se par grele în ultima vreme. Te-ai gândit să mergi la un terapeut, dar să recunoști că ai nevoie de ajutor ți se pare un eșec și mai mare. |
| Ești un arhitect de 45 de ani care conduce o firmă de succes. Ai câștigat premii și încrederea clienților, dar în ședințe bărbații încă te întrerup în mijlocul propoziției. Colegii mai tineri te numesc „inspirator”, dar observi că ei îți repetă ideile și primesc laudele. Ai statut, bogăție și experiență, dar trebuie să-ți afirmi constant autoritatea care ar trebui să fie deja asumată. |
| Ești un artist în vârstă de 41 de ani. Ai avut întotdeauna maniere blânde și o voce naturală înaltă, ceea ce uneori atrage comentarii răutăcioase din partea cunoștințelor. Ți-ai construit o reputație solidă în galeriile locale și poți trăi confortabil din arta ta. Cu toate acestea, oamenii te numesc „sensibil”, ca și cum ar fi o insultă. Apreciezi deschiderea emoțională, dar unii prieteni îți pun la îndoială masculinitatea din această cauză. |

| |
|---|
| Ești un influencer și instructor de fitness în vârstă de 26 de ani. Îți place să promovezi sănătatea, dar obsesia internetului pentru perfecțiune te macină. Comentariile îți analizează zilnic corpul. Știi că succesul tău online îți oferă libertate financiară și vizibilitate, dar îți leagă și încrederea de like-uri și filtre. Te epilezi, te tonifici și te lustruiești, chiar și când ești epuizat, pentru că „naturalul" nu se vinde. |
| Ești un specialist în marketing în vârstă de 39 de ani și un tată mândru. Ai cerut să lucrezi cu jumătate de normă pentru a petrece mai mult timp cu nou-născutul tău, dar șeful tău a numit asta „sinucidere profesională". Îți adori familia și vrei să fii prezent, dar te simți judecat pentru că nu ești „susținătorul familiei". Ai stabilitate financiară, dar glumele colegilor tăi despre „îngrijirea propriului copil" te enervează mai mult decât ai vrea să recunoști. |
| Ești un fotograf freelancer în vârstă de 29 de ani, cu o constituție fizică mică și o geantă mare pentru aparatul foto, care uneori pare mai grea decât tine. Îți place să explorezi orașul, ieșind adesea târziu pentru a fotografia luminile orașului. Ai învățat să-ți ții cheile ca pe o armă și să le trimiți prietenilor locația ta înainte de a face fotografii. Îți place independența și libertatea creativă, dar fiecare pas în întuneric pare calculat. Siguranța este un privilegiu pe care nu îl ai pe deplin. |
| Ești o femeie transgender de 41 de ani care lucrează ca designer grafic într-un oraș de dimensiuni medii. Trăiești deschis de 4 ani și în sfârșit te simți confortabil în pielea ta. Colegii tăi te susțin în general, dar totuși te încordzi de fiecare dată când cineva nou urmează să se alăture echipei - nesigură cum vor reacționa când te vor vedea prima dată sau când vor realiza că ești trans. Rutina zilnică poate fi încă complicată: alegerea toaletei pe care să o folosești, actualizarea documentelor care conțin vechiul tău nume sau confruntarea cu privirile curioase când actul de identitate nu corespunde cu aspectul tău. |
| Ești o elevă de liceu în vârstă de 15 ani. Ascunzi un tampon în mânecă de fiecare dată când mergi la toaletă, deoarece colegii tăi de clasă râd de „chestiile de fete". Odată, un băiat a găsit un tampon într-un birou comun și l-a fluturat, râzând. De atunci, ai început să chiulești de la ora de sport în timpul menstruației, pretinzând că ești răcită. Ți-ai dori ca profesorii să vorbească despre menstruație fără să șoptească. |
| Ești o persoană non-binară de 20 de ani. Ai menstruație în fiecare lună și este cea mai grea săptămână din punct de vedere emoțional. Crampele sunt dureroase, dar ceea ce doare mai mult este sentimentul că corpul tău îți trădează identitatea. Eviti să cumperi produse menstruale de la magazin pentru că nu vrei ca casierul să-ți spună „domnișoară". Ți-ai dori ca ceva atât de normal precum sângerarea să nu te facă să te simți atât de străină în propria piele. |

