



Co-funded by
the European Union

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

Gröna förändringsaktörer

2023-2-ES02-KA220-YOU-000177571

E-KURS: Metodik och Praktiska



CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

Innehållsförteckning

Projektets kontext	3
A. Metodik.....	4
I. Metodik för utbildning för hållbar utveckling	4
Uppackning av tillvägagångssättet: En steg-för-steg-guide till metodiken	4
Effektivt införlivande av ESD i läroplanerna	5
Utbildarnas roll	6
Varför ESD för unga människor?	6
II. Metodik för co-design	7
Uppackning av tillvägagångssättet: En steg-för-steg-guide till metodiken	7
Varför co-design?	8
III. Icke-formell utbildning	9
Uppackning av tillvägagångssättet: En steg-för-steg-guide till metodiken	9
NFE: Debriefing och utvärdering	11
NFE: Vem är NFE-utbildaren?	13
NFE: Faciliteringsstilar	14
B. Praktiska övningar	18
I. EU:s ungdomspolitik och EU:s ungdomsstrategi	19
II. Aktivt deltagande och ungdomars deltagande	29
III. EU:s miljöpolitik	42
DEL 1	44
DEL 2	44
I. Första gruppen: Grundläggande principer och ramverk för EU:s miljöpolitik	46
II. Andra gruppen: Den historiska utvecklingen av EU:s miljöpolitik	46
III. Tredje gruppen: EU:s strategier för miljöpolitik	46
IV. EU:s gröna giv och EU4Climate	54
V. Vad är hållbarhet?	66
VI. Vad är cirkulär ekonomi?	103
VII. Återanvändning av dagligt avfall och god praxis	117
VIII. Metoder och strategier för mentorskap	131
IX. Process och metod för gemensam design	159

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

Projektets kontext

Initiativet **Green Changemakers (CHMKS)** syftar till att ge ungdomsarbetare och unga människor viktiga färdigheter, kunskaper och kompetenser som rör klimatförändringar, miljömässig hållbarhet och EU:s gröna giv. CHMKS är medvetet om det akuta behovet av åtgärder i dessa angelägna frågor och syftar till att främja en ny generation av miljömedvetna ledare som kan åstadkomma positiva förändringar i sina samhällen. Genom att fokusera på icke-formell utbildning, mentorskap och samdesign strävar projektet efter att skapa ett robust nätverk av förändringsaktörer som är rustade för att ta itu med lokala och globala miljöutmaningar.

Denna e-kurs är inspirerad av forskning som genomförts i Spanien, Italien, Bulgarien och Sverige, som identifierade de mest effektiva metoderna för att engagera och utbilda ungdomar. Kursen integrerar utbildning för hållbar utveckling, icke-formell utbildning (NFE), grön utbildning och GreenComp-ramverket, vilket säkerställer ett väl avrundat tillvägagångssätt för att främja miljömedvetenhet och miljöåtgärder. För att förbättra inlärningsupplevelsen innehåller e-kursen interaktiva, praktiska workshops som är skräddarsydda för viktiga ämnen som är både aktuella och relevanta. Dessa moduler inkluderar:

1. **EU:s ungdomspolitik och EU:s ungdomsstrategi** - Förstå de ramar som styr ungdomsinitiativen i Europa.
2. **Aktivt deltagande och ungdomsdeltagande** - Att ge unga människor möjlighet att ta en aktiv roll i beslutsfattandet.
3. **EU:s miljöpolitik** - Utforskar den politik som formar miljöåtgärder i hela EU.
4. **EU:s gröna giv och EU4Climate-programmet** - en djupdykning i EU:s omvälvande initiativ för hållbarhet.
5. **Understanding Sustainability** - Att bygga upp en grundläggande kunskap om hållbar utveckling.
6. **Utforska cirkulär ekonomi** - Lär dig principerna för att minska avfall och återanvända resurser på ett effektivt sätt.
7. **Daily Waste Reuse and Best Practices** - Praktiska strategier för att integrera hållbarhet i vardagen.
8. **Metoder och strategier för mentorskap** - Tekniker för att vägleda och stödja unga förändringsaktörer.
9. **Processer och metoder för co-design** - samarbetsinriktade metoder för att skapa effektiva lösningar.

Denna e-kurs kombinerar forskningsbaserat teoretiskt innehåll med praktiska övningar, vilket ger deltagarna den kunskap, de verktyg och de strategier som behövs för att driva hållbar förändring i sina samhällen och därefter. Om du vill veta mer eller utforska ytterligare resurser kan du besöka greenchangemakers.eu eller mejla oss på info@greenchangemakers.eu.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

A. Metodik

I. Metodik för utbildning för hållbar utveckling

Uppackning av tillvägagångssättet: En steg-för-steg-guide till metodiken

Visionen för utbildning för hållbar utveckling (ESD) är en värld där alla har möjlighet att få utbildning av god kvalitet och lära sig de värderingar, beteenden och livsstilar som krävs för en *hållbar framtid och för en positiv samhällsförändring*. **ESD är en process där man lär sig att fatta beslut som tar hänsyn till den långsiktiga framtiden för ekonomin, ekologin och en rättvis utveckling för alla samhällen.**¹

ESD handlar om att lära sig att:

1. respektera, värdesätta och bevara det förflutnas landvinningar;
2. uppskatta jordens underverk och människor;
3. leva i en värld där alla människor har tillräckligt med mat för att leva ett hälsosamt och produktivt liv;
4. bedöma, vårda och återställa tillståndet på vår planet;
5. skapa och njuta av en bättre, säkrare och mer rättvis värld;
6. vara omtänksamma medborgare som utövar sina rättigheter och skyldigheter lokalt, nationellt och globalt.

Målet med en hållbar utveckling är att *förening ekonomisk effektivitet med social sammanhållning och ekologisk balans* för att inte äventyra kommande generationers utveckling.

ESD syftar till att säkerställa att:

- människor förvärvar **färdigheter för livet**, dvs. färdigheter som gör det möjligt **för** dem att leva ett tillfredsställande **liv** i kunskapssamhället, och denna inlärningsprocess pågår kontinuerligt under hela livet;
- är en robust och långsiktig ekonomisk utveckling som bygger på utveckling av humankapital och socialt kapital;

¹ UNESCO:s utbildningsriktlinjer för att införliva utbildning för hållbar utveckling (ESD) i läroplanen

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

- Den sociala sammanhållningen skyddas genom att man säkerställer lika utbildningsresultat för alla, det vill säga att man utvecklar utbildningssystem som gör det möjligt för ungdomar med sociala nackdelar eller inlärningssvårigheter att prestera/delta i en värld där allt fler människor lider av fysiska handikapp eller funktionshinder.

Effektivt införlivande av ESD i läroplanerna

Det är viktigt att skilja mellan "*utbildning **om** hållbar utveckling*" (en lektion i medvetenhet eller en teoretisk diskussion) och "*utbildning **för** hållbar utveckling*" (användning av utbildning som ett verktyg för att uppnå en mer hållbar framtid).

Generellt sett är ESD en livslång strävan som omfattar formell, **icke-formell** och informell utbildning (inställningar och bestämmelser). ESD tar hänsyn till hållbarhetsbegreppets föränderliga natur och handlar om välbefinnandet inom alla tre hållbarhetsområdena - miljö, samhälle och ekonomi.

Det är viktigt att komma ihåg att *ESD inte är något som passar alla, utan att det måste utformas med hänsyn till regionala och lokala skillnader*. ESD är faktiskt lokalt relevant och kulturellt lämpligt. **Den utgår från lokala behov, uppfattningar och förutsättningar, men är medveten om att uppfyllandet av lokala behov ofta har globala effekter och konsekvenser.**

Ett utbildningsprogram som är inriktat på hållbarhet bör innehålla följande

- a. **kunskap** för att förstå principerna för hållbar utveckling,
- b. **frågor** som hotar planetens hållbarhet,
- c. **färdigheter** som gör det möjligt för människor att fortsätta lära sig efter utbildningsprogrammets slut, att få en hållbar försörjning och att leva ett hållbart liv,
- d. **perspektiv** för att betrakta en fråga ur olika intressenters synvinkel,
- e. **värderingar för** att förstå din egen världsbild och andra människors synsätt.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

Utbildarnas roll

Utbildare² har nyckelroll som hörnstenar i effektiva ESD-program (**de med och utvecklar** läroplanerna) och de förstår ESD:s övergripande och tvärvetenskapliga karaktär.

När lärare utvecklar läroplaner bör de:

- undvika att överbelasta läroplanen och att enbart koppla ESD till en eller två discipliner;
- vara öppen för olika inlärningsstrategier för att effektivt kunna genomföra ESD-principer och -innehåll;
- förstå vikten av partnerskap med flera intressenter - att arbeta tillsammans för att lösa gemensamma problem.

Varför ESD för unga människor?

Det är dagens ungdomar och kommande generationer som kommer att få ta konsekvenserna av en ohållbar utveckling. Det är deras nutid och framtid som står på spel. I gengäld är det unga människor som blir allt mer högljudda och aktiva, som kräver brådskanie och avgörande förändringar och som håller världens ledare ansvariga, i synnerhet för att ta itu med klimatkrisen. De har, och fortsätter att tänka ut, de mest kreativa och geniala lösningarna på hållbarhetsutmaningarna. Ungdomar är dessutom en viktig konsumentgrupp och hur deras konsumtionsmönster utvecklas kommer i hög grad att påverka hållbarhetsutvecklingen i deras länder. Att stärka och mobilisera unga människor av alla kön är därför en central del av genomförandet av utbildning för hållbar utveckling (ESD).

ESD är viktigt för ungdomar eftersom det ökar medvetenheten om och förståelsen för globala utmaningar som klimatförändringar, förlust av biologisk mångfald och social ojämlikhet. Denna utbildning hjälper dem att förstå vikten av hållbara metoder och motiverar dem att anta livsstilar som bidrar till planetens och samhällets välbefinnande. Genom ESD utvecklar unga människor kritiskt tänkande och problemlösningsförmåga, vilket är avgörande för att hantera komplexa hållbarhetsfrågor. Dessutom förbättrar de sin samarbets- och kommunikationsförmåga, vilket gör det möjligt för dem att arbeta effektivt i olika team och samhällen för att uppnå gemensamma hållbarhetsmål.

ESD ger också unga människor möjlighet att aktivt delta i sina samhällen och uppmuntrar dem att ta initiativ och engagera sig i lokala och globala hållbarhetsinsatser. Denna utbildning främjar ledaregenskaper och hjälper dem att bli förespråkare för förändring och påverka andra att anta hållbara metoder. Dessutom förbereder ESD unga människor för den framväxande

² Här avses den eller de personer som genomför ESD-program.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

gröna ekonomin genom att ge dem de kunskaper och färdigheter som krävs för jobb inom förnybar energi, hållbart jordbruk, grönt byggande och andra hållbarhetsrelaterade områden. ESD främjar innovation och entreprenörstänkande, vilket gör det möjligt för dem att skapa nya hållbara produkter, tjänster och företag.

Etisk och moralisk utveckling är en annan viktig aspekt av ESD. Det ger en känsla av ansvar gentemot kommande generationer och uppmuntrar ungdomar att överväga de långsiktiga effekterna av sina handlingar på miljön och samhället. ESD främjar värden som rättvisa, jämlikhet och respekt för mångfald, vilket hjälper ungdomar att bli ansvarsfulla världsmedborgare. ESD ökar också deras motståndskraft och anpassningsförmåga genom att lära dem hur de ska hantera förändringar och osäkerhetsfaktorer som klimatförändringar och resursbrist. Genom att lära sig hållbara levnadsvanor bidrar de till den övergripande motståndskraften i sina samhällen.

Dessutom bidrar ESD till att bevara kulturarv och inhemsk kunskap genom att integrera traditionella metoder med moderna hållbarhetskoncept. Denna utbildning främjar en känsla av gemenskap och tillhörighet och uppmuntrar unga människor att engagera sig i och bidra till sina lokala miljöer och kulturer. Sammanfattningsvis ger utbildning för hållbar utveckling unga människor de kunskaper, färdigheter, värderingar och attityder som behövs för att skapa en mer hållbar och rättvis värld, vilket förbereder dem för att möta framtida utmaningar med självförtroende och kompetens och säkerställer att de kan bidra positivt till samhället och planeten.

II. Metodik för co-design

Uppackning av tillvägagångssättet: En steg-för-steg-guide till metodiken

Co-design handlar om att designa **med**, inte **för**. Det handlar om att utmana den maktobalans som råder mellan individer som fattar viktiga beslut om andras liv, försörjning och kroppar.

Co-design är en designledd process som använder kreativa och deltagande metoder. Det finns inget tillvägagångssätt som passar alla. Istället finns det mönster och principer som kan tillämpas på olika sätt med olika människor.

Co-design kännetecknas av att man inkluderar människors handlingar i utformningen av beslut. Detta är en tydlig avvikelse från den formaliserade arbetsmodellen, som domineras av traditionellt hierarkiskt beslutsfattande och som vanligtvis gör arbetet till en immateriell

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

procedur. Andra fokuspunkter är deltagarroller, interaktionsprocesser, tidsramar och framgångsfaktorer. Ett viktigt inslag i co-design är således att **co-designers fattar beslut, inte bara kommer med förslag** (Burkett, 2012).

Co-designsessioner äger huvudsakligen rum i form av workshops i en informell miljö. Med hjälp av en eller flera facilitatorer diskuterar och utforskar deltagarna idéer genom brainstorming och andra Design Thinking-tekniker.³

Det finns olika metoder och verktyg för att implementera participatory design, men den som är mest utbredd och som för närvarande vinner störst acceptans är Design Thinking.⁴ Design Thinking är en metodik som fick sitt empiriska ursprung på 1990-talet och som utgör startpunkten för en process för att definiera designmetoder som har omfattat olika tillämpningsområden, t.ex. design av digitala tjänster, produktdesign, arkitektur eller att skriva projektförslag.

Co-design eller deltagande design är därför ett tillvägagångssätt som involverar en grupp intressenter i att skapa en idé som genereras av designfasen för ett koncept, en produkt eller en tjänst i syfte att **dela** allas behov **och tillsammans definiera** riktlinjerna för ett projekt.⁵

Aktiviteterna är strukturerade på ett sådant sätt att de **för en dialog med alla deltagare** och gör dem till medförfattare till projektet. Människor med olika färdigheter och operativa nivåer kommer att arbeta vid samma bord, men genom Co-design kommer de att kunna kanalisera och anpassa sina idéer mot ett gemensamt mål i syfte att definiera några av de kriterier som kommer att påverka projektets framtida utveckling. Sammantaget innebär Co-design **att man utvecklar processer för att förstå, utveckla och stödja ömsesidigt lärande mellan flera deltagare i kollektivt beslutsfattande och kollektiv design.**

Varför co-design?

Med hjälp av co-design vid utveckling av produkter, tjänster eller - i vårt fall - utbildningsresurser kan eleverna bidra på ett kreativt sätt till att formulera och lösa ett problem. Detta tillvägagångssätt går längre än samråd genom att bygga upp och fördjupa ett jämlikt samarbete mellan medborgare som påverkas av eller försöker lösa en viss utmaning. En viktig princip inom co-design är att användarna, i egenskap av "experter" på sina egna erfarenheter, blir centrala i designprocessen.

Fördelarna med co-design är följande:

³ [Carlton et al., *Innovazione per la sostenibilità: un'esperienza di co-design per il welfare comunitario*, 2017](#)

⁴ [Workshop i designtänkande](#)

⁵ [Bähr, *Cos'è, a cosa serve e come si fa Co-design*](#).

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

- Vissa grupper eller individer som normalt inte har någon "röst" kan vara en Involverade i förhandlingar och dialog.
- Olika intressenter får genom projektutvecklingsprocessen ett större ansvar, vilket ökar motivationen och engagemanget hos alla som deltar
- Det blir lättare att skapa länkar och nätverk, vilket gör att du kan dela information på ett bättre sätt än tidigare.

Det utbildningsprogram som utvecklats inom ramen för CHMKS-projektet syftar dessutom till att utbilda "aktiva förändringsaktörer" genom att ge ungdomar färdigheter, metoder och verktyg för att planera och genomföra utbildnings- och medvetandehöjande aktiviteter i miljöfrågor. I detta avseende är co-design ett viktigt verktyg för att de ska kunna dra full nytta av den utbildning de fått och mångfaldiga effekterna av projektet.

III. Icke-formell utbildning

Uppackning av tillvägagångssättet: En steg-för-steg-guide till metodiken

För att säkerställa individers utveckling i en föränderlig och sammankopplad värld är **det viktigt att ha tillgång till utbildningsmöjligheter** som gör det möjligt att förvärva, utveckla och upprätthålla de kompetenser som krävs för att förbättra personliga och yrkesmässiga ambitioner.⁶

Icke-formell utbildning (NFE) avser all utbildning som sker utanför konventionella eller formella inläringssammanhang men inom ett ramverk av något slag.⁷ Den definieras vanligen inom ett utbildningsspektrum som omfattar hur den förhåller sig till formell utbildning och informellt lärande.

- **Formell utbildning** motsvarar en systematisk, organiserad utbildningsmodell som är strukturerad och administrerad enligt en given uppsättning lagar och normer och som innehåller en ganska rigid läroplan vad gäller mål, innehåll och metodik. Den omfattar det formella utbildningssystemet, inklusive yrkesutbildning och universitetsutbildning, och kulminerar i en erkänd certifiering, ett examensbevis, en examen eller yrkeskvalifikationer.
- **Informellt lärande** sker oavsett om det är ett medvetet val eller inte och förverkligas genom att aktiviteter utförs i vardagliga situationer och interaktioner som äger rum. Det

⁶ [Asunción Manzanares Moya, Icke-formell utbildning och livslångt lärande, 2021](#)

⁷ [Europarådet, COMPASS Manual for human rights education with young people, 2020](#)

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

sker utan externt stöd och är inte institutionaliserat och sker inom ramen för arbete, familj och fritid.

- **Icke-formell** utbildning och lärande kännetecknas av att en person medvetet engagerar sig i en organisation som tillhandahåller ändamålsenlig utbildning och fortbildning, även frivilligarbete, offentlig förvaltning, privat social service och i företag. Icke-formell utbildning är alla typer av strukturerat och organiserat lärande som är avsiktligt och planerat av en utbildningsanordnare, men som inte leder till formella kvalifikationer som erkänns av de relevanta nationella utbildningsmyndigheterna.

Icke-formell utbildning är en integrerad del av ett koncept för livslångt lärande som säkerställer att ungdomar och vuxna förvärvar och upprätthåller de färdigheter, förmågor och dispositioner som krävs för att anpassa sig till en ständigt föränderlig miljö. I allmänhet utförs den mest konsekventa delen av icke-formell utbildning av icke-statliga organisationer som är involverade i samhälls- och ungdomsarbete. Icke-formell utbildning är resultatet av en medveten ansträngning och uppstår ur elevens medvetna beslut att förvärva och behärska en viss aktivitet, färdighet eller ett visst kunskapsområde. Den kräver inte någon extern ackreditering eller bedömning och följer inte någon fastställd kursplan.

De pedagogiska processer som främjas av NFE stöder också utvecklingen av flexibla läroplaner och metoder som kan anpassas till deltagarnas behov och intressen, där tiden inte är en förutbestämd faktor utan beror på deras arbetstakt. Detta innebär att NF-lärande omfattar olika strukturerade lärandesituationer som inte har samma nivå av läroplan, kursplan, ackreditering och certifiering som "formellt lärande", men som har mer struktur än "informellt lärande", som vanligtvis sker naturligt och spontant som en del av andra aktiviteter.

Icke-formell utbildning omfattar alla former av strukturerade lärandeaktiviteter utanför de formella utbildningssystemen. *Informellt lärande*, å andra sidan, omfattar alla lärandeaktiviteter som äger rum på ett ostrukturerat sätt.

Målet med folkbildningen är att genom att ta sin utgångspunkt i kurser och aktiviteter **öka** individens allmänna och akademiska insikter och färdigheter samt öka förmågan och viljan att ta ansvar för sitt eget liv och att ta en aktiv och engagerad del i samhället.

Viljan att lära är framtidens nyckelkompetens. Det är därför viktigt att den icke-formella utbildningssektorn är i fas med att använda och vidareutveckla sin uppenbara potential att skapa och stärka motivationen för människor att lära sig.

Som redan nämnts äger NFE vanligtvis rum utanför det formella utbildningssystemet, men det bygger ändå på sunda pedagogiska principer.

I korthet främjar NFE:

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

- **Holistiskt lärande** eftersom det tar hänsyn till och syftar till utveckling av hela människan utan att försumma någon aspekt av deltagarens personlighet (intellektuell, emotionell, social, fysisk, konstnärlig, kreativ och andlig);
- **Öppen inlärning** som uppmuntrar till kritiskt tänkande och självförtroende att uttrycka åsikter, eftersom de frågor som tas upp i NFE är komplexa och det inte bara finns ett korrekt svar för alla;
- **Kooperativt lärande**, eftersom alla deltagare uppmuntras att fatta beslut om vad och hur de vill lära sig och de uppmuntras att aktivt delta i lärandet och arbeta tillsammans i grupper för att uppnå resultat som är fördelaktiga för både dem själva och gruppen;
- **Erfarenhetsbaserat lärande**, eftersom grundläggande färdigheter och värderingar som kommunikation, kritiskt tänkande, opinionsbildning, tolerans och respekt endast kan läras genom erfarenhet och praktik;
- **Interkulturellt lärande**, eftersom NFE främjar lärande om likheter och skillnader mellan olika kulturer som ett kraftfullt medel för att bekämpa diskriminering, intolerans, rasism och våld.

Överlag står eleven i centrum för utbildningsprocessen inom NFE. Allt utgår från deltagarnas behov och intressen och anpassas *kontinuerligt* till dem.

En viktig del av NFE är att fastställa tydliga lärandemål. I slutet av varje session bör deltagarna inte bara ha en djupare förståelse för ett visst ämne utan också ha förvärvat en specifik uppsättning kompetenser som kan påverka deras liv och miljö positivt.

I varje utbildningsmiljö finns det en tydlig utbildningsprocess som involverar utbildaren och deltagarna, deras kunskaper, attityder, färdigheter, värderingar och de föreslagna aktiviteterna. Men det pågår också en omfattande och subtil utbildningsprocess. Det handlar bland annat om hur vi hanterar lokaler och resurser, delegerar uppgifter och makt, väljer material, interagerar med samhället och gör det möjligt för personer som talar andra språk, har funktionsnedsättningar eller är föräldrar att delta. Dessa aspekter kan ha en betydande inverkan på utbildningen. I NFE läggs stor vikt vid och allvarligt övervägande görs av dessa "osynliga" utbildningselement.

NFE: Debriefing och utvärdering

Debriefing och utvärdering är väsentliga delar av den icke-formella och erfarenhetsbaserade inlärningsprocessen. Enbart erfarenhet är inte detsamma som kunskap; vi måste analysera vad som hände och omvandla erfarenheten till användbara idéer för framtiden. Därför är det viktigt att avsätta tid efter varje aktivitet eller i slutet av en session för debriefing och utvärdering.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

Deltagarna bör få gott om tid på sig att slutföra aktiviteten och, om det behövs, en stund för att koppla av och få perspektiv.

Under den här fasen uppmuntras deltagarna att individuellt eller i grupp reflektera över sina erfarenheter och dela med sig av sina insikter. Utbildaren underlättar denna process genom att ställa frågor som t.ex:

- Vad hände under aktiviteten och hur kände du dig?
- Vad har ni lärt er om er själva?
- Vilka insikter fick du om de frågor som togs upp i aktiviteten?
- Hur kan du tillämpa det du har lärt dig framöver?

Denna strukturerade reflektion hjälper deltagarna att dra meningsfulla lärdomar av sina erfarenheter.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

NFE: Vem är NFE-utbildaren?