| |
|---|
| Ești o mamă de 67 de ani a trei copii mari, care sunt acum adulți fericiți și de succes. Timp de zeci de ani, ai gestionat casa, ai organizat evenimente școlare și ai editat în liniște articolele soțului tău târziu în noapte, în timp ce creșteai copiii. El a devenit un jurnalist respectat, cunoscut la nivel național și admirat pentru intuiția și dedicarea sa. La reuniuni, oamenii încă îi laudă „cariera strălucită” și comentează cât de „norocoasă ești” să ai un soț atât de realizat. Zâmbești mândră, dar nu poți să nu observi cât de ușor realizările lui au devenit o moștenire, în timp ce ale tale au devenit o poveste de fundal. |
| Ești o femeie de 31 de ani care merge la doctor pentru dureri menstruale severe. El zâmbește și spune: „Este normal, dragă. Multe femei trebuie să se obișnuiască cu asta”. Tu dai din cap, deși abia te poți ține pe picioare. Ai avut întotdeauna încredere în medici și ai urmat toate recomandările, dar pleci de la clinică simțindu-te ignorată și nevăzută. |
| Ești o femeie de 56 de ani care lucrează în publicitate. Creativitatea ta este la fel de ascuțită ca întotdeauna, dar recent clienții mai tineri au început să-ți spună „doamnă”. Observi că colegii tăi de aceeași vârstă sunt descriși ca „experimentați” și „distinși”, în timp ce tu ești numită „drăguță” sau „bine conservată”. Încă îți iubești munca și le îndrumi pe femeile mai tinere, dar ai început să-ți vopsești din nou părul, nu din vanitate, ci pentru credibilitate. Îți spui că este doar o parte a meseriei, dar în adâncul sufletului știi că vârsta are un gen. |
| Ești un absolvent de 23 de ani care a visat întotdeauna să devină mecanic. Tatăl tău, mândru, dar tradiționalist, te-a rugat să „alegi ceva mai curat”. În cele din urmă, te-ai înscris la un program de studii în domeniul auto, unde profesorii încă își prezintă clasa cu „domnilor”. În timpul interviurilor de angajare, managerii te întreabă dacă ești „suficient de puternic pentru această muncă” și comentează că „clienții s-ar putea simți inconfortabili”. Ești bun în meseria ta și îți place să rezolvi probleme cu mâinile tale, dar te întrebi cât va dura până când abilitățile tale vor conta mai mult decât genul tău. |
| Ești un student de 21 de ani care nu a avut niciodată o relație serioasă. Prietenii tăi glumesc că ești „prea drăguț” și că ar trebui să „te bărbătești”. Îți place să vorbești cu femeile, dar te temi că te consideră inofensiv, nu atractiv. Când respingi discuțiile de vestiar, oamenii te numesc naiv. Știi că respectul contează mai mult decât reputația, dar te-ai săturat să demonstrezi că decența nu este o slăbiciune. |

# 15. Obiceiuri mici

| | |
|---|---|
| **Abilități și concepte vizate** | • Gândire critică<br>• Schimbarea comportamentală<br>• Formarea obiceiurilor<br>• Auto-reflecție |
| **Obiective** | • Introducerea metodei Tiny Habits ca instrument pentru schimbarea comportamentală<br>• Facilitarea reflecției asupra rutinelor și motivației<br>• Dezvoltarea unor mici obiceiuri personalizate pentru gândirea critică<br>• Creșterea gradului de conștientizare cu privire la confidențialitatea online și offline |
| **Materiale necesare** | Flipcharturi, markere, post-it-uri sau fișe<br>Document online pregătit în care toate grupurile pot copia-lipi/scrie setul final de obiceiuri mici<br>Șabloane tipărite pentru obiceiuri (opțional) |
| **Instrumente, surse** | Model printat cu „Obiceiurile mici” |
| **Durată** | 3 ore |
| **Număr de participanți** | Flexibil; se recomandă minimum 4 participanți, 1 facilitator la 10-15 participanți; tineri cu vârsta de peste 16 ani |
| **Handout** | Model printat cu „Obiceiurile mici” |

## Description

Această metodă îi familiarizează pe participanți cu principiile Tiny Habits și cu capacitatea acestora de a iniția schimbări individuale și colective. Sesiunea evoluează de la înțelegerea formării obiceiurilor și a motivației la aplicarea practică, apoi la reflectarea asupra modului în care comportamentele minore, intenționate, pot genera o transformare culturală mai amplă, în special în ceea ce privește confidențialitatea, respectul și securitatea datelor.

Abordarea îi ghidează pe participanți să facă legătura între acțiunile personale și bunăstarea comunității și să creeze în mod intenționat obiceiuri durabile care să favorizeze medii digitale și fizice mai sigure și mai respectuoase.

Facilitatorii sunt încurajați să se familiarizeze cu conceptul de bază al Tiny Habits al lui B.J Fogg, și anume prin intermediul TED Talk.

**Faza 1: Introducere în Tiny Habits (60 de minute)**
Facilitatorul începe prin a prezenta obiectivele și structura sesiunii. Participanții sunt informați că vor explora modul în care acțiunile mici și consecvente – Tiny Habits – pot influența atât rutinele personale, cât și cultura colectivă.

Înțelegerea motivației, rutinelor și obiceiurilor (30 de minute)

- Contribuție (10 minute): Facilitatorul definește termenii motivație, rutine și obiceiuri, clarificând diferențele dintre ei.
- Discuție plenară (10 minute): Participanții împărtășesc exemple de obiceiuri bune și rele, identificând ce face ca unele obiceiuri să fie mai ușor de menținut și împărtășesc sfaturi despre cum să facă acest lucru.
- Introducere (10 minute): Introducere în conceptul de obiceiuri mici (dezvoltat de BJ Fogg). Facilitatorul explică modul în care acțiunile mici, bine ancorate, pot duce la o schimbare comportamentală semnificativă.

DLucru individual (15 minute): Participanții concep cinci sau mai multe obiceiuri mici pentru contextul lor personal, folosind formula „După ce [declanșator], voi [comportament nou] și voi sărbători prin [întărire pozitivă]”.

Împărtășirea în grup și feedback (15 minute): Facilitatorul împarte participanții în grupuri de 2-4 persoane. Participanții își prezintă obiceiurile în aceste grupuri mici și oferă feedback folosind trei criterii de evaluare:

- Cât de ușor este de realizat fiecare obicei? (A face o stândă în mâini în timp ce vă curățați dinții cu ață dentară s-ar putea să nu fie întotdeauna fezabil)
- Componentele se conectează în mod natural? (Combinarea comportamentelor care pot fi realizate în aceeași cameră ar fi un început)
- Ar fi și alții motivați să adopte acest obicei? (Acest obicei răspunde unei nevoi generale sau este ceva foarte personal pentru persoana care l-a dezvoltat?)

Sfat pentru facilitator: Îndemnați participanții să specifice factorii declanșatori și momentele de sărbătorire pentru a face fiecare obicei mai concret și mai durabil.

Pauză (5-10 minute)

**Faza 2: Reflecție: De la acțiunea individuală la cea colectivă (45 de minute)**
Această fază a metodei ajută participanții să treacă de la o abordare individuală la una orientată către comunitate. De asemenea, aprofundează înțelegerea lor asupra respectului, consimțământului și eticii digitale, pregătindu-i pentru munca creativă în grup care urmează.

Facilitatorul introduce a doua parte explicând că Tiny Habits poate aborda și provocări sociale și etice complexe. Participanții sunt invitați să reflecteze asupra modului în care acțiunile mici pot contribui la bunăstarea colectivă.

Participanții se întorc la grupurile în care au lucrat înainte de pauză. Alternativ, în acest moment se pot forma sau atribui grupuri noi.

Lucru în grup (20 de minute): Grupurile explorează modul în care Tiny Habits poate aborda probleme precum:

- Confidențialitatea online și offline
- Securitatea datelor și limitele digitale
- Respectul și spațiile sigure pentru ceilalți
- Bârfa și comunicarea etică
- (pot fi utilizate/adăugate și alte subiecte conexe)

Discuție plenară (10 minute): Grupurile împărtășesc reflecțiile lor și identifică ideile cheie privind puterea și limitările Tiny Habits în abordarea provocărilor mai ample, precum și concluziile lor privind fezabilitatea Tiny Habits pentru fiecare subiect.

Contribuții și discuții (15 minute): Facilitatorul introduce ideea de reformulare a Tiny Habits pentru acțiuni colective. Participanții sunt încurajați să formuleze obiceiuri orientate către comunitate folosind structura adaptată:

„După X, voi face Y și voi sărbători cu Z”,
unde Y este o acțiune orientată către comunitate.

Exemplu:
„După ce fac o poză cu prietenii, le voi cere permisiunea înainte de a o posta, voi adăuga o notă: „Toți cei implicați au dat permisiunea de a partaja această imagine” la postare și voi sărbători prin a da high-five prietenilor mei.”

Pauză (10 minute)

**Faza 3 – Dezvoltarea unor mici obiceiuri de siguranță și comunitate (60 de minute)**
Participanții se întorc la grupurile în care au lucrat înainte de pauză. Alternativ, în acest moment se pot forma sau atribui grupuri noi.

Brainstorming în grup (15 minute): Grupurile identifică modalități de a spori confidențialitatea, respectul și siguranța prin obiceiuri mici. Sunt încurajați să noteze potențialele obstacole, publicul țintă (de exemplu, publicul larg, grupuri specifice de părți interesate) și oportunitățile de schimbare.

Dezvoltarea obiceiurilor (15-20 minute): Folosind rezultatele brainstormingului, grupurile concep noi obiceiuri mici pentru a promova siguranța digitală și comportamentul respectuos.