Utbildaren är den person som förbereder, presenterar och samordnar inlärningsprocessen. De ger deltagarna möjlighet att upptäcka sig själva och utveckla sin potential, motiverar dem genom nyfikenhet, intresse, delaktighet och kreativitet och gör det möjligt för alla att lära av varandra.

Deltagarna måste känna sig avslappnade och trygga under varje session, och det är därför som utbildaren säkerställer en högkvalitativ inlärningsmiljö. Utbildaren främjar tillit, positiv kommunikation och solidaritet och hjälper gruppen att utveckla sin förmåga att uttrycka sig och analysera genom att uppmuntra till att dela med sig av åsikter och idéer. Genom att underlätta interaktion och utbyte förstärker utbildaren befintlig kunskap och odlar ny förståelse.

Utbildaren betonar värdet av olika åsikter och ser dem som möjligheter, och tar upp både individuella och kollektiva aspekter av uttryck och lärande. De uppskattar alla åsikter som uttrycks och stimulerar kritiskt tänkande, vilket ökar deltagarnas delaktighet och engagemang.

Genom att uppmuntra till dialog och interaktion mellan deltagarna minimerar utbildaren sin egen roll till vad som är nödvändigt och bryter därmed stereotypen av utbildaren eller läraren som den enda kunskapskällan.

Förmågor

- NFE-utbildaren är expert på olika former av gruppledning, kommunikation och presentation.
- De har goda kunskaper om interkulturella frågor, organisation och tidshantering och kan arbeta effektivt i team.
- En NFE-utbildare kan utforma och genomföra utbildningsprogram.
- De kan använda olika metoder för att genomföra individuella och kollektiva utvärderingar och självbedömningar för eleverna.
- De kan hjälpa gruppen att definiera och formulera sina egna resultat samt att utveckla och genomföra sina egna handlingsplaner för att uppnå lärandemålen.

Attityder

- NFE-utbildaren främjar aktivt jämställdhet, inkludering, interkulturell förståelse och respekt för mångfald och mänskliga rättigheter för alla
- De ser praktikanterna som ansvarstagande individer och värdefulla partners i inlärningsprocessen och de erkänner och värdesätter praktikanternas sociala kapital och erfarenheter, arbetar för att stärka dem. De är lagspelare och främjar samarbete och gruppprestationer.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

- De ser förhållandet mellan utbildare och deltagare som horisontellt snarare än hierarkiskt och de är fast beslutna att dela makten med alla teammedlemmar.
- En NFE-utbildare fungerar som en förebild och lär ut genom att föregå med gott exempel: de följer samma värderingar och regler som deltagarna förväntas följa och de är tillgängliga för alla, respekterar och lyssnar aktivt och med genuint intresse på alla åsikter som uttrycks, ger råd och svarar ärligt på alla frågor.

Beteenden

- En NFE-utbildare fungerar som en resurs och rådgivare för alla och upprätthåller en öppen kommunikation med alla deltagare under hela utbildningsprocessen för att visa att de är tillgängliga. De är alltid tillgängliga och hittar rätt balans mellan att vara roliga och seriösa, och de utnyttjar informella tillfällen, som kaffepauser och lunch, för att engagera sig i en eller flera praktikanter.
- En NFE-utbildare delar med sig av personliga synpunkter, erfarenheter och analyser till gruppen utan att styra eller manipulera deltagarnas idéer. De validerar och uppmuntrar deltagande och erfarenhetsutbyte inom gruppen. De avstår från att bedöma deltagarnas personligheter och fokuserar istället på att ge feedback för att förbättra deras handlingar.
- Sammantaget lyckas en NFE-utbildare skapa ett ramverk av förtroende genom att vara positiv och stödjande gentemot sina medutbildare, upprätthålla sekretess och vara öppen för kritik.

NFE:Faciliteringsstilar

Faciliteringsstilar formas av en utbildares/facilitators pedagogiska värderingar och återspeglar deras utbildningsfilosofi. Om du känner igen din egen facilitering eller dina egna undervisningsstilar kan du förbättra dina undervisningsmetoder avsevärt. Genom att skraddarsy ditt tillvägagångssätt kan du öka elevernas engagemang och motivation och i slutändan förbättra elevernas resultat och framsteg. De faciliteringsstilar du väljer bör vara i linje med dina mål, material och inlärningsmål.

Centralt i faciliteringsprocessen är samarbetet mellan facilitator och deltagare. Därför utvecklar facilitatorerna ofta en personlig faciliteringsstil som svarar mot deltagarnas behov. Beroende på övningen, gruppdynamiken, miljön och den personliga intuitionen kan facilitatorerna använda olika stilar, t.ex:

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

- Det är en metod där utbildaren förmedlar kunskap genom att ge deltagarna instruktioner och förklaringar i enlighet med formell utbildningspraxis. Utbildaren presenterar och förklarar innehållet, inklusive teori, exempel och tillämpningar, medan deltagarna passivt tar emot information utan aktiv interaktion. Den här typen av handledning kallas ofta "traditionell" och fokuserar på att förmedla kunskap genom tydliga anvisningar för att minimera antalet fel. Den främjar ett effektivt lärande där logik och korrekta fakta har företräde framför känslor, perspektiv och personliga uppfattningar. Eleverna deltar i en strukturerad inlärningsprocess som syftar till att uppfylla förutbestämda beteendenormer.
Fördelarna med detta tillvägagångssätt är att läraren kan använda sig av en mängd olika format, t.ex. föreläsningar och multimediapresentationer. Men även om det är effektivt för ämnen som matematik, musik, idrott och hälsa samt konst och hantverk, innebär det utmaningar när det gäller att tillgodose elevernas individuella behov i större och mer varierade klassrumsmiljöer.
- **EXPLORATORISK**
I motsats till den direktiva handledningsstilen är det utforskande förhållningssättet förankrat i en studentcentrerad pedagogik, med fokus på att skapa förutsättningar för aktivt engagemang och interaktion under inlärningsprocessen. Den uppmuntrar deltagarna att uttrycka sina erfarenheter och idéer, tänka kreativt och utveckla förmågan att reflektera över sitt lärande. Denna metod genomförs genom att ställa frågor och presentera utmanande situationer för eleverna, i syfte att utforska nytt material och integrera det med deras befintliga kunskaper.
Det är viktigt att betona att den utforskande facilitatorn inte lämnar eleverna utan vägledning utan ger dem möjlighet att förutse olika lektioner och resultat baserat på deras val. Den utforskande metoden främjar social interaktion och förbättrar den kognitiva utvecklingen, vilket gör den särskilt effektiv för att lära ut kritiskt tänkande och problemlösningsförmåga. En nackdel med denna stil är dock utmaningen att upprätthålla interaktionen mellan lärare och elev, eftersom inlärningsprocessen betonar upptäckter snarare än traditionella föreläsningar och tester av memorerad kunskap. Följden blir att det inte är lätt att mäta framgång i konkreta termer.
- **DELEGERING**
Denna faciliteringsstil betonar erfarenhetsbaserat lärande. Handledarna ger deltagarna möjlighet att självständigt sätta upp mål, utveckla planer och fördela uppgifter och roller. Facilitatorn finns tillgänglig som en resurs vid behov, men undviker formella

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

föreläsningar. Eleverna får erkännande och beröm för sin självständighet, vilket gör denna stil särskilt lämplig för läroplaner och utbildningstillfällen som omfattar praktiska aktiviteter eller samarbetsuppgifter, t.ex. debatt och kreativt skrivande.

Detta tillvägagångssätt uppmuntrar eleverna att utveckla självförtroende och självständighet. Elever som ännu inte är redo för en sådan självständighet kan dock uppleva ångest och få svårt att prestera. Den delegerande stilen är mest effektiv när eleverna har tillräcklig kunskap och är redo att gå vidare till nästa nivå i lärandet och ser läraren mer som en guide än en traditionell instruktör.

Kritiker av den delegerande stilen menar att den undergräver lärarens auktoritet, eftersom handledaren fungerar mer som en konsult än som en auktoritet i klassrummet. Trots denna kritik är delegeringsstilen erkänd som en modern undervisningsmetod som främjar elevernas initiativförmåga och självstyrning.

- **PARTICIPATIV**

Det är en pedagogik som använder sig av en rad didaktiska strategier och tekniker som syftar till att främja elevernas aktiva deltagande i utbildningsprocessen. Enligt detta tillvägagångssätt uppmuntras varje elev att ta ansvar för sin egen inlärningsresa och därigenom utveckla självständighet i lärandet. Deltagande lärande innebär att man engagerar och samarbetar med eleverna, inte bara genom att fånga deras intresse med teoretiskt innehåll, underlätta debatter, utbyta åsikter och uppmuntra till kritisk reflektion, utan också genom att involvera dem i praktiska aktiviteter. Dessa praktiska aktiviteter omfattar allt från praktiskt arbete, handledning och fallstudier till projektbaserat lärande och simuleringar. De syftar till att överbrygga teoretisk och akademisk kunskap med verkliga tillämpningar, vilket gör det möjligt för eleverna att tillämpa och utvärdera den kunskap och de färdigheter de förvärvar.

- **DELNING**

Det är en faciliteringsstil som uppmuntrar deltagarna att uttrycka sina tankar och känslor om vad de har lärt sig, varför de lär sig och hur de utvecklas under hela inlärningsprocessen. Delning främjar dialog och utbyte av olika erfarenheter, vilket främjar samarbete mellan deltagarna. När deltagarna blir skickliga på att dela med sig lär de sig att hantera känslor och få nya perspektiv genom att förstå olika synvinklar.

Genom att dela med sig av känslor och reflektioner om sin inlärningsresa utvecklar eleverna motståndskraft när det gäller att hantera både framgång och misslyckande. Att lära sig att dela med sig förbereder dessutom eleverna för att effektivt samarbeta och förhandla i team. Facilitatorn spelar en avgörande roll när det gäller att uppmuntra till delande och självreflektion, inte bara för att främja kompromisser och rättvisa utan

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

också för att utveckla empati bland deltagarna. Att ställa upp tydliga förväntningar från början är avgörande för att säkerställa att delningsprocessen löper smidigt och minimerar potentiella besvikelser.

- **INTERPREKTIV**

Tolkande handledning innebär att man odlar specifika mentala vanor som fokuserar på att tolka och översätta kunskap om inlärningsprocessen, elever och ämnesinnehåll till meningsfulla och ändamålsenliga inlärningsupplevelser. För att engagera eleverna i ett tolkande tänkande använder facilitatorerna metoder som fokuserad undersökning, riktad observation, aktiva inlärningsmetoder och vägleda övningar.

Att undervisa tolkande kräver att handledarna själva tänker tolkande, vilket främjar ett förhållningssätt som uppmuntrar kritiskt engagemang genom öppen dialog och debatt mellan eleverna och handledaren. Denna metod behandlar varje elev som en individ och strävar inte bara efter att hjälpa dem att hitta sin röst för att uttrycka sig själva och sin inlärningsresa utan också att förstå världen omkring dem.

- **EVALUATIV**

Denna faciliteringsstil innebär ett strukturerat tillvägagångssätt för att bedöma en deltagares prestationer under hela inlärningsprocessen, ge återkoppling på vad som kommuniceras och erbjuda värdeuttalanden om beteende och inlärningsresultat. Utvärderingsmetoderna omfattar återkoppling, självbedömning, kamratobservation eller användning av portfolios för att följa utvecklingen över tid. Utvärderingen omfattar fyra olika aspekter: mål, inlärningsupplevelser, elevbedömning och det inbördes förhållandet mellan dessa element.

Utöver dess inverkan på elevernas akademiska utveckling gör utvärderingsprocessen det möjligt för lärare att reflektera över sina undervisningsmetoder och justera teknikerna efter behov. Därför bör utvärdering ses som en ömsesidigt fördelaktig process för både handledare och elever.

I slutändan bör valet av faciliteringsstilar baseras på vad som bäst passar publikens behov, liksom facilitatorns bakgrundserfarenhet och kunskap. Var och en av de ovan nämnda faciliteringsstilarna ger eleverna olika metoder och tillvägagångssätt som är rotade i icke-formella utbildningsprinciper.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

B. Praktiska övningar

För att förbättra inlärningsupplevelsen innehåller e-kursen interaktiva, praktiska workshops som är skräddarsydda för viktiga ämnen som är både aktuella och relevanta. Dessa workshops är utformade för att överbrygga teoretisk kunskap med praktisk tillämpning, vilket säkerställer att deltagarna inte bara förstår innehållet utan också aktivt kan tillämpa det i verkliga scenarier. Varje modul tar upp kritiska aspekter av hållbarhet, ungdomsengagemang och politiska ramverk, vilket ger deltagarna de verktyg och insikter som behövs för att driva meningsfull förändring.

Modulerna omfattar:

1. **EU:s ungdomspolitik och EU:s ungdomsstrategi** - Denna modul ger en djupgående förståelse för de ramar som styr ungdomsinitiativ i Europa och hjälper deltagarna att förstå den politik, de program och de möjligheter som finns för att stärka unga människor.
2. **Active Participation and Youth Participation** - Denna modul är inriktad på att främja ungas handlingsförmåga och utforskar strategier för att uppmuntra aktivt deltagande i beslutsprocesser och samhällsaktiviteter, främja ledarskap och samhällsengagemang.
3. **EU:s miljöpolitik** - I den här modulen granskas den politik som formar miljöåtgärderna i EU, med fokus på deras inverkan och koppling till det globala hållbarhetsarbetet.
4. **EU:s gröna giv och EU4Climate-programmet** - Deltagarna dyker ner i omvälvande EU-initiativ som syftar till att bekämpa klimatförändringarna och bygga en mer hållbar framtid, och får insikter i deras mål, genomförande och framsteg.
5. **Understanding Sustainability** - Denna modul bygger på grundläggande kunskaper och introducerar nyckelbegrepp inom hållbar utveckling och utforskar dess betydelse för att ta itu med globala utmaningar.
6. **Utforska cirkulär ekonomi** - Eleverna upptäcker principerna och metoderna för cirkulär ekonomi, med fokus på att minska avfall, återanvända resurser och skapa slutna kretslopp som stöder miljöhälsa.
7. **Daily Waste Reuse and Best Practices** - Denna praktiska modul ger praktiska strategier för att integrera hållbarhet i det dagliga livet och visar på innovativa metoder för att minska avfallet och återanvända resurser.
8. **Mentorskapsmetoder och strategier** - Deltagarna lär sig effektiva mentorskapstekniker för att vägleda och stödja unga förändringsaktörer, vilket främjar tillväxt och ledarskap i deras samhällen.
9. **Co-Design Processes and Methodologies** - Denna modul betonar samarbetsinriktade metoder för problemlösning och ger deltagarna verktyg för att skapa effektiva och inkluderande lösningar tillsammans med olika intressenter.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

Varje workshop är utformad för att vara mycket interaktiv och kombinerar gruppdiskussioner, rollspelsaktiviteter och kreativa övningar för att säkerställa en engagerande och dynamisk inlärningsupplevelse. Genom att delta i dessa workshops kommer deltagarna att utveckla kritiskt tänkande, bygga upp förtroendet för sin förmåga att leda hållbarhetsinitiativ och få praktisk kunskap som direkt kan tillämpas i deras personliga och professionella strävanden. Detta omfattande tillvägagångssätt säkerställer att deltagarna lämnar e-kursen stärkta, informerade och redo att göra en påtaglig inverkan i sina samhällen och bortom.

I. EU:s ungdomspolitik och EU:s ungdomsstrategi

Europa i bilder	
LOs:	- Deltagarna kommer att reflektera över Europas betydelse i vårt dagliga liv. - Deltagarna kommer att få en bättre förståelse för det europeiska medborgarskapet och kunskap om Europeiska unionen;
Varaktighet:	Den totala tiden kan variera beroende på antalet bilder som ska diskuteras. Det rekommenderas dock att inte överskrida den totala längden på 90 minuter cirka. <i>Sessionen kan organiseras på följande sätt, förutsatt att gruppen delas in i 4 smågrupper (nationella grupper):</i> • Förklaring och förberedelse: 10 minuter; • Fotografering: 30 minuter; • Förberedelser inför plenarsammanträdet (ladda upp foton och hitta titlar): 10 minuter; • Diskussion i plenum: 40 minuter (cirka 10 minuter per foto).
Material som behövs:	Smartphones eller annan enhet som kan ta bilder, laptop, projektor
Förberedelser:	En gemensam online-mapp bör upprättas så att grupperna kan ladda upp de foton de tagit. Projektorn ska vara inställd för att visa bilderna. För den avslutande diskussionen i plenum bör stolarna placeras i en cirkel.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	<i>Under aktiviteten bör utbildaren/handledaren kontinuerligt utvärdera om det behövs fler aktiviteter för att nå målen.</i>
Beskrivning:	I den här aktiviteten används fotografering som ett sätt att starta en diskussion om europeisk identitet med deltagarna. 1. Utbildaren/utbildarna delar in gruppen i smågrupper, ca 3 eller 4 personer per grupp och förklarar aktiviteten. <i>För mindre grupper kan aktiviteten utföras individuellt av varje deltagare</i> 2. Deltagarna får en mening som de ska tänka på i 5 minuter, till exempel "Vad betyder Europa/Europeiska unionen för mig?" 3. Efter 5 minuter ska varje grupp gå ut och ta 3 foton av vad Europa och Europeiska unionen betyder för dem. De har 30 minuter på sig att ta bilderna. 4. Varje grupp måste namnge varje foto de tagit. 5. Utbildaren/facilitatorn samlar in alla foton och visar dem för gruppen i plenum. 6. Plenum kommer först att diskutera den betydelse de ser i varje foto, och sedan kommer den grupp som tog fotot att avslöja fotots titel och förklara för de andra deltagarna hur det fotot representerar Europa/Europeiska unionen för dem. <i>I den här fasen bör utbildaren/utbildarna vara uppmärksamma på att varje bild diskuteras lika länge. Diskussionstiden kan vara längre eller kortare, beroende på det totala antalet foton som ska diskuteras.</i> 7. avrapportering av aktiviteten (se nedan).
Learn check/ Debriefing:	Frågor för debriefing kan vara: • Hur många grupper har en liknande bild av Europa? Hur många bilder är olika? • Har du gett bilden en annan innebörd än upphovsmannen/författarna? Varför tror du att detta händer?

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	- Vad tycker du om att andra människor ger ditt foto en annan innebörd? - Varför tror du att era bilder av EU är lika/olika? Debriefingen bör leda till att deltagarna reflekterar över de olika uppfattningar som var och en av oss kan ha om en idé. I det här fallet ledde olika personliga erfarenheter och bakgrunder till olika/likvärdiga bilder som representerade samma begrepp "Vad betyder EU/Europa för mig?".
Tips för utbildaren:	Denna metod lämpar sig särskilt väl för internationella grupper. Den ger deltagarna möjlighet att först bli medvetna om sin egen bild av Europa i smågrupper* och att utbyta idéer innan ämnet diskuteras vidare i den internationella storgruppen. Denna metod kan fungera som en inledning till en diskussion om Europas olika status i olika länder, vilka bilder av Europa som är förhärskande och hur mångfacetterat Europa är. * Små grupper kan bildas så att de är nationellt och/eller språkligt homogena. Detta skulle kunna bidra till att lättare hitta <i>en</i> gemensam idé att representera.
Handouts:	Ingen.
Teamets medlemmar:	<i>Maria Ceraolo - BASE</i>

BREAK

Energizer - Skriv det, rita det	
LO:	Hjälp deltagarna att fokusera på aktiviteterna igen efter pausen.
Varaktighet:	Varaktigheten kan variera. Som en energigivande aktivitet bör den inte vara längre än 15-20 minuter.
Material som behövs:	Papper, pennor, blyertspennor

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

Förberedelser:	n/a.
Beskrivning:	"Det här är ett roligt spel att spela i grupp, även om deltagarna inte känner varandra så väl. Möjligen är det ännu roligare. Ledaren/ledarna ger alla ett A4-ark och förklarar reglerna. Spelet börjar med att alla skriver en kort mening högst upp på sidan. Sedan ber ledaren/ledarna deltagarna att vika den delen av sidan på sig själv, täcka meningen och skicka den till personen på höger sida. När alla har fått bladet av personen bredvid sig kan de öppna sidan och läsa meningen själva och se till att personen till höger om dem inte läser den. Sedan ber utbildaren/utbildarna deltagarna att göra en liten teckning som föreställer meningen, vika arket så att teckningen döljs och skicka det till personen till höger. När alla har fått arket kan de öppna sidan, titta på teckningen och skriva en mening som representerar teckningen, och alltid se till att personen till höger inte ser. Vik arket, skicka det och så vidare tills svängen (eller arket) är komplett. det är viktigt att den sista delen är en mening och inte en ritning. Alla kommer att ha roligt när de läser den sista meningen som skrivits och sedan öppnar arket och upptäcker hur meningen har omvandlats.
Learn check/ Debriefing:	n/a
Tips för utbildaren:	Spelet avslutas vanligtvis när hela arket är färdigt, men det kan också stoppas innan det naturliga slutet genom att låta deltagarna veta att det skulle vara den sista omgången. Tänk på att den sista omgången ska vara en mening och inte en teckning.
Handouts:	Ingen.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

Teamets medlemmar:	Maria Ceraolo - BASE
--------------------	----------------------

Hur är det med EU?	
LO:	- Deltagarna kommer att reflektera över Europas betydelse i vårt dagliga liv. - Deltagarna kommer att få en bättre förståelse för det europeiska medborgarskapet och kunskap om Europeiska unionen;
Varaktighet:	60 minuter för presentation av PPT och diskussion
Material som behövs:	PPT-presentation, bärbar dator, projektor
Förberedelser:	Utbildaren/utbildarna bör förbereda sig på ämnet för sessionen och förbereda en PPT-presentation för att engagera deltagarna och diskutera med dem.
Beskrivning:	Den andra sessionen av Module är direkt kopplad till den föregående aktiviteten. Med hjälp av PPT-presentationer och korta videor presenterar utbildaren/utbildarna de viktigaste aspekterna av Europeiska unionen, dess institutioner och de grundläggande europeiska värderingarna för deltagarna. Den ledande frågan för sessionen kommer att vara "Hur är det med EU?". Syftet med denna fråga är att få deltagarna att reflektera över EU:s historiska utveckling och skälen och argumenten för det europeiska projektet, samt över hur vi uppfattar Europa, dess gränser, begränsningar, framgångar, värderingar, hinder och utmaningar.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	Presentationen bör involvera deltagarna aktivt, så att de stimuleras att delta i inlärningsprocessen. För att göra detta kan utbildaren/utbildarna planera in tillfällen för brainstorming (t.ex. <i>vilka är EU:s viktigaste värderingar? eller vilka är EU:s utmaningar/fördelar?</i>) eller frågesporter (t.ex. <i>vad hände det här året? eller vilket år inträffade den här händelsen?</i>). De kan också tänka sig grupparbeten om specifika aspekter, t.ex. gruppundersökningar om olika ämnen som ska rapporteras till de andra deltagarna (t.ex. EU-medborgarskap, EU:s politik, EU:s värderingar, EU:s fördrag, EU:s institutioner, EU:s program osv.)
Learn check/ Debriefing:	<i>Den diskussion som inleds efter PPT-visningen fungerar som debriefing.</i>
Tips för utbildaren:	Det är viktigt att deltagarna förblir engagerade och deltar aktivt i sessionen. Detta kan åstadkommas genom en interaktiv presentation eller genom att integrera brainstorming och frågesporter i presentationen.
Handouts:	PPT Presentation och Video example Utbildaren/utbildarna kan använda dessa handouts för sessionen eller skapa egna, så länge samma grundläggande begrepp ingår (historisk översikt, EU-institutioner, Erasmus+).
Teamets medlemmar:	<i>Maria Ceraolo - BASE</i>

RAST / LUNCHRAST

EU & Ungdom	
LO:	<i>Förvärva kunskap om EU:s ungdomspolitik och EU:s ungdomsstrategi och kompetens om hur man överför den till andra</i>

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	<i>Förstå och förklara för andra EU:s ungdomspolitik och EU:s ungdomsstrategi</i>
Varaktighet:	<i>60 minuter (del 1) + 120 minuter (del 2)</i>
Material som behövs:	<i>Laptop, projektor, papper, pennor, affischer/blädderblock</i>
Förberedelser:	<i>Vad behöver utbildaren förbereda för att genomföra den här aktiviteten/sessionen?</i>
Beskrivning:	Del 1 Utbildaren/utbildarna presenterar EU:s ungdomsportal för deltagarna, visar de viktigaste funktionerna och innehållet och introducerar begreppet ungdomspolitik. Efter en översikt över portalen kommer utbildaren/utbildarna att be deltagarna att brainstorma fram en definition av "ungdomspolitik", som de sedan skriver ner på ett blädderblock (eller liknande verktyg). Utbildaren/utbildarna bör vägleda deltagarnas brainstorming utan att ge dem en fullständig/korrekt definition. Brainstormingen bör leda till en gemensam uppfattning om att <i>Med ungdomspolitik avses en uppsättning åtgärder, program och strategier som vidtas för att tillgodose ungdomars behov och intressen i samhället.</i> <i>Syftet med ungdomspolitiken är att skapa en gynnsam miljö för ungdomars utveckling, att tillgodose deras behov, att stärka deras personliga och yrkesmässiga kapacitet och att involvera dem i olika aspekter av samhället. Det kan handla om områden som utbildning, sysselsättning, hälsovård, kultur, idrott, ungdomars deltagande i beslutsfattande etc.</i> <i>Ungdomspolitiken formuleras och genomförs på lokal nivå, sedan på nationell nivå och på internationell nivå/EU-nivå.</i> Utbildaren/utbildarna kommer sedan att visa en kort introduktionsvideo till ungdomspolitiken: https://www.youtube.com/watch?v=Vd3zub--scE

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

I slutet av videon frågar utbildaren/utbildarna deltagarna om de känner till EU:s ungdomspolitik och börjar med att presentera EU:s ungdomsstrategi. De avslutar sedan sessionen med att be deltagarna att ta reda på vad EU:s ungdomsstrategi är och vad som är dess viktigaste inslag.

BREAK

Del 2

När deltagarna kommer tillbaka från pausen kommer utbildaren/utbildarna att fråga om EU:s ungdomsstrategi.

Vad är det för något? Vad är dess viktigaste egenskap?

Målet är att starta en diskussion om EU:s ungdomsstrategi som ett instrument som *"främjar ungdomars deltagande i det demokratiska livet, stöder socialt och medborgerligt engagemang och syftar till att säkerställa att alla ungdomar har de resurser som krävs för att delta i samhället"*.

Samtidigt visar utbildaren/utbildarna för deltagarna hur var och en av dem pekade ut olika element som "den viktigaste funktionen" och engagerar dem i att förklara varför den aspekten är viktig för dem.

Med utgångspunkt i begreppet "olika viktiga element för olika människor" kommer utbildaren/utbildarna att introducera EU:s ungdomsmål och notera följande

- De togs fram under en dialogprocess som involverade ungdomar från hela Europa.
- De 11 europeiska ungdomsmålen identifierar sektorsövergripande områden som påverkar ungdomars liv och pekar på utmaningar.
- EU:s ungdomsstrategi bör bidra till att förverkliga denna vision för unga människor.

Vid denna tidpunkt delar utbildaren/utbildarna in gruppen i tre smågrupper och tilldelar dem fyra (och tre) EYG och ber dem att undersöka dessa EYG och förbereda en presentation för att förklara dem för de andra grupperna.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	Varje grupp får 15 minuter på sig att undersöka sina mål och förbereda sina presentationer inför plenarsammanträdet. Varje presentation ska vara cirka 10 minuter lång och genomföras med aktivt deltagande av alla gruppmedlemmar. Efter 15 minuters efterforskning och förberedelser samlas grupperna i plenum och presenterar sina EYG för de andra deltagarna. När alla presentationer har avslutats kommer utbildaren/utbildarna att engagera deltagarna i en diskussion om de olika EYG:erna och deras betydelse.
Lärandekontroll/ Debriefing:	Debriefing kommer att starta från den sista diskussionen om EYG och gå tillbaka till början av dagen. Målet är att få deltagarna att reflektera över de olika ämnen som är viktiga för ungdomar och vad institutionerna aktivt gör för att engagera ungdomar i beslutsfattandet. Några frågor för debriefing kan vara: • Tycker du att alla EYG är lika viktiga? Varför eller varför inte? • Tycker du att alla EYG är relevanta? Är det något som saknas? • Genomförs ungdomspolitiken verkligen i ditt land? På vilket sätt? • Vad anser du bör känneteckna en ungdomspolitik? Den sista frågan kan fungera som en inledande reflektion över ämnet ungdomars deltagande. För mer information, se Youth policy COE, Standarder och "Verktyg för självutvärdering".
Tips för utbildaren:	• Det är viktigt att deltagarna förblir engagerade och deltar aktivt i sessionen. Om det behövs för HYPERLINK "https://www.instagram.com/euforya.eu/"02/Handout-1.2-What-About-EU-PPT-EUforYA.pdf"och interaktiva presentationsverktyg; • Introducera fler energizers eller teambuilding-spel under sessionen. Dessutom bör utbildaren/utbildarna alltid aktivt observera deltagarna och följa deras lärande under hela sessionen/ sessionerna för att kunna avgöra om det behövs fler aktiviteter för att nå de avsedda LO:na.
Handouts:	<i>Ingen.</i>

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

Teamets medlemmar:	Maria Ceraolo - BASE
--------------------	----------------------

UTVÄRDERING	
LO:	Hjälp deltagarna att själva reflektera över inlärningsprocessen och utvärdera hur inläringen fortskrider.
Varaktighet:	Varaktigheten kan variera. Den slutliga utvärderingssessionen (i slutet av dagen/modulen) bör ta minst 30 minuter.
Material som behövs:	Papper, pennor, blyertspennor
Förberedelser:	n/a.
Beskrivning:	Denna utvärderingssession baseras på Youthpass-strategin. NFE Verktyg för utvärdering: Loggbok, som är en blandning av aktiviteterna "Kaptensens loggbok" och "Lärandejournal" i manualen "Youthpass Unfolded". I slutet av varje aktivitet ombeds deltagarna att reflektera och svara på frågorna "Vad har du lärt dig av de andra? Eller vad har du lärt dig om dig själv?". I slutet av modulen har deltagarna tid att gå igenom sina inlärningssteg från tidigare aktiviteter och de ombeds att sammanfatta vad de tycker är de viktigaste inlärningsresultaten för dem. Resultatet av denna reflektion kommer att användas av deltagarna för att beskriva sina läranderesultat i sin Youthpass. Utvärderingssessionen bidrog till att utveckla deltagarnas förmåga att reflektera över sin personliga utveckling och sina läranderesultat.
Learn check/ Debriefing:	n/a

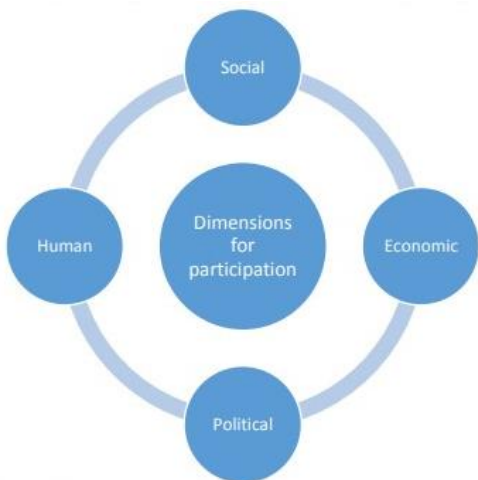
CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

Tips för utbildaren:	<i>Utbildaren bör stödja deltagarnas reflektion, men alltid uppmuntra dem till självreflektion och självutvärdering. Aktiviteten kan anpassas för längre utbildningar genom att ha en utvärderingssession i slutet av varje arbetsdag under kursen.</i>
Handouts:	<i>Ingen.</i>
Teamets medlemmar:	<i>Maria Ceraolo - BASE</i>

II. Aktivt deltagande och ungdomars deltagande

Valkampanjer	
LO:	- Deltagarna kommer att få kunskap om begreppet aktivt medborgarskap, dess dimensioner och dess koppling till sociala frågor. - Deltagarna kommer att uppmuntras att samarbeta och ha ett öppet sinne. - Deltagarna kommer att kunna ta ställning till några kontroversiella aspekter av ett demokratiskt samhälle.
Varaktighet:	90 minuter cirka (30 minuter presentation + 60 minuter för valupptakt)
Material som behövs:	Papper, pennor, färger, "AGREE"- och "DISAGREE"-skyltar att hänga upp på väggen, blädderblock (eller projektor och laptop).
Förberedelser:	Utbildaren/utbildarna bör förbereda sig på ämnet deltagande och förbereda en presentation eller en interaktiv frågesport för deltagarna. För aktiviteten "Valkampanj" ska utbildaren/utbildarna förbereda två skyltar med "Håller med" och "Håller inte med" och hänga upp dem på var sin sida av en lång vägg.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

Beskrivning:	Denna session kommer att introducera deltagarna till begreppet aktivt medborgarskap och dess betydelse, genom en kort presentation av utbildaren/utbildarna med hjälp av blädderblock och/eller en interaktiv frågesport.  <i>Presentationen kommer att utforska de olika dimensionerna av deltagande och de sätt på vilka medborgarna kan engagera sig aktivt i det medborgerliga och demokratiska livet i sina samhällen, oavsett om det är på lokal, nationell eller europeisk nivå. Den kommer också att utforska sambanden mellan hög/låg nivå av deltagande och sociala frågor.</i> Efter presentationen kommer en interaktiv session att genomföras genom att anpassa Compass-aktiviteten "Electioneering" till utbildningens ämne. • Deltagarna får höra ett påstående och placerar sig längs en vägg beroende på hur väl de instämmer i påståendet. Exempel på uttalanden: • <i>Det är ingen idé att återvinna.</i> • <i>Det är medborgarnas ansvar att kontrollera regeringens miljöpolitik.</i> • <i>Klimatförändringarna påverkar alla människor lika mycket.</i> • <i>Klimataktivisternas angrepp på konsten är acceptabla.</i> • Ledaren/ledarna kallar in de två personerna som befinner sig längst ut på linjen (håller med/håller inte med) till mitten av rummet och ber dem att presentera sina argument (1 minut vardera). • Efter de två presentationerna ber de övriga deltagarna att ställa sig bakom den person som de håller mest med. • Utbildaren/utbildarna ger sedan varje grupp 10 minuter att förbereda ett argument som presenterar deras åsikt och välja en annan talare.
----------------------------	--

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	- Efter tio minuter kallar utbildaren/utbildarna tillbaka grupperna och ber de två nya talarna att framföra sina argument (3 minuter vardera). Efter att ha hört argumenten kan anhängare av den ena eller andra sidan byta position och gå över till den motsatta gruppen om den motsatta sidans argument har varit övertygande. - Ledaren/ledarna ger sedan grupperna ytterligare 5 minuter var för sig för att arbeta med sina argument och välja en tredje talare. Efter talen kan deltagarna återigen byta plats om de vill. - Därefter samlar utbildaren/utbildarna alla deltagare för en genomgång.
Learn check/ Debriefing:	Debriefingen bör uppmuntra deltagarna att reflektera över värdet av ett pluralistiskt samhälle, snarare än att övergå till en diskussion om själva uttalandet/frågan. För att göra detta kan utbildaren/utbildarna vägleda deltagarna genom att ställa frågor som t.ex: - Har du ändrat dig under diskussionen? - Om ja, vilka argument var det som övertygade dig? - Om inte, tror du att det fanns något syfte med att prata om den här frågan? Finns det något som skulle kunna få dig att ändra uppfattning? - Tror du att du påverkades av andra saker än de faktiska argument som framfördes, till exempel av grupstryck, känslomässigt språkbruk eller en känsla av rivalitet? - Varför tror du att människor har olika åsikter? Vad bör man göra åt detta i ett demokratiskt samhälle? - Bör alla åsikter tolereras i en demokrati? - Hur kändes det att bli representerad i diskussionerna av någon annan? Hur kändes det att vara talesperson och att behöva förmedla dina supportrars åsikter? - Hur känns det att vara representerad i det politiska livet på lokal och nationell nivå? Eller i (deltagarnas) organisationer eller föreningar?

CHMKS - UTBILDNINGSFÖRMAT

Tips utbildaren:	för Andra ämnen än de som föreslås kan användas som diskussionsunderlag. Det viktiga är att välja ett uttalande som kan vara kontroversiellt inom gruppen Tänk på att det tar cirka 30 minuter att diskutera ett påstående genom de olika diskussionsrundorna. Om du vill använda fler påståenden måste du avsätta mer tid för detta. Syftet med aktiviteten är inte bara att diskutera själva sakfrågorna, utan också att öva upp förmågan att kommunicera och övertyga. Därför bör deltagarna uppmuntras att inte bara tänka på innehållet i och presentationen av sina egna åsikter, utan också på vilken typ eller form av argument som kommer att vara mest övertygande för människor på den andra sidan. De försöker ju faktiskt dra med sig så många som möjligt i sitt "parti". Utbildaren/utbildarna bör uppmuntra deltagarna att använda tiden mellan "talen" till att fundera över oppositionens ståndpunkt och hur den kan försvagas.
Handouts:	Resurser för presentationen finns: • VERKTYG FÖR CIVILT DELTAGANDE I BESLUTFATTANDE • COE:s sida "Om deltagande demokrati" • OACDH:s riktlinjer för deltagande
Teamets medlemmar:	Maria Ceraolo - BASE, från "Valkampanj".

BREAK

Stå upp, sitt ner	
LO:	Hjälp deltagarna att fokusera på aktiviteterna igen efter pausen.
Varaktighet:	Varaktigheten kan variera. Som en energigivande aktivitet bör den inte vara längre än 15 minuter.
Material som	n/a

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

ehövs:	
Förberedelser:	n/a
Beskrivning:	Utbildaren/facilitatorn säger en fras och de som tycker att påståendet är sant reser sig upp, de som tycker att det är falskt sätter sig ner. <i>t.ex. "Jag har ett husdjur." eller "Det här är min första träning." eller "Jag hatar bananer" eller "Jag tycker bättre om att arbeta ensam än i grupp."</i> Efter varje fras kan utbildaren/facilitatorn uppmana dem som står upp att sätta sig ner igen - eller om det handlar om stegvisa ämnen kan de säga "stå kvar om ...".
Lärandekontroll/ Debriefing:	n/a
Tips för utbildaren:	Utbildaren/utbildarna bör börja med ämnen som inte är alltför personliga och ämnen som sannolikt kommer att få många människor att resa sig, och sedan gå vidare till känsligare områden när deltagarna känner sig mer bekväma.
Handouts:	n/a
Teamets medlemmar:	Maria Ceraolo - BASE

På stegen	
LO:	- Deltagarna kommer att få kunskap om begreppet ungdomsdeltagande. - Deltagarna ska utveckla en känsla av ansvar för sina egna handlingar. - Deltagarna ska utveckla förmågan att samarbeta, organisera och vidta åtgärder tillsammans med andra.
Varaktighet:	120 minuter cirka

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

Material behövs:	Handout "the ladder of participation" (utskriven, ritad eller visas via projektor), papper, tuschpennor, pennor, klisterlappar, rubriker att hänga på väggen
Förberedelser:	Utbildaren/utbildarna bör förbereda sig på ämnet ungdomars deltagande och på stegen för deltagande, så att de kan vägleda deltagarna. De bör också förbereda 6 skyltar att hänga upp på väggen: hinder, möjliggörande faktorer, kontroll (x2), ingen kontroll (x2).
Beskrivning:	Under den här sessionen kommer deltagarna att introduceras till begreppet ungdomsdeltagande genom Compass-aktiviteten "On the ladder". DEL 1 Den första delen av aktiviteten syftar till att utforska deltagarnas förståelse av begreppet "ungdomsdeltagande". • Utbildaren/utbildarna frågar deltagarna vad de förstår med begreppet "ungdomars deltagande". • De visar eller delar sedan ut diagrammet över deltagandestegen. Utbildaren/utbildarna förklarar att detta är en modell för att tänka på olika sätt att delta och diskuterar kort de olika nivåerna. • Utbildaren/utbildarna delar in gruppen i 8 smågrupper och tilldelar varje grupp en nivå av deltagande och ber dem förbereda ett kort rollspel på 2-3 minuter för att illustrera den nivå de har tilldelats. • När grupperna är klara ber utbildaren/utbildarna dem att presentera sina rollspel i tur och ordning. Andra deltagare kan kommentera de olika rollspelen om de vill. DEL 2 Den andra delen av aktiviteten syftar till att få deltagarna att reflektera över hur de deltar i det medborgerliga och demokratiska livet i sina samhällen. • Utbildaren/utbildarna kommer att be deltagarna att hitta exempel i sina egna liv på så många av de 8 nivåerna som de kan. Deltagarna

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	bör arbeta individuellt i 5 minuter och tänka på alla aspekter av sitt liv (hem, skola, arbete, familj, vänner, föreningar etc.). • Efter 5 minuter bildar utbildaren/utbildarna smågrupper (4-5 personer) och ber deltagarna att dela med sig av sina exempel inom smågruppen. Tillsammans ska grupperna hitta "hinder" och "möjliggörande faktorer" för att klättra uppåt på karriärstegen. Dessa bör noteras på separata lappar. • Medan grupperna diskuterar hänger utbildaren/utbildarna upp de förberedda rubrikerna "hinder" och "möjliggörande faktorer" på väggen (åtskilda från varandra). Sedan tar de in grupperna i plenum och ber dem sätta upp sina papper på väggen under rubrikerna. • Utbildaren/utbildarna går sedan igenom de två listorna med deltagarna, klargör eventuella tvetydiga påståenden och försöker lösa eventuella meningsskiljaktigheter mellan deltagarna om påståendenas placering. • Slutligen sätter utbildaren/utbildarna upp de förberedda rubrikerna "kontroll" och "ingen kontroll" på väggen under var och en av de första rubrikerna och ber deltagarna att sortera varje lista i två dellistor beroende på om påståendena handlar om saker som de har (eller skulle kunna ha) kontroll över, eller om påståendena hänvisar till externa faktorer som är utom deras kontroll. • Efter att deltagarna har placerat om elementen går utbildaren/utbildarna igenom papperets positioner i de fyra listorna och leder deltagarna till debriefingen.
Lärandekontroll/ Debriefing:	Debriefing kan vägledas av utbildaren/utbildarna genom att ställa frågor som t.ex: • Hjälpte aktiviteten dig att tänka klarare kring hur du deltar i olika delar av ditt liv? Vad förvånade dig mest? • Spelar det någon roll om ungdomarna deltar aktivt eller inte? Varför inte? • Tror du att lågt deltagande främst beror på interna (psykologiska) faktorer, eller främst på externa faktorer

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	Känner du att du skulle kunna delta på en lägre/högre "nivå" än vad du gör för närvarande? Om så är fallet, inom vilka områden? Vilka är skälen till att göra det och vilka är skälen till att inte göra det?
Tips för utbildaren:	När deltagandestegen introduceras bör utbildaren/utbildarna klargöra att modellen inte är avsedd att antyda att det alltid är bäst att befinna sig på den "högsta" nivån. I vissa situationer är det i sig inget "fel" med att bara bli konsulterad (eller informerad). Utbildaren/utbildarna bör dock betona att de tre nedersta nivåerna (manipulation, dekoration och symbolpolitik) aldrig är acceptabla och inte kan betraktas som "deltagande" på grund av minimalt eller inget engagemang och bidrag.
Handouts:	Stegen för deltagande
Teamets medlemmar:	Maria Ceraolo - BASE, från " På stegen ."

RAST / LUNCHRAST

Gå, stanna, huka, slå	
LO:	Hjälp deltagarna att fokusera på aktiviteterna igen efter pausen.
Varaktighet:	Varaktigheten kan variera. Som en energigivande aktivitet bör den inte vara längre än 15 minuter.
Material som behövs:	n/a
Förberedelse	n/a
Beskrivning	Aktiviteten består av 4 omgångar:

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	• Omgång 1: När tränaren eller tränarna säger "gå", ska deltagarna stå stilla, och när de säger "stanna", ska deltagarna börja gå. De som gör fel rörelse åker ut. • Omgång 2: De tidigare reglerna gäller, men vi lägger till knäböj i spelet. När tränaren säger "knäböj", ska deltagarna utföra rörelsen. • Omgång 3: Vi lägger till klapp i spelet, men de tidigare reglerna förblir oförändrade. • Omgång 4: Nu blandar vi klapp och knäböj. När ledaren säger "klapp", ska deltagarna göra en knäböj och vice versa. Spelet slutar när endast två deltagare återstår, och de möts i en sista duell.
Learn check/ Debriefing:	n/a
Tips för utbildaren:	Energizer kan också göras utan att någon deltagare förlorar och måste lämna spelet. Syftet med aktiviteten är just att stimulera deltagarna efter en längre paus.
Handouts:	n/a
Teamets medlemmar:	Maria Ceraolo - BASE

Digital delaktighet	
LO:	- Deltagarna kommer att få kunskap om begreppet digital delaktighet. - Deltagarna kommer att reflektera över de positiva och negativa aspekterna av att använda digitala instrument för att engagera sig i deltagande aktiviteter.
Varaktighet:	45 minuter

CHMKS - UTBILDNINGSFÖRMAT

Material som behövs:	Papper, pennor, post-it-lappar, laptop,
Förberedelser:	Utbildaren/utbildarna bör vara förberedda på att diskutera digital delaktighet. De bör också förbereda Mentimeter-sidorna (eller liknande verktyg) för att dela med sig av till deltagarna.
Beskrivning:	Den här sessionen kommer att fokusera på att utforska den digitala dimensionen av ungdomars deltagande, hur det sker och vilka metoder som finns för att uppmuntra det. Utbildaren/utbildarna kommer att hålla en kort presentation om digital delaktighet och diskutera med deltagarna om fördelarna och eventuella nackdelar med digital delaktighet. Deltagarna bör vara aktivt involverade i presentationen, till exempel genom att tillsammans brainstorma fram en definition av digital delaktighet. <i>När är digital delaktighet? Varför spelar det någon roll?</i> De ska sedan bilda grupper och be varje grupp att diskutera ämnet sinsemellan och försöka hitta minst en positiv och en negativ aspekt av digitalt deltagande. <i>Utbildaren bör låta dem diskutera i högst 10 minuter och gå runt mellan grupperna för att ge input som kan stimulera diskussionen.</i> Smågruppernas svar om för- och nackdelar med digital delaktighet kommer att samlas in via Mentimeter och två olika ordmoln kommer att skapas, som sedan kommer att ligga till grund för en gruppdiskussion där deltagare kommer att diskutera frågan genom att dela med sig av sina erfarenheter av delaktighet och digital delaktighet.
Lärandekontroll/Debriefing:	Debriefingen utgår direkt från diskussionen i steg 3 och bör fokusera på att utforska deltagarnas uppfattningar om digital delaktighet. Frågor som kan användas är t.ex: • Har ditt sätt att delta förändrats jämfört med tiden före COVID-19? • Tror du att du deltar mer via online- eller offlineaktiviteter? Och varför i så fall? • Innebär digital delaktighet att fler eller färre människor kan delta och varför? Hur är det med unga människor?