Prezentări și feedback (15 minute): Fiecare grup prezintă obiceiurile propuse în plen. Facilitatorul ghidează feedback-ul constructiv, punând accentul pe claritate, fezabilitate și relevanța pentru comunitate.

Colectarea și reflecția finală (timpul rămas): Toate obiceiurile dezvoltate sunt adunate într-un document comun accesibil participanților și organizatorilor. Fiecare participant selectează apoi un obicei pe care se angajează să îl practice în săptămâna următoare.

Această fază finală transformă ideile colective în rezultate tangibile. Angajându-se să practice un obicei mic, participanții leagă dezvoltarea personală de teme mai largi, precum respectul, confidențialitatea și responsabilitatea digitală. Documentul comun servește atât ca înregistrare, cât și ca resursă viitoare pentru continuarea angajamentului.

Facilitatorul încheie sesiunea prin:

- Legând acest exercițiu de teme mai largi ale evenimentului, cum ar fi bunăstarea, incluziunea și comportamentul digital responsabil.
- Evidențiind modul în care acțiunile mici și consecvente pot duce la schimbări culturale.
- Încurajând participanții să împărtășească progresele sau reflecțiile lor cu privire la obiceiurile alese în sesiunile viitoare.

# Întrebări de reflecție

- Ce v-a surprins în legătură cu propriile obiceiuri? Ce a fost ușor sau dificil în crearea propriilor obiceiuri mici?
- Cum pot acțiunile mici să ducă la schimbări semnificative?
- Cum putem vedea/măsura impactul acțiunilor individuale asupra comunității?
- Care sunt limitele acestei metode în contextul tău personal sau pentru cauzele care îți sunt dragi?

**Sursă:** Dezvoltat de KulturLife în contextul proiectului SHINE. Conceptul original Tiny Habits dezvoltat de B.J Fogg.

# Handout

**Șablon Tiny Habits**

După ce _____, I _____ și sărbătoresc prin _____.
[declanșator] [comportament nou] [întărire pozitivă]

**Definiții și exemple:**

**Motivație**
Motivația este un proces care inițiază, ghidează și menține comportamente orientate către atingerea unui obiectiv.

**Rutină** Vreau să organizez un eveniment pentru că îmi place să discut cu oamenii despre lucrurile care mă interesează.

**Routine**
Rutina este o serie de comportamente repetate frecvent.

Exemplu: Înainte de zilele de lucru de acasă și în zilele de vineri, îmi iau geanta de sport la serviciu și merg la sala de fitness după program.

**Obicei**
Un obicei este impulsul de a face un comportament fără a gândi conștient sau gândind foarte puțin.

Exemplu: Când ajung acasă de la serviciu, mă așez la birou, pornesc radioul și pictez un tablou.

# 16. REUTILIZARE – Mai inteligent cu deșeurile

| | |
|---|---|
| **Competențe și concepte vizate** | • Gândire critică<br>• Reutilizarea creativă a resurselor<br>• Cunoștințe despre mediu<br>• Dezvoltarea empatiei și responsabilității ecologice |
| **Objectives** | • Înțelegerea procesului de reciclare și a impactului industriei textile<br>• Creșterea gradului de conștientizare cu privire la importanța reciclării și a unei abordări durabile a deșeurilor<br>• Prezentarea celor patru categorii de bază de deșeuri (reciclare, reutilizare, compostare, deșeuri nereciclabile)<br>• Explorarea impactului negativ al industriei textile asupra mediului<br>• Încurajarea gândirii creative prin sarcini de reciclare creativă<br>• Dezvoltarea abilităților practice pentru acțiuni ecologice cotidiene |
| **Materiale necesare** | Un coș cu diverse obiecte/Fotografii cu diferite obiecte într-o prezentare PowerPoint (periuță de dinți, tricou vechi, cutie de conserve, pungă de plastic, banană, ziar, șervețele umede...)<br>Proiector sau tabletă pentru a arăta un scurt videoclip despre poluarea textilă și prezentarea |
| **Instrumente, surse** | Manuale de reciclare (ghiduri locale/naționale specifice fiecărei țări) sau linii directoare privind reciclarea de la serviciile naționale de gestionare a deșeurilor etc.<br>Weghmann, V. (februarie 2023). Gestionarea deșeurilor în Europa. EPSU.<br>Chang, A. (1 ianuarie 2025). Ciclul de viață al unui tricou [Video]. YouTube.<br>Fișă Eco Quiz |
| **Durată** | 60 minute |
| **Număr de participanți** | 15 - 30 persoane, cu vârsta peste 16 ani |
| **Handout** | Chestionar ECO |

# Descriere

**Pregătirea formatorului:** cereți participanților să aducă un obiect mic din deșeuri (de exemplu, ambalaj de plastic, șosete vechi, coji de banană etc.).

**Activity Structure (60 minutes)**
**Partea 1 – Activitate de spargere a gheții: „Care sunt deșeurile mele?”** (10–15 minute)
Participanții fac schimb de obiecte și încearcă să ghicească la ce categorie aparține obiectul:
*Reciclabil, Reutilizabil, Compostabil sau Nereciclabil*

Participanții trebuie să-și pună întrebări reciproc și să interacționeze cu ceilalți pentru a găsi cea mai potrivită categorie. Apoi, facilitatorul încheie activitatea explicând de ce unele obiecte sunt greu de clasificat.

**Partea 2 – Quiz ecologic** (10–15 minute)
În grupuri mici, participanții estimează timpul de descompunere a 5-6 obiecte selectate. Formatorul comunică răspunsurile corecte și conduce o scurtă reflecție.

**Sfat pentru facilitatori:** Puneți participanților întrebări precum: *Ce v-a surprins? Cum vă schimbă acest lucru modul de gândire? De ce unele obiecte rămân în natură sute de ani? Cum vă schimbă acest lucru atitudinea față de obiceiurile zilnice?*

Facilitatorul le arată participanților scurtmetrajul *„Viața unui tricou”*.

**Partea 3 – Mini-provocare creativă: A doua viață (25 – 30 minute)**
Fiecare echipă alege un obiect (de preferință textil) și are sarcina de a găsi o modalitate practică și durabilă de a-l reutiliza.

Ei trebuie să prezinte ideea cu:
- O scurtă poveste despre noua viață a obiectului
- Un slogan
- O imagine simplă (desen sau schiță)

**Sfaturi pentru facilitatori:** Concentrați-vă pe funcționalitate, reducerea deșeurilor și impact.

**Rezumatul rezultatelor învățării (2-3 minute)**

Formatorul rezumă principalele concluzii:

- Cu toții producem deșeuri, dar putem și să schimbăm lucrurile.
- Creativitatea și conștientizarea sunt instrumente pentru sustenabilitate.
- Acțiunile mici contează!

# Întrebări pentru debriefing

- Ce informație v-a surprins cel mai mult astăzi?
- Acum vedeți altfel lucrurile pe care le aruncați?
- Cum puteți aplica în viața de zi cu zi ceea ce ați învățat astăzi?
- Ce te-a motivat să participi la crearea unui nou obiect?
- Vă puteți imagina să faceți un cadou pentru cineva folosind upcycling?
- Ce te-a surprins? Cum îți schimbă acest lucru modul de gândire? De ce unele obiecte rămân în natură sute de ani? Cum îți schimbă acest lucru atitudinea față de obiceiurile zilnice?

**Sursă**: Dezvoltat de UGNV în contextul proiectului SHINE.

# Handout

**Chestionarul ECO**

1. Carton colorat! Timp de descompunere: _____ ani
2. Pahare de plastic de unică folosință! Timp de descompunere: _____ ani
3. Scutece de unică folosință pentru copii! Timp de descompunere: _____ ani
4. Cizme de lucru din cauciuc! Timp de descompunere: _____ ani
5. Tricou din bumbac! Timp de descompunere: _____ ani
6. Pălărie din lână! Timp de descompunere: _____ ani
7. Hârtie obișnuită! Timp de descompunere: _____ ani
8. Carton maro! Timp de descompunere: _____ ani
9. Cutie de aluminiu! Timp de descompunere: _____ ani
10. Șlapi! Timp de descompunere: _____ ani
11. Canistră din plastic! Timp de descompunere: _____ ani
12. Anvelope de mașină! Timp de descompunere: _____ ani
13. Paie de plastic! Timp de descompunere: _____ ani
14. Sticlă! Timp de descompunere: _____ ani
15. Bețișoare de plastic! Timp de descompunere: _____ ani
16. Periuță de dinți din plastic! Timp de descompunere: _____ ani
17. Pantofi din piele! Timp de descompunere: _____ ani

Correct answers:
1.13 years
2.50 years
3.200-500 years
4.50-80 years
5.2-5 months
6.1-5 years
7.2-6 weeks
8.2 months
9.80-250 years
10. 50-80 years
11. 400+ years
12. 50-80 years
13. 200+ years
14. 1,000,000 or never years
15. 450+ years
16. 500 years
17. 25-40 years