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	Den sista frågan kan bidra till att diskutera underteman om inkludering och mångfald inom huvudtemat ungdomars delaktighet, och få deltagarna att reflektera över delaktighet och digital delaktighet för minoritetsgrupper och/eller diskriminerade grupper.
Tips för utbildaren:	I den här sessionen är debriefingen integrerad med själva aktiviteten. Aktiviteten bör i själva verket ha mer formen av en öppen diskussion där alla deltagare deltar aktivt. Utbildaren/utbildarna bör se till att detta sker genom att uppmuntra alla att delta med frågor som "vad tycker du?" eller "hur skiljer sig din åsikt från vad den här deltagaren sa?" och på alla sätt försöka undvika "ja/nej"-frågor. När/om samtalet övergår till att diskutera delfrågor om inkludering bör utbildaren/utbildarna vara medveten om mångfalden i gruppen och se till att alla deltagare känner sig bekväma med att dela med sig av sina synpunkter utan att såra/kränka andra. Läsmaterial om digital delaktighet finns
Handouts:	n/a
Teamets medlemmar:	Maria Ceraolo - BASE

BREAK

Labb för digital opinionsbildning	
LO:	- Deltagarna kommer att förstå innebörden av digital opinionsbildning. - Deltagarna får lära sig att identifiera de viktigaste begreppen inom digital opinionsbildning. - Deltagarna kommer att få kunskap om positiva och negativa aspekter av digitala påverkanskampanjer.
Varaktighet:	90 minuter

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

Material som behövs:	Papper, pennor, post-it-lappar, laptop,
Förberedelser:	Utbildarna bör förbereda en presentation om fallstudier för digitala påverkanskampanjer. De bör också känna till de viktigaste inslagen i en påverkanskampanj.
Beskrivning:	Den sista sessionen kommer att ägnas åt att utforska innebörden av digital opinionsbildning och de former den kan ta, genom analys av fallstudier. • Utbildaren samlar deltagarna i plenum och visar dem - med hjälp av en projektor - några av de bästa metoderna för digital opinionsbildning. • Under ledning av utbildaren/utbildarna, med hjälp av korta frågor och brainstorming, kommer gruppen att identifiera ett viktigt inslag i varje kampanj, huvudbudskapet och målen för kampanjerna. • Deltagarna kommer sedan att delas in i mindre grupper för att diskutera vad de anser är de viktigaste begreppen inom digital opinionsbildning. • Varje liten grupp ombeds att ta fram en lista med fem nyckelbegrepp för digitala kampanjer som de har lagt märke till i de bästa metoderna, och de presenterar listan för resten av grupperna. • Deltagarna ska sedan analysera alla likheter och skillnader mellan sina listor och - med stöd av utbildaren/utbildarna - arbeta tillsammans för att skapa en slutlig lista som de alla är överens om. • När den slutliga listan är klar delar utbildaren/utbildarna in gruppen i fyra grupper och ber varje grupp att skapa ett inlägg i sociala medier för projektets Facebook-sida. Utbildaren/utbildarna ger deltagarna några nyckelord (t.ex. miljö, utbildning, ungdomar, deltagande) och de måste välja det sociala forum som de ska skriva på, ett format (media, text etc.), ett budskap samt förbereda och publicera ett inlägg. <i>Varje grupp ska förbereda sitt inlägg och se till att de andra deltagarna inte hör deras idé.</i>

CHMKS - UTBILDNINGSFÖRMAT

	- Efter 15 minuter kommer deltagarna tillbaka till plenum och varje grupp visar sitt inlägg och frågar de andra deltagarna om de kan gissa budskapet, ämnet, syftet och den avsedda målgruppen för inlägget. - I denna fas kommer alla grupper att få feedback på sitt inlägg och om det fungerar eller inte. - När varje grupp har presenterat sitt inlägg ber utbildaren/utbildarna deltagarna att diskutera hur många punkter på listan som deras inlägg följde.
Lärandekontroll/ Debriefing:	Frågor som skulle kunna användas är: - Förstod de andra deltagarna budskapet i ditt inlägg? Varför eller varför inte? - Vad var det svåraste med att förbereda ett inlägg om digital opinionsbildning? - Vilket inlägg tror du var mest effektivt och varför? - Vilka kan vara för- och nackdelarna med digital opinionsbildning?
Tips för utbildaren:	Läs mer och se exempel på digital opinionsbildning : - https://www.voicesofyouth.org/act/how-do-digital-advocacy - https://www.civilsocietyacademy.org/post/advocacy-strategies-media-and-online-campaigning - https://www.hubdialer.com/blog-post/inspiring-advocacy-campaign-examples/
Handouts:	n/a
Teamets medlemmar:	Maria Ceraolo - BASE

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

III. EU:s miljöpolitik

Introduktion och mål för sessionen	
LO:	- Deltagarna kommer att lära känna varandra; - Deltagarna ska bli medvetna om kulturell mångfald;
Varaktighet:	30 minuter
Material som behövs:	n/a
Förberedelser:	Utbildaren bör sätta sig in i utbildningsprogrammet och de övergripande målen, så att han/hon kan presentera dem för deltagarna och vara beredd att anpassa aktiviteterna till ändrade omständigheter för att uppnå de avsedda målen.
Beskrivning:	Utbildaren välkomnar deltagarna till utbildningen och presenterar utbildningsprogrammet, det övergripande målet och schemat för aktiviteterna. Utbildaren engagerar deltagarna i en snabb aktivitet för att lära känna varandra och skapar på så sätt en bekväm inlärningsmiljö. Föreslagen aktivitet: Kulturchock ⇒ Utbildaren börjar med att förklara för gruppen att det finns många olika kulturella hälsningsfraser (t.ex. att skaka hand). ⇒ Han/hon ber deltagarna att gå runt i rummet, mingla och skaka hand med alla de möter. Deltagarna går från person till person med hälsningsfrasen "<i>Hej, jag heter...</i>", säger sitt för- och efternamn, får ögonkontakt och skakar hand. ⇒ Värden ropar "<i>Stå still!</i>" och introducerar nästa kulturella hälsning, som är att sträcka ut tungan (en tradition hos vissa tibetanska stammar).

CHMKS - UTBILDNINGSFÖRMAT

	⇒ Återigen minglar alla och hälsar på varandra med "Hej, jag heter..." och sträcker ut tungan. ⇒ Ytterligare två kulturella hälsningsfraser introduceras (kanske på förslag av deltagarna), medan utbildaren uppmuntrar deltagarna att använda fler av alla hälsningsfraserna. ⇒ Deltagarna uppmanas sedan att ge förslag på en sista kulturell hälsning som de kanske känner till eller att skapa en egen version.
Learn check/ Debriefing:	Utbildaren inleder en diskussion i slutet av övningen och ber om kommentarer och feedback på de olika kulturella hälsningsfraserna. ⇒ Vilken hälsning anser du vara den mest universella? ⇒ Vilken hälsning förvånade dig mest ⇒ Kan gruppen identifiera andra kulturella hälsningsfraser? Utbildaren introducerar begreppen <i>kultur</i> och <i>kulturell mångfald</i>.
Tips för utbildaren:	Bekanta dig med andra specifika hälsningsfraser som du kan erbjuda deltagarna vid behov.
Handouts:	N/A
Teamets medlemmar:	Ecoworld Rhodopes Association

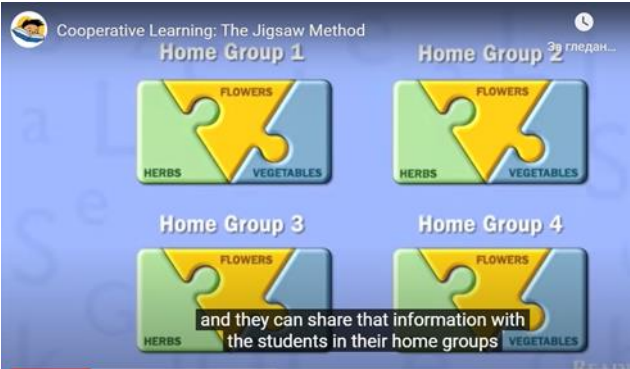
EU:s miljöpolitik

LO:	- Deltagarna kommer att förbättra sina kunskaper om och sin förståelse för Europeiska unionens miljöpolitik; - Deltagarna kommer att förbättra sina mjuka färdigheter, särskilt när det gäller lagarbete, kommunikation och kritiskt tänkande;
-----	---

CHMKS - UTBILDNINGSFÖRMAT

	Deltagarna kommer att förbättra sina digitala färdigheter, särskilt inom område 1 (Information och läs- och skrivkunnsighet) i DigComp 2.2
Varaktighet:	120 minuter
Material som behövs:	Projektor, skärm, blädderblocksark, tuschpennor, pennor
Förberedelser:	Utbildaren bör känna till Jigsaw-inlärningsstrategin i detalj.
Beskrivning	DEL 1 Tränaren introducerar ämnet genom en brainstormingsövning: - Tränaren skriver orden "EU" och "Miljö" på tavlan. - Deltagarna får föreslå ord eller korta uttryck som de associerar med Europeiska unionen och miljön. - Tränaren skriver upp deltagarnas förslag på tavlan runt de två huvudorden (EU, Miljö) för att skapa ett ordmoln. För ett bättre resultat kan detta göras med en app som Mentimeter, som automatiskt visar de mest upprepade orden. - Tränaren uppmuntrar deltagarna att reflektera över förslagen genom att ställa följande frågor: - Visar orden generellt en positiv eller negativ känsla? - Vilka är de vanligaste associationerna med EU och miljön? - Finns det något ord eller koncept som förknippas med både EU och miljön? - Vilka associationer sticker ut (dvs. upprepades av de flesta eller verkar särskilt viktiga)? DEL 2 Utifrån diskussionen om ordmolnet presenterar tränaren ämnet: EU:s miljöpolitik syftar till att skydda miljön och minimera riskerna för klimatet, människors hälsa och biologisk mångfald. EU-medborgare omfattas av några av de striktaste miljölagarna i världen. EU och de nationella regeringarna har satt upp tydliga mål för att styra miljöpolitiken fram till 2050 med hjälp av forskning, lagstiftning och finansiering. - De huvudsakliga målen för EU:s miljöpolitik är:

CHMKS - UTBILDNINGSFÖRMAT

	▪ Skydda, bevara och förbättra EU:s naturkapital. ▪ Göra EU till en resurseffektiv, klimatneutral och konkurrenskraftig ekonomi. ▪ Skydda EU-medborgare från miljörelaterade påfrestningar och hälsorisker. 2. Efter presentationen förklarar tränaren att deltagarna ska undersöka ämnet tillsammans för att få en djupare förståelse för EU:s miljöpolitik. 3. Tränaren presenterar Jigsaw-metoden, en kooperativ inlärningsteknik där deltagarna blir experter inom specifika områden: ○ Tre expertgrupper skapas, där varje grupp ansvarar för att forska och samla in information om ett specifikt ämne. ○ Samtidigt bildas hemgrupper (3-6 deltagare), där varje grupp har 1-2 experter från varje ämnesområde. ○ Varje expert lär ut sitt ämne till sin hemgrupp, samtidigt som de får lära sig om de andra ämnena från sina gruppmedlemmar.  4. Efter att ha förklarat metoden delar tränaren in deltagarna i grupper om tre, enligt principen 1-2-3. Antalet grupper beror på deltagarantalet, och dessa grupper kallas "hemgrupper". 5. Tränaren informerar deltagarna om de tre ämnena som expertgrupperna ska undersöka: • Grundläggande principer och ramverk för EU:s miljöpolitik • Den historiska utvecklingen av EU:s miljöpolitik • EU:s strategier för miljöpolitik 6. Hemgrupperna samlas, och varje medlem väljer ett ämne att bli expert på.
--	---

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

7. Tränaren ger en **tidsram** och informerar deltagarna om att de har:

- **20 minuter** för forskningsarbete i **expertgrupperna**
- **15 minuter** i hemgruppen för att dela och förklara vad de lärt sig

8. Tränaren förklarar reglerna för expertgruppernas möten och ger instruktioner medan varje expert delar med sig av sin information.

9. Tränaren bildar **expertgrupperna** och ställer nyckelfrågor för att hjälpa dem samla in information:

I. Första gruppen: Grundläggande principer och ramverk för EU:s miljöpolitik

- Försiktighetsprincipen
- Förebyggande principen
- Att hantera föroreningar vid källan
- **"Förorenaren betalar"-principen**

II. Andra gruppen: Den historiska utvecklingen av EU:s miljöpolitik

- Stockholmsdeklarationen (1972)
- Rio-deklarationen (1992)
- Europeiska enhetsakten (1987)
- Maastrichtfördraget (1993)
- Amsterdamfördraget (1999)
- Lissabonfördraget (2007)

III. Tredje gruppen: EU:s strategier för miljöpolitik

- Den europeiska gröna given
- Strategi för biologisk mångfald till 2030
- Från jord till bord-strategin
- Handlingsplanen för nollförorening
- Den nya handlingsplanen för cirkulär ekonomi

10. Efter 20 minuter bjuder tränaren in **experterna att återvända till sina hemgrupper** för att dela det de lärt sig.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	11. Under de 15 minuterna av hemgruppens arbete guidar tränaren deltagarna i att förmedla informationen på ett tydligt sätt. Tränaren påminner också om att alla i hemgruppen ska förstå varje ämne. 12. När alla grupper har avslutat sin delningsfas inleder tränaren en debriefing. Deltagarna får förklara vad de lärt sig som experter och vad de fått med sig från de andra experterna.
Learn check/ Debriefing:	Det förväntas att detta ämne är relativt nytt för många av deltagarna, vilket innebär att tränaren bör vara särskilt interaktiv och uppmuntra diskussion om detta potentiellt "tråkiga" ämne. Tränaren kan styra diskussionen genom att ställa frågor som: • Tror du att EU:s miljöprinciper och strategier verkligen har en påverkan i ditt land? • Tycker du att det borde finnas fler utbildningar av det här slaget för att öka kunskapen om miljölagstiftning? • Vilken princip tyckte du var mest intressant? • Vilken strategi tror du blir lättast att genomföra? • Vilken lag anser du är mest tillämplig?
Tips för utbildaren:	Skapa en behaglig atmosfär med hjälp av mjuk bakgrundsmusik. Se till att både "hemma"- och "expert"-grupperna arbetar bekvämt på avstånd från varandra, eventuellt även utanför den stora salen. Aktiviteterna kan också äga rum utomhus i en kreativ miljö. Delta i arbetet i varje "hem"- och "expert"-grupp för att säkerställa att grupperna utför sina uppgifter och hanterar sitt arbete väl; be grupperna att stanna upp och fundera över hur de kontrollerar att alla förstår och säkerställer att allas röster blir hörda; Övervaka gruppmedlemmarnas förståelse genom att ställa frågor och upprepa information tills det står klart att alla gruppmedlemmar förstår frågorna.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	Även om information om EU:s miljölagstiftning förväntas vara helt ny för de flesta deltagare, bör de uppmuntras att presentera sina åsikter om något av ämnena genom sina egna intryck av verkligheten eller vad de har läst, lärt sig i skolan etc.
Handouts:	<i>Environment policy: general principles and basic framework</i> <i>Environment and Climate Change</i> <i>Environment</i>
Teamets medlemmar:	Ecoworld Rhodopes Association

Vad jag drömmer och tror om EU:s roll i miljöarbetet	
LO:	Deltagarna får lära sig att uttrycka sina idéer och drömmar om den miljö de vill leva i;
Varaktighet:	30 minuter
Material som behövs:	Papper, pennor eller blyertspennor
Förberedelser:	N/A
Beskrivning:	- Utbildaren ber varje deltagare att anonymt skriva ner på ett eller flera papper något som de tror eller drömmer om som har med miljön att göra. - Alla pappersbitar viks, samlas, blandas och sprids ut på golvet. - Utbildaren ber varje deltagare att ta ett papper från mixen och läsa upp det för gruppen och säga om det de läser på pappret är sant även för dem.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

Lärandekontroll/ Debriefing:	När alla deltagare har läst minst ett papper påbörjar utbildaren debriefingen, med målet att få deltagarna att förstå att de (och människor i allmänhet) har liknande drömmar och förhoppningar. Några debriefingfrågor skulle kunna vara: • Har ni funnit gemensamma önskningar hos några av er? • Vad tycker du om massans önskan och drömmar om ... • Tror du att dessa önskningar faktiskt kan gå i uppfyllelse?
Tips för utbildaren:	N/A
Handouts:	N/A
Teamets medlemmar:	Ecworld Rhodopes Association

Vi vill veta mer om...	
LOs:	• Deltagarna får lära sig mer om medborgarnas rätt att få tillgång till miljöinformation, som garanteras av EU.
Varaktighet:	40 minuter
Material som behövs:	Projektor, skärm
Förberedelser:	Utbildaren bör förbereda en presentation om rätten att få tillgång till information
Beskrivning:	Utbildaren börjar diskutera med deltagarna om hur man får tillgång till miljöinformation och miljödata. Han/hon kan ställa frågor som t.ex: • <i>Vet du hur du får tillgång till information?</i> • <i>Hur är det med information och data om miljön?</i> • <i>Vad gör du vanligtvis om du behöver information och/eller data om miljön?</i>

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	Efter en kort diskussion förklarar utbildaren - genom en presentation - medborgarnas rätt till tillgång till information, som garanteras. Huvudinnehållet i presentationen: Tillgång till miljöinformation <i>Om den information du vill ha ännu inte är allmänt tillgänglig kan du använda direktiv 2003/4/EG för att få tillgång till den. Enligt detta direktiv om tillgång till miljöinformation (AIE) har enskilda rätt att få tillgång till viss miljöinformation som innehas av offentliga myndigheter. Den offentliga myndigheten måste svara inom en månad efter begäran</i> <i>Direktiv 2003/35/EG handlar om allmänhetens deltagande i beslutsprocesser. Enligt direktivet skall medlemsstaterna se till att det finns mekanismer för att underlätta allmänhetens deltagande i beslut som rör miljön.</i> Genomförande av miljölagstiftningen i EU: <i>EU:s miljölagstiftning gäller på samma sätt som övrig EU-lagstiftning. EU-kommissionen övervakar genomförandet och kan dra enskilda medlemsländer inför EG-domstolen (EU) för felaktigt genomförande.</i> <i>Miljöbrott omfattar handlingar som strider mot miljölagstiftningen och som orsakar betydande skada eller risk för miljön och människors hälsa. Det handlar bland annat om olagliga utsläpp till luft, vatten eller mark, olaglig handel med vilda djur och växter, olaglig handel med ozonnedbrytande ämnen och olaglig transport eller bortskaffande av avfall.</i> <i>Direktiv 2008/99/EG om skydd för miljön genom straffrättsliga bestämmelser antogs den 28 oktober 2008.</i> Efter presentationen inleder utbildaren en diskussion med deltagarna om de ämnen som behandlats och går vidare mot en debriefing.
Learn check/ Debriefing:	För att uppmuntra till diskussion och debriefing kan utbildaren fråga deltagarna:

CHMKS - UTBILDNINGSFÖRMAT

	- Vad har du lärt dig om EU:s miljöpolitik? Vad förvånade dig? - Vad vet du nu som du inte visste tidigare? - Vad skulle du vilja ta med dig från den här kunskapen och använda i ditt framtida arbete med ungdomar?
Tips för utbildaren:	Använda verkliga exempel för att illustrera teoretiska begrepp
Handouts:	Access to environmental information Directive 2003/35/EC of the European Parliament and of the Council of 26 May 2003 DIRECTIVE 2003/4/EC OF THE EUROPEAN PARLIAMENT AND OF THE COUNCIL of 28 January 2003 Jigsaw method
Teamets medlemmar:	Ecworld Rhodopes Association

Energigivare	
LO:	Hjälp deltagarna att fokusera på aktiviteterna igen efter pausen
Varaktighet:	15 minuter
Material som behövs:	N/A
Förberedelser:	N/A
Beskrivning:	Säg hej Deltagarna samlas i en cirkel och ledaren uppmanar dem att säga "hej" till de andra utan ord.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	Det är viktigt att betona att hälsningsfraser inte ska upprepas. Om någon upprepar en gest som någon annan har gjort, ombeds personen att säga hej igen. När alla har ställt upp sig tackar ledaren och går vidare till nästa övning. Sköld och svärd Varje deltagare väljer ut två andra deltagare. Tränaren berättar först inte vad målet är, men klargör att det inte kommer att handla om lagarbete. Han/hon förklarar sedan för deltagarna att den första personen de valt är deras svärd och den andra personen är deras sköld. Deras uppgift är att stå mellan de två och duellera med en annan deltagare och ge riktning åt sitt svärd och sin sköld. Spelet är extremt roligt och dynamiskt och leder till många komiska ögonblick. Samtidigt tränar det uppmärksamhet, intelligens och snabbhet.
Lärandekontroll/ Debriefing:	N/A
Tips för utbildaren:	N/A
Handouts:	N/A
Teamets medlemmar:	Ecoworld Rhodopes Association

Yttrandefrihet (typ Hyde Park)	
LO:	Deltagarna får öva upp sin förmåga att tala inför publik och lära sig att försvara sin avhandling inför publik
Varaktighet:	50 minuter
Material som behövs:	N/A

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

Förberedelser:	Utbildaren bör tillhandahålla en lämplig plats, helst utomhus, där utomstående, inklusive förbipasserande, kan delta.
Beskrivning:	- Utbildaren ber deltagarna att improvisera en liten läktare på gatan eller i hallen. - Han/hon förklarar aktiviteten för deltagarna. ⇒ Varje deltagare kommer att hålla ett fritt anförande (2-3 minuter) om ett ämne med anknytning till miljön som intresserar dem. ⇒ De kan också sammanfatta sitt deltagande i workshopaktiviteterna, sin åsikt om miljölagstiftningen och dess tillämpning i utbildningen av ungdomar genom icke-formella metoder. ⇒ Åskådare i denna "Hyde Park" kan inte bara vara deltagarna i utbildningen, utan också förbipasserande, volontärer, medborgare, statliga och kommunala tjänstemän. Medan talaren talar kommer publiken att stödja honom eller henne. Eller kanske inte... - Innan talrundan inleds ger utbildaren deltagarna 10-15 minuter för att förbereda och repetera sina tal.
Lärandekontroll/ Debriefing:	Efter att alla deltagare har hållit sina anföranden inleder utbildaren genom att fråga: - Hur kände du dig? - Lyckades du säga allt du ville? - Är du nöjd med vad du har gjort? - Skulle du delta i ett liknande evenemang i samband med efterlevnaden av EU:s miljöpolitik?
Tips för utbildaren:	Försök att skapa en stödjande och trygg miljö för dem som känner sig nervösa eller skäms för att tala inför andra. Påminn deltagarna om att alla är där för att lära sig och att misstag är en del av processen. Normalisera idén om att det är okej att inte vara perfekt.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	Ibland ökar nervositeten om man står stilla medan man talar. Låt deltagarna röra på sig eller använda rekvisita, vilket kan minska fokus på dem som talare. Om möjligt, försök att utmana deltagarnas tes (eller få någon från publiken att göra det); på så sätt får deltagarna en chans att öva upp sin förmåga att förklara sin tes, försvara den och/eller justera den med hänsyn till feedback och andras åsikter.
Handouts:	N/A
Teamets medlemmar:	Ecworld Rhodopes Association

IV. EU:s gröna giv och EU4Climate

Introduktion och mål för sessionen	
LO:	Att förvärva kunskap om EU:s gröna giv och EU4Climate-programmet och färdigheter i hur man överför den till andra elever Deltagarna kommer att få insikt i syftet med sessionen och intresse för att delta i aktiviteterna kommer att skapas. Deltagarna kommer att lära känna varandra och komma närmare varandra för att kunna delta i aktiviteterna.
Varaktighet:	Längden kan variera beroende på gruppens storlek, men bör inte vara längre än 20 minuter.
Material som behövs:	Boll eller något som kan användas som boll (t.ex. pappersboll, garnboll, hopvikt huvtröja)
Förberedelser:	N/A