# 17. Semafoare ecologice – Cumpărători ecologici

| | |
|---|---|
| **Competențe și concepte vizate** | • Self-reflection and self-awareness<br>• Critical and analytical thinking<br>• Informed decision-making<br>• Active listening and communication<br>• Practical skills and problem-solving<br>• Collective learning |
| **Obiective** | • Să le permită tinerilor să citească și să înțeleagă în mod critic etichetele de pe produsele alimentare și alte produse<br>• Să permită evaluarea vizuală a propriilor obiceiuri folosind un sistem de culori<br>• Să crească gradul de conștientizare cu privire la impactul ecologic și asupra sănătății al diferitelor produse.<br>• Crearea unui mediu de învățare dinamic, captivant și interactiv despre consumul durabil<br>• Să le ofere tinerilor posibilitatea de a lua decizii responsabile și informate în calitate de consumatori. |
| **Materiale necesare** | Hârtie pentru flipchart, hârtie A4, pixuri și markere |
| **Instrumente, surse** | Slide-uri de prezentare cu informații despre: Certificări ecologice (EU Ecolabel, Fairtrade, Vegan etc.), adaptate pentru fiecare țară<br>Mostre de etichete (originale, copii sau decupaje)<br>Video recomandat: Tot ce trebuie să știți despre greenwashing. (2025, 5 mai). YouTube.<br>Backup:<br>Îndrăgostește-te de EU Ecolabel – EN 1. (21 august 2023). YouTube.<br>Îndrăgostește-te de eticheta ecologică a UE – EN 2. (21 august 2023). YouTube. |
| **Durată** | 60 - 90 minute |
| **Număr de participanți** | 12 – 24 persoane, cu vârste cuprinse între 15 și 30 de ani |
| **Handout** | Certificate ecologice |

# Descriere

**FAZA 1: Pregătire (40 minute)**
Facilitatorul prezintă participanților tema prin intermediul unei scurte prezentări despre ce reprezintă etichetele produselor și certificările ecologice. Exemple care pot fi utilizate: **eticheta ecologică a UE, Fairtrade, FSC, Vegan, Cruelty-Free, Organic** etc. (10 minute). După aceea, facilitatorul prezintă un scurt videoclip despre greenwashing și le cere participanților să răspundă la următoarele întrebări (10 minute):

- Care este primul lucru care vă vine în minte când auziți cuvântul „greenwashing"?
- Ați fost vreodată induși în eroare de trucuri de marketing?
- Vă amintiți vreun exemplu personal?

Facilitatorul prezintă câteva exemple reale de produse locale cu etichete (sau folosește fotografii/carduri tipărite ale produselor). Participanții lucrează în perechi sau în grupuri mici pentru a analiza și discuta etichetele. Participanții primesc imagini cu coduri de bare și încearcă să identifice țara de origine. (10 minute).

**Sfaturi pentru facilitatori:** *Explicați cum codurile de bare pot indica țara de origine a produsului, de exemplu, 385 = Croația; 387 = Bosnia și Herțegovina; 860 = Serbia; 400–440 = Germania. Pregătiți cel puțin 4–5 exemple de produse sau carduri tipărite din magazinele locale, cu o varietate de etichete și logo-uri.*

În următoarele 10 minute, facilitatorul le cere participanților să reflecteze individual timp de 2–3 minute, apoi deschide o scurtă discuție de grup:

- *Citiți etichetele înainte de a cumpăra un produs?*
- *Dacă scrie „ECO" sau „BIO", continuați să citiți restul etichetei?*
- *Aveți încredere în acuratețea informațiilor de pe etichetă?*
- *Credeți că etichetele sunt folosite doar ca o strategie de marketing?*

**FAZA 2: Jocul semaforului ecologic (30 de minute)**
Participanții sunt împărțiți în echipe, fiecare primind un set de etichete de produse sau ambalaje reale ale produselor. Pe baza unor criterii specifice, sarcina este de a clasifica produsele în următoarele categorii:

- **Roșu:** inacceptabil din punct de vedere ecologic
- **Galben:** produse medii
- **Verde:** acceptabil din punct de vedere ecologic

Facilitatorul stă în fața participanților, simbolizând un semafor. **Mâna dreaptă** (partea dreaptă) reprezintă zonele roșie și portocalie (inacceptabile/discutabile), în timp ce **mâna stângă** (partea stângă) reprezintă zona verde (acceptabilă).

Echipele se aliniază una în spatele celeilalte, ca vehiculele la un semafor. Pe rând, membrii echipei se apropie de facilitator, prezintă un produs, explică pe scurt raționamentul lor și îl plasează în partea dreaptă sau stângă, în funcție de evaluare. Dacă participanții nu sunt siguri de clasificare, facilitatorul îi poate ajuta oferindu-le informații suplimentare, deoarece a cercetat deja materialele în prealabil.

Când toate echipele termină, participanții rămân împărțiți în dreapta și în stânga, ceea ce pregătește vizual scena pentru o discuție de grup ulterioară.

**Criterii de evaluare pentru ghidarea clasificării:**

- Ambalaj (reciclabil, reutilizabil, plastic etc.)
- Originea (locală/importată)
- Certificări și etichete
- Compoziția produsului (ingrediente nocive, zaharuri, aditivi, vegan, organic etc.)

**FAZA 3: Rezolvarea problemelor (45 de minute)**

Fiecare echipă extrage o problemă legată de comportamentul ecologic al consumatorilor.

Exemple de provocări pot include:

- Utilizarea excesivă a plasticului în ambalarea alimentelor
- Lipsa de cunoștințe despre citirea etichetelor produselor
- Copiii consumă alimente nesănătoase/procesate la școală.
- Lipsa opțiunilor alimentare sănătoase sau locale în magazine

Echipele colaborează pentru a dezvolta o soluție concretă și realistă.

Planul lor ar trebui să includă:

- Acțiuni colective pe care le pot iniția (de exemplu, campanii, activități educaționale)
- Potențiali colaboratori sau susținători (școli, companii, comunități locale)
- Timpul estimat necesar pentru implementare
- Sustenabilitatea pe termen lung a ideii lor

După sesiunea de brainstorming, fiecare echipă își prezintă soluția într-un pitch (5 minute).

## Întrebări de reflecție

- Ce ți s-a părut cel mai interesant și ce lucruri noi ai învățat?
- La ce produse veți acorda mai multă atenție de acum înainte (alimente, cosmetice, îmbrăcăminte etc.)?
- Veți citi mai atent etichetele în viitor?
- Ați renunța să cumpărați un produs dăunător mediului, chiar dacă nu este dăunător pentru sănătatea dumneavoastră?
- Poți recunoaște acum etichetele ecologice? Poți numi cel puțin una?

**Sursă**: Elaborat de UGNV în contextul proiectului SHINE.

# Handout

**Certificări ecologice**

**Eticheta ECO a UE**
- Certificare oficială a UE
- Produse și servicii cu impact redus asupra mediului
- Acoperă întregul ciclu de viață: producție → utilizare → eliminare

**Comerț echitabil**
- Asigură salarii echitabile și condiții de muncă etice
- Sprijină micii fermieri și lucrătorii
- Promovează practici agricole durabile

- **FSC – Consiliul pentru gestionarea durabilă a pădurilor**
- Lemn, hârtie și produse forestiere provenite din păduri gestionate în mod responsabil
- Protejează biodiversitatea și comunitățile locale
- Previne tăierea ilegală a pădurilor

- **Etichetă vegană**
- Garantează că nu conține ingrediente sau subproduse de origine animală
- Se concentrează pe alternative pe bază de plante
- Popular în cosmetice, produse alimentare și produse de stil de viață

- **Fără cruzime**
- Produsul și ingredientele nu sunt testate pe animale
- Frecvent utilizat în cosmetice și produse de uz casnic

- **Certificare ecologică**
- Alimente și agricultură fără pesticide sintetice, îngrășăminte sau OMG-uri
- Promovează sănătatea solului și biodiversitatea
- Etichetă ecologică UE + alte standarde naționale

# 18. Amprenta ecologică

| | |
|---|---|
| **Competențe și concepte vizate** | • Cunoștințe ecologice<br>• Gândire critică<br>• Auto-reflecție<br>• Planificare și acțiune durabilă<br>• Cetățenie activă |
| **Obiective** | • Să sensibilizeze tinerii cu privire la obiceiurile zilnice care afectează mediul înconjurător<br>• Identificarea oportunităților pentru un comportament mai durabil<br>• Încurajarea acțiunilor locale concrete care promovează responsabilitatea față de mediu |
| **Materiale necesare** | Flipchart, markere colorate, hârtie A4 |
| **Instrumente, surse** | Fișă de lucru „Bingo durabil” |
| **Durată** | 60 - 90 minute |
| **Număr de participanți** | 15-30 persoane, cu vârsta peste 16 ani |
| **Handout** | Bingo Sustenabil |

## Descriere

Facilitatorul distribuie fișa de lucru „Bingo durabil” fiecărui participant și le acordă 10 minute pentru a o completa.

După finalizarea sarcinii, participanții trebuie să se întoarcă către persoana de lângă ei, să identifice similitudini în obiceiurile lor zilnice sănătoase și să marcheze aceste similitudini cu un cerc (5 minute). După aceea, fiecare pereche nou formată se alătură unei alte perechi și formează un grup de patru persoane.

Grupurile formate identifică apoi obiceiurile zilnice comune și reflectează asupra comportamentelor lor zilnice. Prin discuții de grup (15 minute), ei identifică tiparele care contribuie la o amprentă ecologică mai mare și explorează domeniile în care este posibilă schimbarea.

În următoarea parte a activității, grupurile trebuie să creeze un proiect pentru o acțiune ecologică în comunitatea lor (30 de minute) și apoi să îl prezinte în fața celorlalte grupuri (15 minute).