CHMKS - UTBILDNINGSFÖRMAT

Beskrivning:	Utbildaren inleder sessionen med en kort presentation av målen och schemat för sessionen. Om det behövs kan de ge deltagarna en snabb isbrytaraktivitet för att de ska lära känna varandra. Föreslagna isbrytare Fyll i det tomma fältet <i>Genom detta spel kan utbildaren väcka tankar eller diskussioner om sessionen. Ledaren ställer en ämnesfråga för att få deltagarna att tänka efter och diskutera sina svar.</i> <i>Deltagarna bildar en cirkel, kastar en boll till varandra och den som kastar bollen frågar: "Vad heter du och varför deltar du i den här utbildningen"? Den deltagare som fick bollen svarar och kastar bollen till nästa deltagare. Det kan göras utomhus.</i> Fyll i blankett - Kulturer variant <i>Detta är en variant av det ovan beskrivna spelet. Var och en av deltagarna ska berätta något om sin stad/land som är specifikt för kulturen, trosuppfattningarna, sederna eller historien.</i> <i>Deltagarna bildar en cirkel och kastar en boll till varandra, och den som håller i bollen presenterar sig själv: "Mitt namn är Jag kommer från ett land där vi gestikulerar mycket ". Sedan skickar han bollen vidare till någon annan som gör samma sak.</i> <i>Det här spelet betonar mångfald eftersom det är utformat för att introducera andra till deltagarnas världsbild.</i>
Learn check/ Debriefing:	N/A
Tips för utbildaren:	Tränaren måste se till att alla deltar i spelet.
Handouts:	N/A
Teamets medlemmar:	Ecoworld Rhodopes Association

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

Vad tror du att EU:s grönpolitik handlar om?	
LO:	Deltagarna får lära sig att själva bedöma och dela med sig av sina kunskaper om EU:s grönpolitik.
Varaktighet:	30 minuter
Material som behövs:	Två blädderblock Blädderblocksark Klisterlappar i fem färger Markörer Projektor och skärm
Förberedelser:	N/A
Beskrivning:	Deltagarna ska dela med sig av sina kunskaper om EU:s gröna giv. För detta ändamål ger utbildaren, med hjälp av volontärer, dem blomblad (klisterlappar) i fem färger. Utbildaren förklarar att två frågor kommer att ställas, och för varje fråga tilldelas ett separat blädderblock - ett ark på vilket frågorna skrivs och på vilket deltagarna måste fästa sina svar. Deltagarna kan lägga till tankar på själva arket och förtydliga definitionen genom det. Utbildaren ställer 2 frågor: ⇒ Vet du vad EU:s gröna giv är? ⇒ Vet du vad "New European Bauhaus" är? och han/hon förklarar det: ⇒ gul betyder "ja, men jag vet inte så mycket"; ⇒ rött betyder "nej"; ⇒ grön betyder - "ja, jag är mycket intresserad av henne", ⇒ blå betyder - "ja, men jag tycker inte att det är särskilt användbart"; ⇒ violett betyder "nej, jag bryr mig inte"

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	På varje blädderblocksblad, under motsvarande fråga, fäster deltagarna sina svarsblad. Utbildaren frågar om det finns någon frivillig som kan räkna arken i varje färg och läsa vad som står på arken. Volontären meddelar resultatet och läser upp eventuell text som finns på arken. I det här läget uppmuntrar utbildaren deltagarna att diskutera resultaten. Han/hon ber deltagarna att turas om att dela med sig av sina åsikter om frågorna och varför de svarade som de gjorde. Utbildaren underlättar diskussionen och uppmuntrar alla att delta i den. Han/hon kan styra diskussionen genom att ställa frågor som <i>"Varför tror du att fler/färre känner till Green Deal och det "nya europeiska Bauhaus"?"</i> För att förbereda deltagarna inför nästa session visar utbildaren ett videoklipp med Ursula von der Leyen, EU-kommissionens ordförande.
Learn check/ Debriefing:	För debriefing kan utbildaren ställa frågor: ⇒ Hur bedömer du själv din kunskap om Green Deal? ⇒ Hur bedömer du själv din kunskap om det nya europeiska Bauhaus? ⇒ Vad förstod du av videon med Ursula von der Leyen? ⇒ Har din inställning till den gröna given förändrats och i så fall på vilket sätt efter att ha sett Ursula von der Leyens tal?
Tips för utbildaren:	Utbildaren bör alltid stimulera alla att delta i diskussionerna. I debriefingen bör utbildaren se till att alla deltagare får säga sin mening.
Handouts:	Videoklipp med Ursula von der Leyen - ordförande för Europeiska kommissionen. Video Ursula von der Leyen Video
Teamets medlemmar:	Ecoworld Rhodopes Association

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

Utforska EU:s gröna giv och berätta för andra	
LOs:	Deltagarna kommer att förbättra sin kunskap om och förståelse för EU:s gröna giv och det nya europeiska Bauhaus. Deltagarna kommer att förbättra sina mjuka färdigheter, särskilt när det gäller lagarbete, kommunikation och kritiskt tänkande; Deltagarna kommer att förbättra sina digitala färdigheter, särskilt inom område 1 (Information och läs- och skrivkunnighet) i DigComp 2.2
Varaktighet:	60 minuter
Material som behövs:	Blädderblock, blädderblocksark, pennor, projektor och skärm, bärbar dator eller annat stöd för att förbereda digital presentation
Förberedelser:	Det finns inte
Beskrivning:	Deltagarna delas in i fyra grupper enligt 1-2-3-4-metoden. Uppgiften är att studera EU:s politik och presentera den för de andra deltagarna: 1. Grupp 1 får i uppgift att göra en presentation om EU:s gröna givs historia och vilka länder som har anslutit sig till den. 2. Grupp 2 kommer att få i uppgift att göra en presentation av de viktigaste målen och stegen i EU:s gröna giv. 3. Grupp 3 kommer att få i uppgift att göra en presentation om det nya europeiska Bauhaus. 4. Grupp 4 kommer att få i uppdrag att göra en presentation av EU4Climate-programmet. Grupperna har 15-20 minuter på sig att undersöka sitt ämne och förbereda presentationen. Varje grupp bestämmer om de vill presentera resultatet av sitt arbete på blad, i elektronisk eller annan form. De har 5 minuter på sig att presentera. Alla i gruppen bör delta aktivt förberedelserna och genomförandet av presentationen.

CHMKS - UTBILDNINGSFÖRMAT

	Efter varje grupppresentation kommer resten av deltagarna att ställa frågor.
Learn check/ Debriefing:	Utbildaren kommer att ställa frågor för att uppmuntra till djupare förståelse och självutvärdering. I debriefingfasen kommer utbildaren att ställa följande frågor till gruppen: 1. Vad har du lärt dig om EU:s gröna giv? 2. Vad har du lärt dig om EU4Climate-programmet? 3. Vad överraskade dig? 4. Vad vet du nu som du inte visste tidigare? 5. Vad skulle du vilja ta med dig från den här kunskapen och använda i ditt framtida arbete med ungdomar? Deltagarna kan uppmanas att skriva korta reflektioner om vad de har tagit med sig från sessionen. Denna reflektionsaktivitet kommer att hjälpa dem att konsolidera vad de har lärt sig och formulera sin förståelse av EU:s gröna giv och EU4Climate-programmet. Exempel på uppmaning till reflektion: 1. Beskriv en ny insikt som du har fått om EU:s gröna giv och hur du planerar att använda den med ungdomar. 2. Beskriv en ny insikt som du har fått om EU4Climate-programmet och hur du planerar att använda det med unga människor.
Tips för utbildaren:	Utbildaren bör stimulera alla deltagare att arbeta aktivt och dela med sig av sina åsikter.
Handouts:	N/A
Teamets medlemmar:	Ecoworld Rhodopes Association

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

Låt oss ha en debatt	
LO:	Deltagarna lär sig att uttrycka sin åsikt i miljöfrågor och försvara den; Deltagarna förbättrar sin förmåga att arbeta i team;
Varaktighet:	75 minuter
Material som behövs:	Bord, stolar, tidtagarur, 3 mikrofoner, kamera för inspelning av evenemanget
Förberedelser:	Utbildaren bör förbereda "scenen" för att hålla debatten: bord, stolar, mikrofoner, presentationsutrustning (om nödvändigt), arrangemang av stolar för observatörer av debatten. Om möjligt kan dessa vara höga bord, bakom vilka de tvistande står rakt.
Beskrivning:	Förberedelser inför debatter - 35 minuter Utbildaren delar in deltagarna i fyra grupper. Detta kan göras genom att behålla grupperna från den föregående aktiviteten. Detta hjälper till med lagarbetet eftersom de har arbetat tillsammans en gång. Två av grupperna har till uppgift att förbereda en debatt på temat "För och emot den gröna given". De andra två grupperna kommer att förbereda en debatt om "Bör EU hjälpa länder utanför EU att bekämpa klimatförändringarna eller inte?" Debattämnen och teser för eller emot kommer att slumpmässigt tilldelas varje grupp genom att en medlem i varje grupp ombeds att ur en låda välja ett vikt papper som innehåller en kombination av ämne och tes. På så sätt får deltagarna möjlighet att diskutera och försvara en ståndpunkt, som för vissa av dem kan skilja sig från deras egen uppfattning. Detta kommer att uppmuntra dem att leta efter data och åsikter för och emot respektive ämne. Varje grupp har 30 minuter på sig att förbereda sig. Efter förberedelserna ska varje grupp anmäla två deltagare i debatten.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

Utbildaren bestämmer vem som ska vara moderator för debatten eller kan själv ta på sig denna roll.

Utbildaren varnar för att debattiden är 16 minuter för varje ämne, med samma diskussionstid tillgänglig för varje sida.

För var och en av de två debatterna:

1. Moderatoren presenterar ämnet och de båda deltagarna;
2. Därefter avgör han/hon vilken sida som ska tala först enligt principen "sten, sax, påse".
3. Fastställer tiden för ett tal - 8 minuter rekommenderas

Om åhörarna reagerar häftigt uppmanar moderatoren dem att vara tysta och uppmärksamma.

Var och en av de två debattörerna står bakom sitt bord.

Moderatorn ger ordet till talarna i tur och ordning enligt de fastställda reglerna.

Den första debatten äger rum: "För och emot den gröna given" i cirka 16 minuter, inklusive frågor och svar.

Den andra debatten handlar om "Bör EU hjälpa länder utanför EU att bekämpa klimatförändringarna" och pågår i cirka 16 minuter, inklusive frågor och svar.

Under varje debatt kan lyssnarna uppmuntra och godkänna debattörerna eller uttrycka sitt ogillande av det de hör (undvik alltid stötande ord och gester).

Efter varje debatt kan andra deltagare ställa frågor. I slutet ber moderatorn deltagarna att genom applåder utse vinnaren av debatten. Vem som var mest övertygande avgörs också av applådernas styrka.

Den totala tiden för de två debatterna och diskussionen är 40 minuter.

Slutligen leder utbildaren en gruppdiskussion där deltagarna delar med sig av sina erfarenheter, utmaningar och vad de har lärt sig.

Slutligen ber utbildaren alla att rösta:

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	1. "för" och "emot" den gröna given 2. "för" och "emot" Bör EU hjälpa länder utanför EU i kampen mot klimatförändringarna?
Learn check/ Debriefing:	Utbildaren ställer frågorna: 1. Hur kändes det att försvara en tes som du sympatiserar med? 2. Hur kändes det att försvara en avhandling som du inte håller med om? 3. Tycker du att det var bra att arbeta i grupp för att forma din åsikt? 4. Vilka var känslorna hos debattledaren? 5. Var det lätt för företrädarna för de grupper som debatterade? 6. Var förberedelserna inför debatten och själva debatten till nytta för dig? 7. Uppnådde debattörerna sina mål?
Tips för utbildaren:	Tillhandahåller en timer för debattörernas talartid och en kamera för inspelning. Tillhandahåller en inspelning av debatterna som kan vara till hjälp vid diskussionen.
Handouts:	N/A
Teamets medlemmar:	Ecoworld Rhodopes Association

Den som...	
LO:	<i>Hjälp deltagarna att fokusera på aktiviteterna igen efter pausen</i>
Varaktighet:	Mellan 10 och 20 minuter beroende på aktivitet och gruppens storlek
Material som behövs:	N/A
Förberedelser:	N/A

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

Beskrivning:	Fruit Bowl Game / Någon som... 1. Alla deltagare sitter på stolar i en cirkel, med en person som står i mitten. Alla som sitter på en stol får ett namn - äpple, päron, kiwi eller banan, och turas om medan de sitter. Personen i mitten får också namn efter en av de tre frukterna. 2. Personen i mitten ropar ut en av frukterna, t.ex. "äpple", och alla äpplen måste byta plats, de kan inte gå till platsen direkt på båda sidor, direkt till höger eller till vänster. 3. Personen i mitten försöker också sätta sig på en stol och därför kommer en person att stå kvar när alla har hittat en stol. Denna person går nu till mitten och säger en frukt, t.ex. en banan, och alla bananer byter plats och så vidare. Personen i mitten kan ropa "fruktskål" och när den ropar "fruktskål" byter alla plats.
Learn check/ Debriefing:	N/A
Tips för utbildaren:	Tränaren bör också delta i spelet. Även för att bedöma när det ska sluta.
Handouts:	N/A
Teamets medlemmar:	Ecworld Rhodopes Association

Till stöd för EU:s gröna giv

LO:	Deltagarna kommer att förstå kraften i digital påverkan för att uppnå ett syfte, särskilt syftet med EU:s gröna giv. Deltagarna får lära sig att skapa sina egna videor med ett budskap om den gröna given och miljöskydd.
Varaktighet:	90 minuter

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

Material som behövs:	Bärbar dator, projektor, skärm, telefoner, surfplattor. Deltagarna kommer att varnas för att de kommer att använda sina egna enheter
Förberedelser:	Projektor, skärm, rumsförberedelser Videor om EG:s gröna giv: - om - om - för en koldioxidneutral ekonomi i länderna - för en havsbaserad vindkraftspark
Beskrivning:	Utbildaren visar videor för att börja diskutera Green Deal Detta är EC:s videomaterial som släppts i samband med Green Deal • för sändning • om elektricitet • om bränsle • för en koldioxidneutral ekonomi i länderna • för en havsbaserad vindkraftspark Utbildaren leder en diskussion om filmerna och deras inverkan på deltagarna med fokus på vad som är nytt, vilka utmaningar som har uppstått och hur de har hanterats. Praktisk övning - inspelning av en video • Utbildaren delar in deltagarna i 4 grupper, eventuellt återigen i "äpplen", "päron", "kiwi" och "bananer". • Varje grupp ska ta fram ett videomeddelande för att uppmuntra ungdomar att delta i arbetet med att öka medvetenheten och engagera andra i klimatförändringarna: ○ Biologisk mångfald, för att skydda ekosystemet ○ Ren energi och elbesparing

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	○ Hållbar mobilitet för att främja användningen av mer hållbara transportmedel ○ Minskning av föroreningar Två grupper kan inte arbeta med samma ämne. • Varje grupp kommer att arbeta självständigt och vara kreativ för att presentera problemet och göra en video som väddar till ungdomarna om hur de kan lösa det i linje med den gröna given. Grupperna har 60 minuter på sig att spela in och förbereda videorna. • Var och en av grupperna presenterar sin video. Alla i gruppen ska delta i presentationen. Varje presentation kommer att vara 5 minuter lång. • När alla filmer har visats leder utbildaren en diskussion om filmerna och hur de har påverkat deltagarna. Han/hon uppmuntrar deltagarna att dela med sig av sina viktigaste lärdomar från presentationerna, grupparbetena och diskussionerna.
Lärandekontroll/ Debriefing:	Utbildaren kommer att underlätta gruppdiskussioner där deltagarna delar med sig av sina erfarenheter, utmaningar och vad de har lärt sig av presentationerna. För att uppmuntra till djupare förståelse och självutvärdering kan utbildaren i debriefingfasen ställa följande frågor till gruppen: • Vilken av Europeiska kommissionens Green Deal-videor påverkade dig mest och varför? • Fanns det någon överraskning för dig i dessa material? • Har du fått ny kunskap om Green Deal? • Vad skulle du vilja ta med dig från den här kunskapen och använda i ditt framtida arbete med ungdomar? • Tyckte du att det var svårt att göra dina egna videor? Att dela med sig av läranderesultat Alla ställer upp sig i en tät cirkel. Utbildaren ber den första personen till vänster att sträcka ut sin högra hand mot mitten av cirkeln och förklara

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	vad han tyckte var svårt och svårt i den här utbildningen. Be honom använda följande fraser: "Jag tyckte inte om det när..." eller "Jag tyckte om det när...". Be nästa person till vänster att lägga sin hand på den redan utsträckta handen och ge en förklaring på samma sätt. Fortsätt tills alla har sina händer ovanpå varandra. Slutligen analyserar utbildaren åsikterna och avslutar med att konstatera att det här tornet av händer representerar gruppens ömsesidiga kraft att nå framgång.
Tips för utbildaren:	Metoden lämpar sig för aktivt arbete i såväl nationella som internationella grupper. Det är nödvändigt för utbildaren att övervaka arbetet i varje grupp och uppmuntra ungdomarnas kreativitet.
Handouts:	N/A
Teamets medlemmar:	Ecoworld Rhodopes Association

V. Vad är hållbarhet?

Icebreaker - Översikt över hållbar utveckling	
LO:	Deltagarna ska reflektera över personliga hållbarhetsfrågor och relatera dem till de centrala hållbarhetsbegreppen
Varaktighet:	10 minuter
Material som behövs:	Deltagarna tar med sig ett föremål eller en bild som representerar hållbarhet för dem.
Förberedelser:	Instruera deltagarna i förväg: Skicka tydliga instruktioner till deltagarna före sessionen och be dem ta med sig ett föremål eller en bild som de anser representerar hållbarhet. Ge några

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	exempel i din kommunikation (t.ex. en återanvändbar vattenflaska, en bild på en solpanel eller en bok om miljö) för att hjälpa dem att förstå vad de ska ta med. Uppställning i rummet: Ordna sittplatserna i en cirkel eller halvcirkel för att främja en öppen diskussion och skapa en känsla av jämlikhet. Se till att alla deltagare kan se de andra, vilket uppmuntrar till delaktighet och aktivt lyssnande. Tillhandahåll reservföremål: Om en deltagare glömmer sitt föremål eller är osäker på vad han eller hon ska ta med sig kan du ha några exempelföremål tillgängliga för att få igång en diskussion. Det kan handla om vanliga hållbara föremål som en tandborste av bambu eller en återanvändbar väska. Teknik (om det är online): Om du genomför den här aktiviteten virtuellt kan du be deltagarna att vara redo att visa sitt föremål via webbkamera eller använda skärmdelning för bilder.
Beskrivning:	Den här isbrytaren ger deltagarna möjlighet att dela med sig av sin personliga förståelse av hållbarhet. Varje deltagare presenterar det föremål eller den bild som de har tagit med sig och förklarar varför de valde det och hur det relaterar till hållbarhet. Utbildaren bör underlätta diskussionen och vägleda deltagarna att reflektera över hur deras föremål är kopplade till bredare hållbarhetsteman som miljöpåverkan, socialt ansvar eller ekonomiska konsekvenser. Aktiviteten främjar personlig reflektion och sätter tonen för sessionen genom att uppmuntra deltagarna att koppla hållbarhet till sina egna liv. Steg-för-steg-instruktioner: • Presentera syftet med aktiviteten: att reflektera över individuella tolkningar av hållbarhet. • Ge ett exempel på ett föremål som du tog med dig och förklara hur det relaterar till hållbarhet.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	- Bjud in deltagarna att dela med sig av sina föremål och förklara deras betydelse. Om en deltagare har svårt att berätta kan du ge lite vägledning genom att fråga hur föremålet relaterar till miljö eller socialt ansvar. - När alla har delat med sig sammanfattar du de teman som framkom och kopplar diskussionen till det bredare sessionsinnehållet om hållbarhet.
Lärandekontroll/Debriefing:	Fråga deltagarna hur deras föremål förhåller sig till hållbarhet. Uppmuntra dem att fundera över de miljömässiga, sociala och ekonomiska aspekterna av sina val.
Tips för utbildaren:	Skapa en avslappnad atmosfär: Vissa deltagare kan känna sig blyga inför att dela med sig av sina erfarenheter. Håll stämningen informell och se till att alla känner sig bekväma med att bidra. Uppmuntra kopplingar: Om deltagarna har svårt att se hur deras föremål är kopplade till hållbarhet kan du uppmuntra dem med frågor som "Hur påverkar det här föremålet miljön eller ekonomin?" Tidshantering: Var uppmärksam på tiden. Om gruppen är stor kan du överväga att dela in deltagarna i mindre grupper för att se till att alla får en chans att berätta utan att det tar för lång tid.
Handouts:	Ingen. Inga utdelningar behövs för den här aktiviteten.
Teamets medlemmar:	Giulio Asta (öppen påverkan)

Energizer - miljövänligt snabbquiz

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

LO:	Deltagarna får en introduktion till grundläggande fakta och siffror om hållbarhet.
Varaktighet:	5 minuter
Material som behövs:	Förberett quizfrågor (5-10 frågor) om hållbarhetsfrågor.
Förberedelser:	Material som behövs: Förbered 5-10 quizfrågor, antingen flervalsfrågor eller sant/falskt, relaterade till grundläggande hållbarhetsfakta (t.ex. "Hur mycket vatten sparar man genom att stänga av kranen när man borstar tänderna?" eller "Sant eller falskt: Glas kan återvinnas på obestämd tid"). Teknik: Om sessionen är online kan du ställa in frågesporten på en digital plattform som Kahoot eller Google Forms för snabbt deltagande. För personliga sessioner kan du skapa svarsformulär eller tillåta muntliga svar. Upplägg: se till att utrymmet gör det enkelt att delta (t.ex. ordna sittplatser eller ett utrymme där alla kan delta bekvämt). För digitala frågesporter, se till att alla deltagare kan komma åt frågesporten via sina telefoner eller bärbara datorer.
Beskrivning:	Denna snabba frågesport fungerar som en energigivare och introducerar eller förstärker hållbarhetskoncept i ett roligt och tävlingsinriktat format. Deltagarna ska svara på en rad hållbarhetsrelaterade frågor, antingen på papper eller med hjälp av ett onlineverktyg. Frågesporten kan göras individuellt eller i små grupper. Efter frågesporten går utbildaren igenom de rätta svaren, ger ytterligare förklaringar där det behövs och uppmanar deltagarna att reflektera över överraskande eller utmanande frågor. Steg-för-steg-instruktioner:

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	1. Förklara reglerna för frågesporten och hur deltagarna ska svara (muntligt, på papper eller via ett onlineverktyg). 2. Ställ varje fråga och låt deltagarna få en kort stund på sig att svara. 3. När alla frågor har besvarats går du igenom de rätta svaren med gruppen och diskuterar varför varje svar är rätt. 4. Uppmuntra deltagarna att berätta vilka fakta som överraskade dem eller hur informationen kan tillämpas i deras dagliga liv.
Lärandekontroll/Debriefing:	Efter att ha gått igenom svaren på frågesporten frågar du deltagarna vilka fakta som överraskade dem och hur dessa hållbarhetsfrågor påverkar deras liv.
Tips för utbildaren:	Håll tonen lättsam och lekfull för att säkerställa hög energi och engagemang. Använd humor och positiv förstärkning när du går igenom svaren, särskilt om deltagarna kämpar med vissa frågor. Efter frågesporten kan du ställa följdfrågor för att fördjupa förståelsen. Till exempel: "Vilka förändringar skulle du kunna göra i ditt dagliga liv baserat på vad du lärt dig idag?" Var flexibel med formatet: Om tiden är knapp kan du minska antalet frågor; om gruppen är stor kan du dela in deltagarna i team för mer interaktion.
Handouts:	Valfritt svarsformulär eller digital frågesportsplattform som Kahoot.
Teamets medlemmar:	Giulio Asta (öppen påverkan)

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

Introduktion till hållbarhet	
LO:	Deltagarna kommer att förstå de grundläggande begreppen inom hållbarhet, inklusive dess miljömässiga, ekonomiska och sociala dimensioner.
Varaktighet:	55 minuter
Material som behövs:	Projektor, blädderblock, pennor, handouts om hållbarhetsprinciper, fallstudier för varje hållbarhetspelare.
Förberedelser:	Material som behövs: Förbered en PowerPoint-presentation som introducerar de tre pelarna för hållbarhet (miljömässig, ekonomisk och social). Inkludera exempel och fallstudier för varje pelare. Du kan dela ut handouts om hållbarhetsprinciper så att deltagarna kan följa med. Förbered blädderblock och pennor för gruppdiskussioner. Upplägg: Arrangera rummet så att det uppmuntrar till diskussion - runda bord eller en U-formad sittgrupp fungerar bra. Se till att deltagarna kan se presentationen tydligt. Teknik: Testa projektorn eller skärmen i förväg om du använder en PowerPoint-presentation. Vid onlinesessioner kan du dela bilderna och använda digitala grupprum för gruppdiskussioner.
Beskrivning:	Utbildaren introducerar hållbarhetsbegreppet genom de tre pelarna - miljö, ekonomi och samhälle . I stället för att bara föreläsa använder utbildaren PowerPoint som utgångspunkt för en diskussion. Efter att varje pelare har introducerats uppmanas deltagarna att dela med sig av sina exempel på hållbarhet i samhället. Utbildaren uppmuntrar till gruppdiskussioner för att utforska hur pelarna samverkar i verkliga sammanhang. Sessionen avslutas med att deltagarna arbetar i smågrupper för att identifiera hållbarhetsutmaningar och möjligheter i sina egna samhällen.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	Steg-för-steg-instruktioner: 1. Presentera den första pelaren av hållbarhet (t.ex. miljö) och använd exempel från verkligheten för att illustrera viktiga punkter. 2. Gör en paus för att be deltagarna om exempel på miljömässig hållbarhet i sina samhällen. 3. Upprepa processen för de ekonomiska och sociala pelarna. 4. Dela in deltagarna i smågrupper och ge dem 15 minuter för att diskutera hållbarhetsutmaningar och möjligheter i sina samhällen. Ge dem ett blädderblock så att de kan anteckna sina tankar. 5. Låt varje grupp presentera sina resultat och inled en kort diskussion om hur dessa utmaningar kan hanteras med hjälp av hållbarhetsmetoder.
Lärandekontroll/Debriefing:	Låt deltagarna sammanfatta de viktigaste hållbarhetsutmaningarna och möjligheterna som diskuterats i deras grupper och se till att de kopplar dem till de tre pelarna för hållbarhet.
Tips för utbildaren:	Undvik att göra PowerPoint till en föreläsning. Använd den som en konversationsstartare för att engagera deltagarna. Se till att de exempel som ges kan relateras till deltagarnas sammanhang, oavsett om de kommer från städer eller landsbygd, olika branscher etc. Uppmuntra alla gruppmedlemmar att delta genom att ställa öppna frågor och uppmana tystare deltagare att berätta. Var beredd på att anpassa diskussionen till deltagarnas erfarenheter och intressen, och tillåt flexibilitet i de exempel och fallstudier som ges.
Handouts:	<u>Presentation om hållbarhetsprinciper och referenser till praktiska fall.</u>

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

Teamets medlemmar:	Giulio Asta (öppen påverkan)
--------------------	------------------------------

Promenad med medveten observation	
LO:	Deltagarna kommer att reflektera över sin miljö och observera naturens och människans påverkan utifrån ett hållbarhetsperspektiv.
Varaktighet:	20 minuter
Material som behövs:	Ingen
Förberedelser:	Material som behövs: inget krävs. Deltagarna bör ta med sig eget anteckningsmaterial om de vill skriva dagbok efteråt. Upplägg: hitta en lämplig plats för promenaden, helst en utomhusplats där deltagarna kan observera den naturliga omgivningen och människans påverkan. Om promenaden hålls inomhus, välj en plats med utsikt över naturen eller hållbarhetsfunktioner (t.ex. återvinningsstationer, energibesparande åtgärder). Teknik: Vid onlinesessioner kan deltagarna instrueras att ta en medveten promenad i sin egen omgivning och sedan återvända till gruppen för diskussion.
Beskrivning:	Den här aktiviteten ger deltagarna en reflekterande paus där de observerar sin omgivning ur ett hållbarhetsperspektiv. De tar en långsam, medveten promenad och uppmärksammar naturliga element, tecken på mänsklig påverkan och hållbarhetsinsatser i miljön runt omkring dem. Efteråt samlas deltagarna för en genomgång för att diskutera vad de har observerat. Denna aktivitet uppmuntrar till avslappning

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	samtidigt som den ger deltagarna en inblick i hållbarhetsbegrepp. Steg-för-steg-instruktioner: 1. Presentera syftet med promenaden: att reflektera över hur hållbarhet (eller brist på hållbarhet) finns i miljön. 2. Ge deltagarna några frågor, t.ex: "Vilka naturresurser ser du används?", "Hur påverkar människan det här området?" eller "Vilka tecken på hållbarhetsarbete ser du?" 3. Låt deltagarna gå i lugn och ro i 10-15 minuter och observera omgivningen. 4. Efter promenaden samlar du gruppen och ber deltagarna att dela med sig av sina reflektioner. Om tiden tillåter kan du låta dem skriva en kort dagbok innan de delar med sig av sina tankar. 5. Avsluta aktiviteten genom att återkoppla observationerna till temana hållbarhet och personligt ansvar.
Lärandekontroll/Debriefing:	Deltagarna delar med sig av sina reflektioner efter promenaden och diskuterar hur deras observationer relaterar till hållbarhet. Diskussionen bidrar till att förstärka kopplingarna mellan miljön och de hållbarhetsprinciper som tas upp under sessionen.
Tips för utbildaren:	Skapa en lugn och reflekterande atmosfär som uppmuntrar deltagarna att sakta ner och observera sin omgivning noggrant. Om tiden tillåter kan du uppmuntra deltagarna att skriva dagbok en kort stund före debriefingsessionen. För online-sessioner, se till att deltagarna vet att de ska ta sina promenader i ett säkert, tillgängligt område och vägleda dem i hur de kan reflektera över sin omgivning.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

Handouts:	Ingen. Journalmaterial är valfritt.
Teamets medlemmar:	Giulio Asta (öppen påverkan)

Hållbar samhällspraxis	
LO:	Deltagarna får lära sig att tillämpa co-designmetoder för att skapa samhällsbaserade hållbarhetsinitiativ.
Varaktighet:	55 minuter
Material som behövs:	Blädderblock, pennor, post-it-lappar, handouts om co-designmetodik, mallar för projektplanering.
Förberedelser:	Undersöka och samla in resurser: 1. Samla in exempel på framgångsrika hållbarhetsprojekt i lokalsamhället för att inspirera deltagarna. Exempelen bör omfatta en mängd olika initiativ från olika sammanhang, t.ex. stads- och landsbygdssamhällen, olika branscher och regioner. Se till att exemplen belyser olika aspekter av hållbarhet, såsom miljömässiga, sociala och ekonomiska fördelar. 2. Förbered fallstudier eller videor som visar exempel från verkligheten som kan hjälpa deltagarna att förstå hur ett framgångsrikt hållbarhetsprojekt ser ut. Det kan handla om projekt som fokuserar på avfallsminskning, förnybar energi, hållbart jordbruk eller vattenbesparing. 3. Om det är relevant kan du samla in lokala fallstudier eller exempel från regioner som liknar deltagarnas samhällen. Detta kan bidra

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	till att göra diskussionen mer relaterbar och praktisk. 4. Se till att ha digitala resurser tillgängliga för deltagarna under sessionen, t.ex. länkar till hållbarhetsdatabaser eller projektplaneringsverktyg online. Utveckla och tryck planeringsmallar: 1. Skapa projektplaneringsmallar som är lätta att följa och som ger deltagarna struktur för att kartlägga samhällets resurser, identifiera hållbarhetsutmaningar och definiera specifika åtgärder för det föreslagna projektet. 2. Varje mall bör innehålla avsnitt för: • Samhällets tillgångar: Identifiering av styrkor, till exempel tillgängliga resurser, partnerskap eller infrastruktur. • Utmaningar: Kartläggning av viktiga hållbarhetsutmaningar som samhället står inför (t.ex. avfallshantering, föroreningar, brist på grönområden). • Intressenter: Identifiera vilka i samhället som kan involveras i projektet (t.ex. lokala myndigheter, företag, invånare). • Åtgärdssteg: Fastställande av en rad åtgärder som kan vidtas för att genomföra hållbarhetsinitiativet, inklusive både kortsiktiga och långsiktiga åtgärder. 3. Gör tillräckligt många kopior av dessa mallar till varje grupp och se till att det finns digitala versioner tillgängliga om sessionen genomförs online. Rummet är i ordning: Flexibla sittplatser: Arrangera rummet med flexibla sittplatser som underlättar samarbete. Runda bord eller arbetsstationer är idealiska för att uppmuntra gruppdiskussioner och planering. Se till att varje grupp har gott om utrymme för att sprida ut material som blädderblock, post-it-lappar och mallar.
--	---

CHMKS - UTBILDNINGSFÖRMAT

Material vid varje station: Förbered blädderblock, pennor, post-it-lappar och annat skrivmaterial vid varje bord. Dessa kommer att användas för brainstorming, kartläggning av samhället och utveckling av projektidéer. Se till att det finns tillräckligt med material för att alla deltagare ska kunna bidra aktivt.

Kontroll av tekniken: Om du använder en projektor ska du se till att den är rätt inställd för att visa exempel, videor eller presentationer av hållbarhetsprojekt i samhället. Testa all teknik i förväg för att undvika eventuella störningar.

Digitala verktyg: Om workshopen genomförs online eller i hybridform kan du använda digitala samarbetsverktyg som Miro, Jamboard eller Google Docs. Skapa virtuella grupprum för gruppdiskussioner och se till att deltagarna vet hur de ska komma åt och använda de digitala planeringsmallarna. Tillhandahåll en handledning om det behövs.

Briefing för facilitatorer:

Stöd facilitering: Om det finns medfacilitatorer eller assistenter ska du informera dem om sessionens mål och flöde. Ge dem en översikt över viktiga diskussionsfrågor och instruktioner om hur de ska stödja deltagarna under co-designprocessen.

Vägledande frågor: Förbered en lista med vägledande frågor som kan hjälpa deltagarna om de kör fast under brainstormingprocessen. Dessa kan till exempel vara: "Vilken hållbarhetsfråga är mest angelägen i din kommun?" eller "Vilka resurser har du redan som kan stödja det här projektet?"

Övervaka tiden: Planera hur tiden ska disponeras under hela sessionen. Sätt upp påminnelser för övergången mellan faserna (t.ex. kartläggning av samhället, brainstorming, presentation) för att säkerställa att varje grupp har tillräckligt med tid för att slutföra aktiviteten.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	Förberedelse av deltagare: Instruktioner före sessionen: Skicka om möjligt information om co-design-workshopen till deltagarna i förväg. Det kan handla om en kort översikt över aktiviteten, exempel på hållbarhetsutmaningar och en uppmaning att fundera över hållbarhetsfrågor i samhället som de skulle vilja ta itu med. Förhandsläst material: Förse deltagarna med valfritt föreläsningmaterial eller länkar till exempel på hållbarhetsprojekt i lokalsamhället. Detta hjälper dem att komma förberedda med idéer och förståelse för vad co-design innebär.
Beskrivning:	Deltagarna kommer att arbeta i små grupper för att kartlägga sina samhällen, identifiera viktiga hållbarhetsutmaningar och utforma genomförbara projekt. Workshopen är utformad för att ge deltagarna praktisk erfarenhet av att tillämpa co-designmetoder på hållbarhetsfrågor. Varje grupp kommer att brainstorma och skapa en plan för ett hållbart samhällsinitiativ, med hjälp av de mallar som tillhandahålls. Utbildaren kommer att underlätta processen och gå mellan grupperna för att erbjuda stöd, svara på frågor och se till att diskussionerna håller sig på rätt spår. Steg-för-steg-instruktioner: 1. Presentera begreppet co-design och förklara hur det kan användas för att hantera utmaningar inom hållbar samhällsutveckling. Ge exempel på framgångsrika projekt. 2. Dela in deltagarna i smågrupper och ge dem 15 minuter för att kartlägga sina samhällen och identifiera både styrkor och utmaningar relaterade till hållbarhet. 3. När kartläggningen är klar kan du be grupperna att brainstorma fram idéer för samhällsbaserade hållbarhetsprojekt och använda

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	projektplaneringsmallarna för att beskriva åtgärder och lösningar. 4. Efter 30 minuters brainstorming och planering presenterar varje grupp sin projektidé för den större gruppen. 5. Avsluta med en återkopplingssession där deltagarna diskuterar hur de kan genomföra och upprätthålla dessa projekt i sina egna samhällen.
Lärandekontroll/Debriefing:	Varje grupp presenterar sina projektplaner och får feedback från sina kamrater och utbildaren. Diskussionen bidrar till att säkerställa att projekten är praktiska, samhällsfokuserade och i linje med hållbarhetsprinciperna.
Tips för utbildaren:	Var beredd på att vägleda brainstormingprocessen, särskilt om grupperna har svårt att komma på idéer. Att ställa specifika frågor om deltagarnas samhällen (t.ex. "Vilka är de största hållbarhetsutmaningarna här?") kan bidra till att inspirera till diskussion. Uppmuntra deltagarna att tänka kreativt, men behåll fokus på att skapa praktiska och genomförbara planer. Om deltagarna kommer från olika samhällen kan du uppmuntra dem att dela med sig av exempel från sina hemregioner för att inspirera andra. Online-resurser som stöd för utbildare 1. Samdesign och metodik för deltagande design: • IDEO:s verktygslåda för människocentrerad design https://www.designkit.org/resources.html .Denna kostnadsfria verktygslåda ger en introduktion till människocentrerad design och erbjuder praktiska tekniker för att underlätta workshops och co-designprocesser. Utbildare kan använda detta för att lära sig om empatikartläggning, brainstormingmetoder och strukturerad idéutveckling.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	• Participatory design methods for sustainable interaction design: co-designing digital experiences for sustainability education Acceso universal en la sociedad de la información (springer.com) -Artikel på Springer • Gabriel Arboleda - Etnoarquitectura. Värt att ta en titt på för att förstå och visa potentialen i deltagarbaserade metoder i projekt som utformas av lokalsamhället. 2. Exempel på framgångsrika hållbarhetsprojekt i lokalsamhället: • Ellen MacArthur Foundation: Fallstudier om cirkulär ekonomi https://www.ellenmacarthurfoundation.org/case-studies På den här webbplatsen finns en rad fallstudier som belyser framgångsrika projekt inom cirkulär ekonomi. Dessa fallstudier kan hjälpa deltagarna att bättre förstå hur man kan närma sig hållbarhet genom systemförändring. 3. Verktyg för projektplanering och samhällskartläggning: • Miro (Whiteboard för samarbete online) https://miro.com Miro är ett kraftfullt digitalt verktyg som utbildare kan använda för samhällskartläggning, brainstorming och projektplanering. Det innehåller mallar som är särskilt användbara för co-designaktiviteter och möjliggör samarbete i realtid, särskilt i online- eller hybridssessioner. • Padlet https://padlet.com Padlet är ett intuitivt onlineverktyg som gör det möjligt för deltagarna att samarbeta på en gemensam "tavla", vilket gör det till ett utmärkt alternativ till Google
--	---

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	Jamboard. Utbildarna kan använda det för att organisera idéer, kartlägga grupper och samla in synpunkter från deltagarna. 4. Lärplattformar för hållbarhet och samhällsengagemang: • Testet för kunskap om hållbarhet (Sulitest) https://www.sulitest.org/en. Sulitest är en onlineplattform för lärande som tillhandahåller utbildningsmoduler och utvärderingar om hållbarhet. Utbildare kan använda plattformen för att vidareutbilda sig själva eller deltagarna i hållbarhetskunskap och säkerställa att de har en stark grund i nyckelbegrepp. • Global Footprint Network (kalkylator för ekologiskt fotavtryck) https://www.footprintcalculator.org. Detta onlineverktyg beräknar det ekologiska fotavtrycket för individer eller samhällen. Utbildare kan använda det som ett engagerande verktyg för att hjälpa deltagarna att förstå sin miljöpåverkan och ta hänsyn till den i sin samhällsplanering. 5. Resurser för samhällsbaserad deltagande forskning: • Community Tool Box (arbetsgruppen för hälsa och utveckling i samhället) https://ctb.ku.edu/en. Community Tool Box erbjuder omfattande vägledning om hur man engagerar samhällen i problemlösning och planering, särskilt inom områdena folkhälsa och miljömässig hållbarhet. Den innehåller utbildningsmaterial, verktyg för att bedöma samhällets behov och strategier för att främja samarbete. 6. Verktygslådor och mallar för planering av hållbarhetsprojekt:
--	--

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

- **Bibliotek med lösningar för projektneddragning**
<https://www.drawdown.org/solutions>. Detta bibliotek innehåller detaljerade beskrivningar av hållbarhetslösningar, inklusive olika projekts potentiella inverkan och genomförbarhet. Utbildare kan använda denna för att introducera deltagarna till skalbara, evidensbaserade lösningar som kan anpassas till deras samhällen.
- **Verktyslåda för planering av hållbarhet (ICLEI)**
<https://icleiusa.org/resources/sustainability-planning-toolkit>. Den här verktyslådan är särskilt utformad för planering och genomförande av hållbarhetsprojekt på samhällsnivå. Den innehåller mallar, planeringsguider och resurser som utbildare kan dela med sig av till deltagarna när de kartlägger sina projekt.
- **Design för hållbar utveckling (UN)**
[Design för hållbarhet: En steg-för-steg-strategi | UNEP - FN:s miljöprogram](#)
En global guide för designers och industrin, som ger stöd till nybörjare inom ekodesign och till dem som vill öka sin förståelse för området. Handboken fokuserar på tre olika designmetoder: omdesign av befintliga produkter, radikal hållbar produktinnovation och utveckling av nya produkter. Ett extra avsnitt fungerar som en omfattande "how-to"-guide för förstagångsanvändare. Online-material - inklusive fallstudier, ytterligare design- och hanteringsverktyg och arbetsblad - kompletterar den tryckta versionen.

Hur dessa resurser kan integreras:

1. **Före sessionen:** Utbildarna kan bekanta sig med metoderna för co-design genom att granska resurser som IDEO:s verktyslåda och Ellen MacArthur Foundations fallstudier. De kan också använda verktyg som Miro eller Jamboard för att skapa digitala samarbetsytor i förväg.
2. **Under sessionen:** Resurser som **Miro**, **Jamboard** och **Google Docs** kan användas i realtid för kartläggning av

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	samhället och brainstorming. Fallstudier från plattformen Sustainable Communities Online kan delas för att ge deltagarna konkreta exempel. 3. Efter sessionen: Utbildarna kan hänvisa deltagarna till resurser som Global Footprint Calculator eller Project Drawdown Solutions Library för att ytterligare utforska hållbarhetslösningar och utveckla långsiktiga planer för sina samhällen.
Handouts:	Guide för metodik för samdesign , Mallar för projektplanering .
Teamets medlemmar:	Giulio Asta (öppen påverkan)

Att bygga en affärsmodell för cirkulär ekonomi

LO:	Deltagarna kommer att förstå och tillämpa principerna för cirkulär ekonomi i affärsmodeller. Deltagarna får öva på att utforma hållbara affärsstrategier som minimerar avfall och prioriterar resurseffektivitet.
Varaktighet:	70 minuter
Material som behövs:	Personligen: Business Model Canvas-mallar (utskrivna), pennor, handouts om cirkulär ekonomi, exempel på fallstudier. På nätet: Mallar för digitala affärsmodeller (t.ex. på Miro, Mural, Canva eller Padlet), länkar till fallstudier online, presentationsbilder.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

Förberedelser:	Personligen: Förbered utskrivna kopior av Business Model Canvas och fallstudier. Se till att du har exempel på företag inom cirkulär ekonomi redo att visa (t.ex. Ellen MacArthur Foundation fallstudier). Gör i ordning rummet för grupparbete med tillräckligt med utrymme och material vid varje station. Online: Se till att deltagarna har tillgång till den digitala Business Model Canvas och ordna med grupprum för gruppdiskussioner. Förbered länkar till relevanta fallstudier och testa eventuella digitala verktyg som Miro eller Padlet.
Beskrivning:	Deltagarna kommer att arbeta i små grupper för att utforma en affärsmodell för ett fiktivt företag som bygger på principerna för cirkulär ekonomi. Övningen utmanar dem att fundera på hur företag kan minimera avfall, återanvända material och utforma produkter för långsiktig hållbarhet. Efter övningen presenterar grupperna sina affärsmodeller, följt av en session med kollegial granskning och återkoppling. Steg-för-steg-instruktioner: 1. Introduktion (5 minuter): förklara begreppet cirkulär ekonomi och syftet med Business Model Canvas. Dela med dig av ett kort fallstudieexempel för att illustrera hur ett företag kan implementera principerna för cirkulär ekonomi. 2. Grupparbete (35 minuter): Dela in deltagarna i smågrupper och förse dem med en Business Model Canvas. Varje grupp ska brainstorma och fylla i kanvasen för ett fiktivt företag som följer principerna för cirkulär ekonomi (t.ex. utforma produkter för hållbarhet, skapa återtagningssystem, minimera avfall). Facilitatorn bör cirkulera för att ge vägledning och svara på frågor. 3. Presentationer och genomgång (20 minuter): Varje grupp presenterar sin affärsmodell och förklarar hur den införlivar principerna för cirkulär ekonomi.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	Facilitatorer och kamrater ger feedback och diskuterar modellernas genomförbarhet, innovation och potentiella inverkan. 4. Debriefing (10 minuter): diskutera de utmaningar som företag kan ställas inför när de inför modeller för cirkulär ekonomi och undersök hur dessa utmaningar kan övervinnas.
Lärandekontroll/Debriefing:	Be deltagarna att fundera över hur principerna för cirkulär ekonomi kan tillämpas på företag i deras egna samhällen eller branscher. Uppmuntra deltagarna att diskutera vad som förvånade dem med att utforma en verksamhet med cirkulär ekonomi och hur de kan tillämpa dessa principer i sitt eget arbete.
Tips för utbildaren:	Använd konkreta exempel och fallstudier för att ge övningen ett sammanhang. Se till att varje grupp håller fokus på att integrera principerna för cirkulär ekonomi och uppmuntra kreativt tänkande. Håll koll på tiden och vägled grupperna genom varje avsnitt i Business Model Canvas, särskilt om de inte är bekanta med verktyget.
Handouts:	Affärsmodellens canvas - Instruktionsmanual: Följ instruktionerna för att komma igång, och med tid och övning kommer du att kunna kartlägga affärsmodeller på några minuter. Bästa praxis: Upptäck 3 enkla bästa praxis för att säkerställa att din affärsmodell berättar en enkel men meningsfull historia. De vanligaste misstagen: Läs om de vanligaste misstagen som görs när du använder Canvas och hur du undviker dem.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

Teamets medlemmar:	Giulio Asta (öppen påverkan)
--------------------	------------------------------