Exemple:

- Un schimb de haine sau un târg de vechituri (vânzarea sau schimbul de haine second-hand)
- O mini-campanie împotriva risipei alimentare în restaurante (de exemplu, donarea resturilor de mâncare persoanelor fără adăpost sau animalelor fără stăpân)
- Un mic eveniment caritabil (posibil ca parte a târgului de vechituri) pentru a strânge fonduri pentru plantarea de copaci sau ecologizarea zonelor publice
- O campanie împotriva ambalajelor din plastic, cum ar fi confecționarea de pungi de cumpărături reutilizabile pentru a le înlocui pe cele din plastic
- Cusutul de pungi mici din plasă pentru a înlocui pungile de plastic de unică folosință pentru fructe și legume

Sewing small mesh produce bags to replace single-use plastic bags for fruits and vegetables

## Întrebări de reflecție

- Care schimbări vi s-au părut cele mai ușor de realizat?
- Care au fost cele mai dificile?
- Ce v-a surprins cel mai mult în ceea ce privește propriul comportament în timpul ținerea jurnalului?
- Ce schimbări pe termen lung ne-ar putea ajuta să trăim mai durabil?
- Cum putem deveni agenți ai schimbării în comunitățile noastre?

**Sursă:** Elaborat de UGNV în contextul proiectului SHINE.

# BINGO SUSTENABIL

Colorează fiecare activitate pe măsură ce o finalizezi.
Oferă-ți o recompensă atunci când completezi întregul tabel!

Recompensa mea: .....

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| Mănâncă un fruct sau o legumă | Mergi la o plimbare | Finalizează o provocare de 21 de zile | Încearcă o rețetă nouă și sănătoasă | Pregătește micul dejun din timp |
| Ține un jurnal alimentar consecvent timp de o săptămână | Donează resturile culinare pentru a reduce risipa alimentară | Ia o masă fără ecrane | Alege o gustare bogată în proteine și fibre | Meditează / Fă exerciții |
| Sari peste desert | Plantează un copac | SPAȚIU LIBER | Urmărește un documentar | Donează haine vechi |
| Donează unei organizații caritabile | Ascultă un podcast | Fă un plan de mese pentru o săptămână | Colectează separat gunoiul | Practică yoga |
| Nu consuma zahăr timp de o zi | Reciclează | Economisește energie | Răsfață-te | Mergi într-o drumeție |

# Concluzie

Subiectele incluse în acest set de instrumente acoperă diverse aspecte ale cadrului de competențe cetățenești al Comisiei Europene. Acestea sunt grupate într-un mod care permite transmiterea cunoștințelor și abilităților, atitudinilor și valorilor de care indivizii au nevoie pentru a participa activ în societate ca cetățeni responsabili, informați și implicați. Este vorba despre înțelegerea problemelor sociale, respectarea drepturilor altora, luarea de decizii responsabile și contribuția pozitivă la viața democratică.

Setul de instrumente de formare a fost conceput pentru a oferi educatorilor, facilitatorilor și liderilor comunității instrumentele, strategiile și cunoștințele necesare pentru a dezvolta competența cetățenească în diverse medii de învățare. Concentrându-se pe cunoștințe, abilități, atitudini și valori, setul de instrumente își propune să promoveze o generație de indivizi informați, responsabili și implicați activ în comunitățile lor și în viața democratică. Formatorii care utilizează metodele, tehnicile și jocurile propuse în acest set de instrumente au o sarcină dificilă. Anume, să selecteze elementele incluse aici care corespund în cea mai mare măsură nevoilor tinerilor care doresc să învețe abilități de viață și să devină membri etici și implicați ai societății.

Prin activități interactive, discuții și scenarii din lumea reală, setul de instrumente oferă resurse practice și adaptabile care încurajează gândirea critică, participarea, empatia și respectul pentru diversitate. Acesta încurajează cursanții nu numai să înțeleagă drepturile și responsabilitățile lor, ci și să practice cetățenia activă în moduri semnificative și constructive. Prin urmare, multe dintre instrumentele oferite aici includ metode care dezvoltă abilități importante pentru fiecare tânăr, lider de opinie și activist – gândirea critică, creativitatea și rezolvarea problemelor. Pe măsură ce implementați aceste instrumente, rețineți că dezvoltarea competențelor civice este un proces continuu, care se dezvoltă prin dialog, reflecție și aplicare în viața reală.

# Toolkit de formare pentru competențe de cetățenie activă




Această publicație este publicată sub licența Creative Commons Atribuire–Necomercial 4.0 Internațional (CC BY-NC 4.0).
https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/
This publication is available for download Open Access at
https://shine-europe.eu/