Meditation för hållbart tankesätt	
LO:	Deltagarna kommer att ägna sig åt reflekterande meditation för att utveckla ett hållbart tankesätt. Deltagarna kommer att koppla samman sina personliga värderingar och dagliga vanor med bredare hållbarhetsmål.
Varaktighet:	20 minuter
Material som behövs:	Personliga möten: bekväma sittplatser, valfri avslappnande bakgrundsmusik eller naturljud. Online: deltagarna bör befinna sig i ett lugnt utrymme där de kan fokusera. Eventuellt kan du använda lugnande musik via en delad onlineplattform.
Förberedelser:	Personligen: skapa ett bekvämt, lugnt utrymme där deltagarna kan ägna sig åt meditation. Förbered en ljudenhet för bakgrundsmusik om det behövs. Se till att deltagarna har sittplatser eller golvmattor för meditationen. Online: instruera deltagarna att hitta en lugn och bekväm plats före sessionen. Dela med dig av instruktioner om hur man slappnar av och ge förslag på bakgrundsstämning (musik eller naturljud).
Beskrivning:	Denna meditationssession hjälper deltagarna att utveckla ett hållbart tankesätt genom att reflektera över hur deras dagliga vanor och personliga värderingar är kopplade till hållbarhet. Genom guidad meditation kommer deltagarna att fokusera på sin påverkan på miljön och samhället, vilket främjar ett djupare engagemang för ett hållbart liv.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	Steg-för-steg-instruktioner: Introduktion (5 minuter): Presentera begreppet hållbart tankesätt och förklara hur små, avsiktliga förändringar i vårt dagliga liv kan bidra till större hållbarhetsmål. Guidad meditation (10 minuter): Led deltagarna genom en guidad meditation med fokus på hållbarhet. Uppmuntra dem att tänka på sina dagliga val, t.ex. energianvändning, avfallsminskning och konsumtionsvanor, och hur dessa val påverkar miljön. Reflektion (5 minuter): Efter meditationen ber du deltagarna att reflektera över sin upplevelse. Ge tid för dagboksanteckningar eller en kort diskussion om hur de kan tillämpa principerna för hållbarhet i sina liv.
Lärandekontroll/Debriefing:	Uppmuntra deltagarna att fundera över en liten, hållbar förändring som de kan åta sig att genomföra efter sessionen. Be deltagarna att dela med sig av sina reflektioner om hur meditationen fick dem att tänka annorlunda om hållbarhet i sina personliga liv.
Tips för utbildaren:	Skapa en lugn, reflekterande atmosfär och se till att deltagarna känner sig avslappnade och bekväma. Använd ett enkelt och tydligt språk för den guidade meditationen för att hjälpa deltagarna att hålla fokus på sina hållbarhetsmål. Uppmuntra deltagarna att fortsätta reflektera över sin personliga
Handouts:	Ingen
Teamets medlemmar:	Giulio Asta (öppen påverkan)

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

Skapa en visionstavla för hållbarhet	
LO:	Deltagarna kommer att reflektera över sina personliga hållbarhetsmål och visualisera dem på ett kreativt sätt. Deltagarna kommer att utveckla en konkret representation av sina hållbarhetsambitioner, som kommer att fungera som ett motivationsverktyg.
Varaktighet:	70 minuter
Material som behövs:	Personligen: affischtavlor, tidningar, saxar, lim, pennor, valfria bilder och symboler som representerar hållbarhetskoncept. Online: digitala verktyg som Canva, Google Slides eller Miro för att skapa digitala visionstavlor. Se till att deltagarna har tillgång till bilder och ikoner som är relaterade till hållbarhet. Hybrid: Du kan också använda digitala verktyg under en personlig utbildning.
Förberedelser:	Personligen: Samla ihop en mängd olika tidningar, tidskrifter och tryckta bilder som deltagarna kan klippa ut. Förbered material som lim, märkpennor och saxar. Se till att det finns tillräckligt med utrymme för att deltagarna ska kunna arbeta bekvämt med sina visionstavlor. På nätet: Ge instruktioner om hur man använder digitala verktyg som Canva eller Miro för att skapa visionstavlor. Dela med dig av länkar till bildbibliotek online eller webbplatser med gratis bilder (t.ex. Unsplash) där deltagarna kan samla bilder som representerar deras hållbarhetsmål.
Beskrivning:	I denna kreativa reflektionsaktivitet får deltagarna skapa en visionstavla som representerar deras personliga hållbarhetsmål och ambitioner. Visionstavlan kommer att

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	fungera som ett visuellt och motiverande verktyg som uppmuntrar deltagarna att fokusera på de förändringar de vill se i sina personliga och professionella liv. Aktiviteten betonar självreflektion och kreativt uttryck. Steg-för-steg-instruktioner: 1. Introduktion (10 minuter): Förklara syftet med att skapa en visionstavla och hur den kan hjälpa deltagarna att visualisera sina hållbarhetsmål. Dela med dig av exempel på visionstaylor och diskutera hur bilder kan inspirera till handling och reflektion. 2. Skapande av en visionstavla (45 minuter): Ge deltagarna tid att samla in bilder, ord och symboler som representerar deras hållbarhetsmål. De ska skapa ett collage på affischtaaylor (eller digitalt) som speglar deras strävan efter en hållbar framtid. 3. Cirkel för delning av visioner (5 minuter): Efter att ha färdigställt sina taylor samlas deltagarna i små grupper för att dela med sig av ett viktigt mål eller en idé från sin visionstavla. Detta skapar en stödjande miljö för diskussion och inspiration. 4. Reflektion (10 minuter): Avsluta sessionen med en gruppdiskussion om hur deltagarna kan genomföra de idéer som återspeglas i deras visionstaylor. Uppmuntra dem att tänka på praktiska steg som de kan ta för att uppnå sina hållbarhetsmål.
Lärandekontroll/Debriefing:	Be deltagarna att fundera över hur bilderna i deras visionstaylor förhåller sig till deras verkliga mål och ambitioner för hållbarhet. Uppmuntra deltagarna att sätta upp kortsiktiga och långsiktiga mål baserat på vad de har visualiserat.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

Tips för utbildaren:	Uppmuntra kreativitet och betona att det inte finns något rätt eller fel sätt att skapa en visionstavla. Målet är att deltagarna ska reflektera över sin personliga resa mot hållbarhet. Erbjud hjälp till deltagare som känner sig osäkra på hur de ska uttrycka sina idéer visuellt. Vid onlinesessioner ska du se till att deltagarna förstår hur de ska använda de digitala verktygen för att skapa sina tavlor.
Handouts:	Guide för att skapa en visionstavla (valfritt, beroende på deltagarnas kännedom om konceptet).
Teamets medlemmar:	Giulio Asta (öppen påverkan)

Digitala utvärderingsformulär

LO:	Deltagarna ska reflektera över sin utbildningsupplevelse och ge feedback på modulens innehåll, struktur och genomförande. Utbildarna kommer att samla in kvantitativ och kvalitativ feedback för att bedöma hur effektiv sessionen var och identifiera områden som kan förbättras
Varaktighet:	20 minuter
Material som behövs:	Digitala utvärderingsformulär (Google Forms, Microsoft Forms eller liknande plattformar : Tally.so)

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	Deltagarnas enheter (smartphones, surfplattor eller bärbara datorer) med internetåtkomst
Förberedelser:	Skapa utvärderingsformulär: utforma digitala formulär med en balans mellan Likert-skala (1-5), flervälsfrågor och öppna frågor för att samla in omfattande feedback om: • Innehållets tydlighet och relevans. • Leverans- och engagemangstekniker. • Övergripande erfarenhet och påverkan. Tillgång till utrustning: se till att deltagarna har tillgång till nödvändig utrustning och en stabil internetuppkoppling. Dela instruktioner: skicka ut länken till utvärderingsformuläret via e-post eller chattplattform om det är online, eller se till att QR-koder finns tillgängliga för personliga sessioner.
Beskrivning:	Denna aktivitet ger deltagarna möjlighet att ge strukturerad återkoppling på utbildningsmodulen. Återkopplingen hjälper utbildarna att bedöma hur effektiv sessionen var när det gäller innehållsleverans, deltagarnas engagemang och inlärningsresultat. Utvärderingsprocessen är utformad för att vara anonym och ska uppmuntra till ärliga och konstruktiva svar. Steg-för-steg-instruktioner: 1. Introduktion (2 minuter): förklara vikten av feedback och hur den kommer att användas för att förbättra framtida sessioner. 2. Ifyllande av formuläret (15 minuter): deltagarna fyller i det digitala utvärderingsformuläret. Ge tillräckligt med tid för reflektion, särskilt när det gäller öppna frågor.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	3. Slutsats (3 minuter): tacka deltagarna för deras feedback och försäkra dem om att deras synpunkter direkt kommer att påverka utbildningsprogrammet.
Lärandekontroll/Debriefing:	Feedback samlas in via utvärderingsformulären. Utbildaren går igenom svaren efteråt för att bedöma styrkor och områden som kan förbättras. Valfritt: När deltagarna har fyllt i formulären kan du fråga om någon vill dela med sig av viktiga synpunkter öppet i gruppen för att uppmuntra till öppenhet och omedelbar diskussion.
Tips för utbildaren:	Uppmuntra ärlig, konstruktiv feedback genom att förklara dess syfte för att förbättra framtida utbildningar. Ge teknisk assistans om någon deltagare har problem med att få tillgång till formulären. Påminn deltagarna om att deras svar är anonyma och värdefulla.
Handouts:	Ingen (Digitala formulär)
Teamets medlemmar:	Giulio Asta (öppen påverkan)

Reflektion och diskussion i grupp

LO:	Deltagarna kommer att sammanställa de viktigaste lärdomarna från utbildningen och dela med sig av sina mest värdefulla erfarenheter.
-----	--

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	Deltagarna kommer att reflektera över hur de planerar att tillämpa kunskaperna i verkliga situationer i personliga och yrkesmässiga sammanhang.
Varaktighet:	40 minuter
Material som behövs:	Ingen (Valfritt: whiteboard eller blädderblock för att sammanfatta viktiga punkter)
Förberedelser:	Placering av stolar: Placera stolarna i en cirkel eller U-form för att främja en öppen och inkluderande diskussion. Förbered reflektionsfrågor: ta fram en lista med vägledande frågor för att uppmuntra till meningsfull reflektion. Exempel på frågor: 1. "Vad är det viktigaste du har lärt dig under den här modulen?" 2. "Hur planerar du att integrera hållbarhetskoncepten i ditt dagliga liv eller arbete?" 3. "Vilka utmaningar ser du när du ska tillämpa de kunskaper du fått och hur kan du övervinna dem?" 4. "Finns det något du skulle vilja föreslå för att förbättra den här modulen?"
Beskrivning:	Denna aktivitet fokuserar på att konsolidera deltagarnas inlärningsupplevelser genom en guddad reflektion. Genom att dela med sig av sina insikter och lärdomar förstärker deltagarna sin förståelse för nyckelbegrepp och bygger upp en gemenskap med delat lärande. Facilitatorn hjälper till att sammanfatta dessa reflektioner för att säkerställa att utbildningen avslutas med en stark, handlingsbar anteckning. Steg-för-steg-instruktioner:

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	Introduktion (5 minuter): förklara kortfattat syftet med reflektionssessionen: att gå igenom vad deltagarna har lärt sig och hur de ska tillämpa det framöver. Diskussion om reflektion (30 minuter): - Be deltagarna att reflektera över de viktigaste lärdomarna från modulen. Ge alla möjlighet att tala. - Använd vägledande frågor för att styra samtalet och se till att reflektionerna omfattar personliga insikter, tillämpning av hållbarhetsbegrepp och utmaningar. - Uppmuntra deltagarna att diskutera specifika åtgärder som de planerar att vidta som ett resultat av utbildningen. Sammanfatta viktiga insikter (5 minuter): sammanfatta de vanligaste temana från diskussionen och lyft fram praktiska åtgärder som deltagarna planerar att vidta. Använd detta som ett tillfälle att inspirera till ytterligare engagemang för hållbara metoder.
Lärandekontroll/Debriefing:	Under gruppdiskussionen ber du deltagarna att berätta om minst en specifik åtgärd som de planerar att genomföra efter utbildningen. Samla in muntlig feedback om hur deltagarna upplevde modulen och uppmuntra dem att ta upp eventuella utmaningar som de kan förvänta sig när de ska tillämpa sina kunskaper.
Tips för utbildaren:	Se till att diskussionen förblir öppen och inkluderande, så att tystare deltagare får möjlighet att dela med sig av sina tankar.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	Validera och erkänn alla bidrag, även om deltagarna uttrycker tvivel eller utmaningar. Detta bidrar till att skapa en stödjande miljö för reflektion. Om deltagarna verkar tveksamma kan du ge specifika exempel på hur de kan tillämpa de inlärdade begreppen och på så sätt väcka nya idéer. Använd ett blädderblock eller en whiteboard för att anteckna viktiga teman och slutsatser från diskussionen, så att gruppen kan se hur samtalet fortskrider.
Handouts:	Ingen
Teamets medlemmar:	Giulio Asta (öppen påverkan)

Avslutning och åtagande till handling

LO:	Deltagarna kommer att formulera en konkret handlingsplan för att implementera de kunskaper och färdigheter som erhållits från modulen. Deltagarna ska förbinda sig att vidta minst en specifik åtgärd för att främja hållbarhet i sina personliga eller yrkesmässiga liv.
Varaktighet:	20 minuter
Material som behövs:	Personligen: indexkort eller små pappersark, pennor. Online: digital plattform för anteckningar (t.ex. Google Docs, Padlet) eller privat chattfunktion.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

Förberedelser:	Frågeställningar för handlingsplan: förbered frågor för att vägleda deltagarna i att definiera tydliga, genomförbara åtaganden. Exempel på sådana: • "Vad är en sak som du ska börja göra annorlunda i ditt liv eller arbete för att främja hållbarhet?" • "Hur kommer du att mäta framgången med din åtgärd?" • "Vilka resurser eller vilket stöd behöver du för att nå ditt mål?" Materialförberedelser: Vid fysiska möten ska du se till att deltagarna har tillgång till indexkort och pennor för att skriva sina handlingsplaner. För online-sessioner förbereder du ett gemensamt digitalt utrymme där deltagarna kan registrera sina åtaganden.
Beskrivning:	Denna aktivitet uppmuntrar deltagarna att göra ett personligt åtagande att agera och omsätta de kunskaper och färdigheter som har fått under modulen i praktiska, mätbara steg. Varje deltagare ska reflektera över vad de har lärt sig och hur de ska tillämpa det, antingen personligen eller yrkesmässigt. Därefter åtar de sig att genomföra minst en specifik åtgärd som de delar med sig av till gruppen. Steg-för-steg-instruktioner: 1. Introduktion (5 minuter): förklara vikten av att vidta konkreta åtgärder efter utbildningen. Be deltagarna att fundera över en specifik förändring eller åtgärd som de kan förbinda sig att genomföra för att stödja hållbarhet. 2. Åtagande till handling (10 minuter): I. Be deltagarna att skriva ner sitt åtagande på ett indexkort (eller digitalt för onlinesessioner). Uppmuntra dem att vara specifika när det gäller åtgärden, tidslinjen och hur de ska mäta framgång. II. Låt deltagarna få några minuter på sig att färdigställa sina handlingsplaner.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	3. Delning av åtaganden (5 minuter): uppmana deltagarna att dela med sig av sina åtaganden till gruppen. Detta skapar ansvarsskyldighet och uppmuntrar till en känsla av gemenskap och stöd för varje deltagares hållbarhetsresa.
Lärandekontroll/Debriefing:	Fråga deltagarna hur de planerar att genomföra sina åtaganden och vilka utmaningar de ser framför sig. Erbjud råd eller resurser för att hjälpa dem att lyckas. Be deltagarna att överväga att se över sin handlingsplan i framtiden för att mäta framstegen och reflektera över effekterna av sitt åtagande.
Tips för utbildaren:	Uppmuntra deltagarna att göra sina handlingsplaner specifika och uppnåeliga. Undvik vaga mål genom att uppmana dem att definiera konkreta steg. Erbjud stöd och bekräftelse för alla åtaganden, och föreslå små, hanterbara förändringar för deltagare som är osäkra på hur de ska börja. Påminn deltagarna om att hållbarhet är en resa och att små åtgärder kan leda till meningsfulla förändringar över tid.
Handouts:	Ingen (Valfritt: mallar för åtgärdsplaner för att följa upp framsteg).
Teamets medlemmar:	Giulio Asta (öppen påverkan)

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

Lunch/middag Mindful Eating och avfallsreducering	
LOs:	Deltagarna får öva sig i att äta medvetet och reflektera över hållbarheten i sina matval. Deltagarna kommer att förstå de miljömässiga och sociala effekterna av livsmedelsproduktion och konsumtion. Deltagarna får lära sig praktiska sätt att minska matsvinnet och göra mer hållbara matval i vardagen.
Varaktighet:	60 minuter (inklusive måltid och diskussion)
Material som behövs:	Personligen: Mat för måltiden (helst lokalproducerad, ekologisk eller hållbart producerad), redskap, tallrikar, servetter och komposteringskärl (om tillämpligt). Online: Deltagarna tillagar sina egna måltider med hjälp av instruktioner om mindful eating som de får i förväg.
Förberedelser:	Personligen: Välj hållbara matalternativ: se till att maten som serveras (eller ingredienserna till ett knytkaas) är lokalt producerad, ekologisk eller säsongsanpassad. Om det gäller catering, samarbeta med leverantörer som prioriterar hållbara metoder Gör i ordning lokalen: skapa en lugn och bekväm matplats. Överväg att minska antalet distraktioner (t.ex. inga telefoner, tyst musik eller ingen alls) för att uppmuntra till fokus på maten och diskussionen.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	Tillhandahålla komposteringskärl: se till att det finns lämpliga metoder för avfallshantering, inklusive kompostering av matavfall. Online: Instruktioner före sessionen: ge deltagarna riktlinjer för hur de kan tillaga en hållbar måltid hemma. Det kan handla om tips på hur man väljer lokala råvaror, minskar förpackningsavfallet och undviker processade livsmedel. Teknikkontroll: se till att deltagarna har tillgång till en stabil internetuppkoppling för videodiskussioner.
Beskrivning:	Den här aktiviteten fokuserar på att äta medvetet och betonar de miljömässiga, sociala och etiska effekterna av matval. Deltagarna avnjuter en gemensam måltid (eller individuella måltider om det rör sig om online-miljöer) samtidigt som de reflekterar över var maten kommer ifrån, hur den har producerats och hur hållbara deras konsumtionsvanor är. Aktiviteten innehåller en guidad diskussion om hur man kan minska matsvinnet och göra hållbara kostval. Steg-för-steg-instruktioner: Inledning (5 minuter): - Presentera begreppet "mindful eating" och dess koppling till hållbarhet. Förklara att deltagarna kommer att reflektera över matens ursprung, de resurser som använts för att producera den och dess miljöpåverkan. - Berätta om målen med aktiviteten: att öka medvetenheten om livsmedelskonsumtion, minska avfallet och utforska hållbara alternativ. Övning i medveten ätning (20 minuter): - Instruera deltagarna att börja äta långsamt och medvetet, och att uppmärksamma varje tugga. Uppmuntra dem att fokusera på matens konsistens, smak och utseende.

CHMKS - UTBILDNINGSFÖRMAT

	• Be deltagarna att under tystnad fundera över var maten kommer ifrån: "Hur långt har den här maten färdats? Vilka resurser användes för att producera den? Vilka var inblandade i produktionen (jordbrukare, förädlare etc.)?" • Uppmana dem att fundera över matens miljömässiga och sociala påverkan: "Är den här maten lokalt producerad? Ekologisk? Hur påverkar det här valet miljön och samhället?" 3. Diskussion om hållbar livsmedelsförsörjning och minskning av avfall (30 minuter): • Efter måltiden kan du öppna för diskussion. Använd följande frågor för att styra samtalet: ⇒ "Vad märkte du av din mat när du åt medvetet?" ⇒ "Hur hållbar tror du att måltiden var, och varför?" ⇒ "Vilka små förändringar kan du göra i ditt dagliga liv för att minska matsvinnet?" ⇒ "På vilka praktiska sätt kan vi minska matsvinnet både hemma och i gruppsammanhang som det här?" • Diskutera vikten av att kompostera och minska förpackningsavfallet, samt effekterna av att välja lokala och säsongsbetonade livsmedel. Uppmuntra deltagarna att dela med sig av sina egna strategier för att göra mer hållbara matval. 4. Avslutande reflektion (5 minuter): • Avsluta med att be deltagarna att förbinda sig till en specifik åtgärd som de ska vidta för att minska matsvinnet eller förbättra hållbarheten i sina livsmedelsval. • Uppmuntra deltagarna att fundera över hur mindfulness under måltiderna kan påverka deras hållbarhetsarbete i stort.
Lärandekontroll/Debriefing:	Under diskussionen ber du deltagarna att fundera över vad de lärt sig om hållbarheten i sina matval och avfallshantering. Uppmuntra dem att dela med sig av en åtgärd som de kan vidta i sin vardag, oavsett om handlar om att kompostera,

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	minska matavfallet eller köpa mer lokala och ekologiska produkter. Eventuellt kan deltagarna skriva dagbok om sin upplevelse av mindful eating och sambandet mellan deras matval och hållbarhet.
Tips för utbildaren:	Personligen: Se till att måltidsvalen är varierade och tillgodoser olika kostbegränsningar samtidigt som hållbarheten upprätthålls. Lägg till exempel tonvikten på växtbaserade alternativ, eftersom dessa i allmänhet har ett lägre miljömässigt fotavtryck. På nätet: Uppmuntra deltagarna att laga enkla, hållbara måltider hemma. Om möjligt, ge dem resurser för hållbar måltidsplanering. Håll stämningen lugn och reflekterande under måltiden. Om deltagarna har svårt att förstå konceptet mindful eating kan du ge dem mjuka påminnelser om att sakta ner och fokusera på upplevelsen. Lyft fram vikten av att minska matsvinnet, inte bara under den här aktiviteten utan som en del av ett kontinuerligt hållbarhetsarbete.
Handouts:	Förslag: Guide för medveten ätande: En kort guide med uppmaningar till mindful eating och reflektioner kring hållbarhet. <i>Uppmaningar för medveten ätning:</i> "Hur luktar, smakar och känns den här maten?" "Var kommer den här maten ifrån? Vilka resurser har använts vid produktionen?"

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	"Vilken inverkan har detta livsmedel på miljön och samhället?" <i>Tips för medveten ätning:</i> - Ät långsamt och fokusera på varje tugga. - Undvik distraktioner (t.ex. telefoner, skärmar) när du äter. - Uppskatta den ansträngning och de resurser som lagts ned på att skapa måltiden. 2. Tips för att minska matsvinnet: Handout med praktiska tips för att minska matsvinnet i vardagen, bland annat genom att handla smartare, förvara maten på rätt sätt, kompostera och portionera. <i>Praktiska tips för att minska matsvinnet i hemmet:</i> - Planera måltider och handla med en lista för att undvika att köpa för mycket. - Använd rester på ett kreativt sätt (t.ex. genom att göra om gårdagens middag till dagens lunch). - Förvara livsmedel på rätt sätt för att förlänga hållbarheten (frys t.ex. in färska produkter om de inte kommer att användas i tid). - Kompostera matrester när det är möjligt. - Förstå utgångsdatum (t.ex. "Bäst före" betyder inte alltid "dåligt efter"). 3. Resurser för hållbar matlagning: Länkar till resurser som lokala bondemarknader, säsongsanpassade matguider och appar för att minska matsvinnet (t.ex. Too Good To Go, OLIO). <i>Resurser för hållbar matlagning:</i> - Lokala bondemarknader och säsongsbetonade matguider (t.ex. Eat Local First).
--	--

CHMKS - UTBILDNINGSFÖRMAT

	- Appar för att minska matsvinnet (t.ex. Too Good To Go, OLIO). - Online-guider för hållbar kost (t.ex. Sustainable Food Trust, Guía de alimentación sostenible de WWF).
Teamets medlemmar:	Giulio Asta (öppen påverkan)

VI. Vad är cirkulär ekonomi?

Utforska cirkulär ekonomi och företag Tänk-par-dela	
LOs:	Att engagera deltagarna i en diskussion om deras förståelse av den cirkulära ekonomin innan de dyker in i presentationen. Att engagera deltagarna i att definiera ett cirkulärt företag innan de dyker in i presentationen.
Varaktighet:	15 minuter
Material som behövs:	Whiteboard/blädderblock och pennor
Förberedelser:	n/a
Beskrivning:	Sessionen inleds med ett varmt välkomnande från utbildaren, som kort introducerar övningen och sätter en positiv ton för deltagarna. Därefter, i aktiviteten Think-Pair-Share, uppmanas deltagarna att tillbringa 2-4 minuter individuellt med att tänka på sin förståelse av den cirkulära ekonomin och vad som utgör en cirkulär verksamhet. Efter detta kommer utbildaren att para ihop dem i 2 eller bilda små grupper (beroende på klassens storlek) för att diskutera sina tankar i 2-3 minuter. Varje par eller grupp delar sedan med sig av en sammanfattning av sin diskussion till alla.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	Sessionen övergår i en 5 minuter lång gruppdiskussion, under vilken utbildaren aktivt skriver ner viktiga punkter, definitioner och idéer på en whiteboard eller ett blädderblock. Deltagarna uppmuntras att utveckla varandras tankar, och utbildaren uppmanar dem att utforska olika perspektiv eller bygga vidare på befintliga idéer. Slutligen sammanfattar utbildaren kortfattat gruppens viktigaste punkter innan han smidigt övergår till nästa presentation och kopplar insikterna från diskussionen till det kommande innehållet, vilket säkerställer ett sömlöst flöde i inlärningsprocessen.
Learn check/ Debriefing:	n/a
Tips utbildaren: för	Förslag till utbildaren för delen "<i>Introduktion</i>" i övningen: "Innan vi går in på presentationen vill jag höra dina tankar om vad en cirkulär ekonomi är och vad ett cirkulärt företag är. Låt oss utforska det här konceptet tillsammans." Förslag till utbildaren för <i>sammanfattnings- och övergångsdel</i> av övningen: "Tack för att du delar med dig av dina insikter. Som vi kan se omfattar en cirkulär ekonomi och cirkulära affärer många sammanlänkade koncept. Låt oss nu gå djupare in på ämnet i vår presentation och se hur det stämmer överens med det vi har diskuterat." Utbildaren måste vara uppmärksam på deltagarna och svara på deras frågor om aktiviteten. De bör inleda sessionen i god tid, presentera sig själva och redogöra för mål och agenda. Under hela sessionen kommer utbildaren att underlätta engagemanget genom att ställa frågor och leda interaktiva diskussioner. Dessutom ska utbildaren se till att varje deltagare förblir aktivt involverad och förstår varje aspekt av processen fullt ut.
Handouts:	Ingen

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

Teamets medlemmar:	Föreningen UNO
--------------------	----------------

CirEcoBus	
LO:	I den här sessionen kommer deltagarna först att fördjupa sig i begreppet cirkulär ekonomi och få en klar förståelse för hur det skiljer sig från den traditionella linjära ekonomin Därefter kommer sessionen att utforska vad som utgör ett cirkulärt företag och belysa hur företag kan verka inom ramen för den cirkulära ekonomin
Varaktighet:	Sessionen är strukturerad för att pågå i totalt 1 timme och 20 minuter, med en balanserad blandning av presentationer, praktiska aktiviteter och reflektion.
Material som behövs:	Presentationer, bärbar dator, mobil enhet, projektor/extern skärm, pennor, papper, utvärderingsformulär online, internet
Förberedelser:	Före sessionen bör utbildaren förbereda sig noggrant genom att sätta sig in i de ämnen som ska behandlas. De bör ta fram en engagerande presentation som är utformad för att aktivt involvera deltagarna och främja diskussion. Ämnen för sessionen: "Vad är en cirkulär ekonomi?" "Vad är en cirkulär affär, dess fördelar och olika cirkulära affärsmodeller" För att göra sessionen mer relaterbar bör utbildaren också undersöka och införliva exempel på cirkulära företag som är verksamma inom EU, vilket ger ett verkligt sammanhang till de teoretiska begreppen. Förutom att förbereda innehållet bör utbildaren se till att rummet är iordningställt så att alla deltagare får plats på ett bekvämt sätt. Detta

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	inkluderar ordna sittplatser, testa all nödvändig utrustning och skapa en gynnsam inlärningsmiljö. Slutligen bör utbildaren förbereda ett utvärderingsformulär online som deltagarna kan fylla i efter sessionen. Detta formulär hjälper till att bedöma hur effektiv sessionen var och samla in feedback för framtida förbättringar.
Beskrivning:	Den andra sessionen i modulen bygger direkt på den föregående aktiviteten och säkerställer en smidig övergång till det nya materialet genom att koppla gruppens tidigare diskussioner till det innehåll som kommer att behandlas. Till att börja med kommer utbildaren att presentera en översikt över den cirkulära ekonomin, skraddarsydd för att passa inom en tidsram på 5 minuter (rekommenderad tid) samtidigt som gruppens insikter från den tidigare aktiviteten "Exploring Circular Economy & Business-Think-Pair-Share" införlivas. Presentationen kommer att belysa viktiga ämnen, inklusive en tydlig definition av den cirkulära ekonomin och ett diagram som illustrerar dess grundläggande principer. Därefter kommer utbildaren att skifta fokus till cirkulära affärsdefinitioner och modeller i ett 10-minuters segment (rekommenderad tid) och samtidigt införliva gruppens insikter från den tidigare aktiviteten "Exploring Circular Economy & Business-Think-Pair-Share". Denna del av sessionen kommer att omfatta flera viktiga ämnen: 1. Definition och betydelse: Utbildaren kommer att definiera vad ett cirkulärt företag är och förklara varför det är viktigt att anta en cirkulär affärsstrategi. 2. Fördelar: Sessionen kommer att belysa fördelarna med cirkulära affärsmetoder, med betoning på hur de bidrar till hållbarhet och långsiktig framgång. 3. Utforska cirkulära affärsmodeller: Deltagarna får lära sig vad som utgör en cirkulär affärsmodell, inklusive vägledning om hur man skapar en och en översikt över de olika typer som finns. 4. Exempel från EU: För att levandegöra begreppen kommer utbildaren att presentera exempel på framgångsrika cirkulära företag inom EU och visa hur dessa modeller tillämpas i verkliga scenarier.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

Efter den teoretiska delen kommer deltagarna att delta i en praktisk gruppövning för att befästa sin förståelse. Utbildaren delar in deltagarna på i grupper om fyra personer och förklarar uppgiften. Varje grupp får i uppgift att identifiera åtta exempel på cirkulära företag inom olika branscher i EU.

Dessa exempel kommer att presenteras för publiken, och varje grupps presentation måste innehålla följande delar:

- **Verksamhetsområde:** Den bransch eller sektor inom vilken företaget är verksamt.
- **Huvudsakliga produkter eller tjänster:** En beskrivning av företagets primära erbjudanden.
- **Uppdrag och vision:** En översikt över företagets mission och vision, med fokus på dess långsiktiga mål.
- **Cirkulär affärsmetod:** En förklaring av hur startupen, projektet eller företaget införlivar cirkulära principer i sin verksamhet.

Deltagarna har 30 minuter på sig att göra efterforskningar och förbereda sina presentationer. Under denna tid kommer utbildaren att ge kontinuerligt stöd för att säkerställa att aktiviteten löper smidigt:

- Utbildaren visar presentationsstrukturen på projektorn och ger tydlig vägledning om vad som förväntas av varje grupp.
- Utbildaren kommer att vara tillgänglig för att svara på frågor och ge förtydliganden, vilket hjälper deltagarna att hålla sig på rätt spår och förstå den aktuella uppgiften.
- Utbildaren kommer också att observera gruppdynamiken och se till att alla medlemmar deltar aktivt och bidrar till forskningen och den kommande presentationen.

Efter forskningsfasen kommer varje grupp att få möjlighet att presentera sina resultat för publiken. Detta 15-minuters segment ger deltagarna möjlighet att:

- Visa upp de cirkulära företag som de har upptäckt.
- Analysera och diskutera hur dessa företag tillämpar principerna för cirkulär ekonomi i verkliga sammanhang.

Denna fas är avgörande för att förstärka de teoretiska kunskaper som inhämtats tidigare och för att uppmuntra kritiskt tänkande och praktisk tillämpning.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	Sessionen avslutas med en 10-minuters debriefing, se nedan för mer information.
Learn check/ Debriefing:	Efter den praktiska övningen övergår sessionen till en kontroll av inläringen och en debriefingfas. Presentation och avrapportering: Som en del av lärandekontrollen presenterar deltagarna resultaten av sin praktiska övning. Under den här tiden kommer utbildaren att styra diskussionen genom att ställa frågor (se nedan) för att sammanfatta de viktigaste slutsatserna från både de teoretiska presentationerna och den praktiska aktiviteten. Frågor för avrapportering: För att underlätta reflektion kommer utbildaren att ställa följande frågor till gruppen: • Vilka är de viktigaste begreppen som du lärde dig om cirkulära företag från presentationerna? • Hur har din förståelse för den cirkulära ekonomin och dess betydelse utvecklats efter de teoretiska diskussionerna? • Kan du identifiera fördelarna med de cirkulära affärsmetoder som lyftes fram och hur de kan tillämpas i verkliga situationer? • Vad lärde du dig av den praktiska aktiviteten om hur man tillämpar cirkulära affärsprinciper i praktiken? • Hur hjälpte aktiviteten dig att bättre förstå processen med att skapa en cirkulär affärsmodell? • Vilka utmaningar stötte du på under aktiviteten och hur hanterade du dem? • Hur kompletterar de teoretiska insikterna och de praktiska erfarenheterna från denna session varandra? • Vilka viktiga lärdomar kommer du att tillämpa på ditt eget företag eller din arbetsmiljö framöver? • På vilket sätt känner du dig mer förberedd på att implementera eller förespråka cirkulära affärsmetoder efter den här sessionen? Frågor och svar samt gruppdiskussion: Sessionen övergår sedan i en frågestund och en gruppdiskussion, vilket deltagarna möjlighet att föra en djupare diskussion om övningen och

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	aktiviteten som helhet. Diskussionen möjliggör utbyte av idéer, klargörande av eventuella oklarheter och vidare utforskning av de ämnen som tagits upp. Frågor för avrapportering: För att underlätta reflektion kommer utbildaren att ställa följande frågor till gruppen: • Vad överraskade dig? • Vad vet du nu som du inte visste tidigare? • Vilket adjektiv skulle du använda för att beskriva den här upplevelsen? • Beskriv vad du upplevde under den här upplevelsen. Utvärdering och insamling av feedback: Deltagarna kommer att uppmanas att fylla i ett utvärderingsformulär online för att ge värdefull feedback om sessionen. Denna feedback hjälper utbildaren att bedöma hur effektiv aktiviteten var och identifiera områden som kan förbättras.
Tips för utbildaren:	Utbildaren måste ha en djup och grundlig förståelse för det aktuella ämnet. Denna expertis utgör den grund som utbildningen bygger på och säkerställer att det innehåll som levereras är både korrekt och insiktsfullt. Utbildaren bör börja direkt och presentera sig för deltagarna med en varm och välkomnande attityd. Denna första introduktion anger tonen för sessionen och skapar en relation med deltagarna. Därefter måste utbildaren tydligt beskriva målen och agendan för sessionen och ge en färdplan för vad deltagarna kan förvänta sig att lära sig och åstadkomma. Engagemang är avgörande under hela sessionen. Utbildaren bör aktivt involvera deltagarna genom genomtänkta frågor och interaktiva diskussioner. Detta tillvägagångssätt hjälper till att upprätthålla intresset och uppmuntrar till djupare förståelse genom att deltagarna uppmanas att reflektera över och diskutera det material som presenteras. Att se till att alla deltagare är aktivt engagerade och förstår varje del av utbildningsprocessen är ett grundläggande ansvar för utbildaren. Det räcker inte att utbildaren presenterar materialet, utan han eller hon måste också kontrollera att deltagarna hänger med och förstår innehållet.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	Slutligen samlar utbildaren in feedback för att bedöma hur effektiv utbildningen har varit. Denna feedback samlas in via utvärderingsformulär online och en debriefingprocess. Genom att analysera denna feedback kan utbildaren förfinas sitt tillvägagångssätt och förbättra framtida sessioner, vilket säkerställer en kontinuerlig förbättring av utbildningsupplevelsen.
Handouts:	Utbildaren visar presentationen av de cirkulära affärsmodellerna på skärmen och redogör för detaljerna i den kommande övningen. Pennor och papper kommer att finnas tillgängliga vid behov, men utbildaren, som betonar projektets gröna initiativ, kommer att uppmuntra deltagarna att använda sina mobila enheter för anteckningar och för att slutföra den praktiska övningen. Dessutom uppmanas deltagarna att använda återvunnet papper om de väljer att skriva anteckningar för hand.
Resurser	https://circulareconomy.europa.eu/platform/en https://www.ellenmacarthurfoundation.org/topics/circular-economy-introduction/overview https://www.ellenmacarthurfoundation.org/circular-economy-diagram https://www.weforum.org/agenda/2022/01/5-circular-economy-business-models-competitive-advantage/ https://www.boardofinnovation.com/circular-economy-business-models-explained/
Teamets medlemmar:	Föreningen UNO

Utforska socialt entreprenörskap och affärsmodell

Tänk-par-dela

LO:	Att engagera deltagarna i en diskussion om socialt entreprenörskap och att förstå deras första uppfattningar och idéer. Att engagera deltagarna i en diskussion om "Vad är en affärsmodell" och att förstå deras första uppfattningar och idéer.
-----	--

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

Varaktighet:	15-20 minuter
Material som behövs:	Whiteboard/blädderblock och pennor
Förberedelser:	n/a
Beskrivning:	Sessionen inleds med ett varmt välkomnande från utbildaren, som kort introducerar övningen och sätter en positiv ton för deltagarna. Därefter, i aktiviteten Think-Pair-Share, uppmanas deltagarna att tillbringa 2-4 minuter individuellt med att tänka på sin förståelse av socialt entreprenörskap och vad som utgör en cirkulär affärsmodell. Efter detta kommer utbildaren att para ihop dem i 2 eller bilda små grupper (beroende på klassens storlek) för att diskutera sina tankar i 2-3 minuter. Varje par eller grupp delar sedan med sig av en sammanfattning av sin diskussion till alla. Sessionen övergår i en 5 minuter lång gruppdiskussion, under vilken utbildaren aktivt skriver ner viktiga punkter, definitioner och idéer på en whiteboard eller ett blädderblock. Deltagarna uppmanas att utveckla varandras tankar, och utbildaren uppmanar dem att utforska olika perspektiv eller bygga vidare på befintliga idéer. Slutligen sammanfattar utbildaren kortfattat gruppens viktigaste punkter innan han smidigt övergår till nästa presentation och kopplar insikterna från diskussionen till det kommande innehållet, vilket säkerställer ett sömlöst flöde i inlärningsprocessen.
Lärandekontroll/ Debriefing:	n/a
Tips för utbildaren:	Förslag till utbildaren för delen "<i>Introduktion</i>" i övningen: "Innan vi går in på presentationen vill jag höra dina tankar om socialt entreprenörskap och vad en affärsmodell är. Låt oss utforska det här konceptet tillsammans." Utbildaren måste vara uppmärksam på deltagarna och svara på deras frågor om aktiviteten. De bör inleda sessionen i god tid, presentera sig själva och redogöra för mål och dagordning.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	Under hela sessionen kommer utbildaren att underlätta engagemanget genom att ställa frågor och leda interaktiva diskussioner. Dessutom ska utbildaren se till att varje deltagare förblir aktivt involverad och förstår varje aspekt av processen fullt ut.
Handouts:	Ingen
Teamets medlemmar:	Föreningen UNO

De cirkulära nystartade företagen	
LO:	I den här sessionen får deltagarna lära sig hur man utvecklar en Sustainable Business Model Canvas och får ett ramverk för att skapa effektiva och hållbara affärsmodeller.
Varaktighet:	Sessionen är strukturerad för att pågå i totalt 3 timmar och 15 minuter, med en balanserad blandning av presentationer, praktiska aktiviteter och reflektion.
Material som behövs:	Laptop, projektor/extern skärm, internet, papper, pennor, mobil enhet (surfplatta, telefon eller laptop) till deltagarna för den praktiska övningen
Förberedelser:	För att säkerställa en smidig och engagerande session börjar utbildaren med att förbereda en presentation om "Socialt entreprenörskap och affärsmodellkanvasen". Denna presentation kommer att fungera som ett grundläggande element och vägleda deltagarna genom de centrala begreppen och praktiska tillämpningarna av socialt entreprenörskap inom ramen för Business Model Canvas. Därefter förbereder utbildaren noggrant rummet och ser till att det är välkomnande och främjar interaktivt lärande. I förberedelserna ingår att ordna sittplatser, se till att nödvändigt material finns tillgängligt och kontrollera all utrustning som behövs för presentationen. Dessutom förbereder utbildaren ett utvärderingsformulär online som deltagarna kan fylla i efter aktiviteten. Detta formulär är utformat för att samla in värdefull feedback om sessionen, vilket möjliggör framtida

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	förbättringar och säkerställer att utbildningen uppfyller alla deltagares behov och förväntningar.
Beskrivning:	Denna aktivitet i modulen bygger direkt på aktiviteten "Utforska socialt entreprenörskap och affärsmodeller - Tänk-par-delning" och säkerställer en smidig övergång till det nya materialet genom att koppla gruppens tidigare diskussioner till det innehåll som kommer att behandlas. Sessionen inleds med att utbildaren presenterar lärandemålen (LO) och agendan för dagen, vilket ger deltagarna en tydlig överblick över vad de kan förvänta sig. Det första segmentet är en kortfattad presentation på 10 minuter (rekommenderad tid) om socialt entreprenörskap. Utbildaren börjar med att definiera vad en social entreprenör är och går sedan in på de egenskaper som skiljer sociala entreprenörer från andra. Diskussionen fortsätter med att lyfta fram de sociala entreprenörernas inverkan på den sociala sektorn och förklarar hur de driver fram betydande förändringar i sina samhällen. Detta följs av en detaljerad titt på vad socialt entreprenörskap innebär och hur det överbrygger teori med praktisk, varaktig inverkan. Utbildaren övergår till nästa ämne och ägnar ytterligare 10 minuter åt Business Model Canva (rekommenderad tid). Presentationen inleds med en förklaring av vad en affärsplan är, följt av en definition av Business Model Canvas och en översikt över dess mall. Den här delen av sessionen är avgörande för den praktiska övningen, eftersom den ger deltagarna de verktyg de behöver. Utbildaren introducerar sedan den praktiska övningen, som förklaras på 5 minuter. Deltagarna delas in i grupper om fyra och får i uppgift att utveckla en cirkulär startup eller affärsidé. Varje grupp presenterar sitt koncept för en publik, som spelas av utbildaren i rollen som en investerare som vill finansiera innovativa nystartade företag. Grupperna måste inkludera flera delar i sina presentationer: • logotypen för deras startup eller företag, • ett uppdrag och en vision, • information om deras viktigaste produkter eller tjänster, • en översikt av deras cirkulära affärsmetod, • en ifyllt mall för Business Model Canvas.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	Själva den praktiska övningen tar 3 timmar och 15 minuter, varav 2 timmar och 45 minuter ägnas åt grupparbete och 30 minuter åt presentationer på . Under denna tid har utbildaren Business Model Canvas-mallen på projektorn som referens och erbjuder stöd till deltagarna genom att svara på frågor och klargöra eventuella oklarheter. Utbildaren övervakar också gruppdynamiken för att säkerställa ett aktivt deltagande från alla medlemmar. Under presentationsfasen tar utbildaren på sig rollen som investerare och utvärderar varje grupps pitch. Efter varje presentation ger utbildaren konstruktiv feedback på både det cirkulära affärssättet och den färdiga Business Model Canvas. I slutet av alla presentationer väljer utbildaren ut ett nystartat företag som ska finansieras och förklarar skälen till beslutet, vilket ger insikter som kan hjälpa alla deltagare att förfinas sina idéer och tillvägagångssätt. Sessionen kommer att avslutas med en 10-minuters debriefing, se nedan för mer information
Lärandekontroll/ Debriefing:	Efter den praktiska övningen övergår sessionen till en kontroll av inläringen och en debriefingfas. Presentation och avrapportering: Som en del av lärandekontrollen presenterar deltagarna resultaten av sin praktiska övning. Under den här tiden kommer utbildaren att styra diskussionen genom att ställa frågor (se nedan) för att sammanfatta de viktigaste slutsatserna från både de teoretiska presentationerna och den praktiska aktiviteten. Frågor för debriefing För att underlätta reflektion kommer utbildaren att ställa följande frågor till gruppen: • Hur skiljer sig socialt entreprenörskap från traditionellt entreprenörskap, baserat på presentationen? • Vilka viktiga effekter har sociala entreprenörer på den sociala sektorn, och varför är dessa viktiga? • Vilka är de viktigaste komponenterna i Business Model Canvas och varför är varje komponent viktig?

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

- Hur hjälpte utvecklingen av en cirkulär startup eller ett företag under den praktiska övningen dig att tillämpa de begrepp som du lärt dig under de teoretiska presentationerna?
- Vilka utmaningar stötte du på när du skapade din cirkulära affärsmodell och hur hanterade du dem?
- Vilken feedback fick du under presentationsfasen, och hur kommer den att påverka din förståelse för den cirkulära affärsmetoden?
- Hur påverkade presentationen av din affärsmodell för "investeraren" ditt perspektiv på den praktiska tillämpningen av Business Model Canvas?

Frågor och svar samt gruppdiskussion:

Sessionen övergår sedan i en frågestund och gruppdiskussion, vilket deltagarna möjlighet att föra en djupare diskussion om övningen och aktiviteten som helhet. Diskussionen möjliggör utbyte av idéer, klargörande av eventuella oklarheter och ytterligare utforskning av de ämnen som behandlats.

för debriefing

För att underlätta reflektion kommer utbildaren att ställa följande frågor till gruppen:

- Hur kompletterade det teoretiska innehållet och de praktiska övningarna varandra för att hjälpa dig att förstå begreppen socialt entreprenörskap och cirkulära affärsmodeller?
- Vilka är de viktigaste lärdomarna från både de teoretiska presentationerna och den praktiska verksamheten som du planerar att tillämpa i dina framtida projekt eller affärsverksamheter?
- Vem har upplevt samma sak? Vad förvånade dig?
- Vad vet du nu som du inte visste tidigare?
- Vilket adjektiv skulle du använda för att beskriva den här upplevelsen?
- Beskriv vad du upplevde under den här upplevelsen.

Utvärdering och insamling av feedback:

Deltagarna kommer att uppmanas att fylla i ett utvärderingsformulär online för att ge värdefull feedback om sessionen. Denna feedback

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	kommer att hjälpa utbildaren att bedöma aktivitetens effektivitet och identifiera områden som kan förbättras
Tips utbildaren:	Utbildaren måste ha en djup och grundlig förståelse för det aktuella ämnet. Denna expertis utgör den grund som utbildningen bygger på och säkerställer att det innehåll som levereras är både korrekt och insiktsfullt. Utbildaren bör börja direkt och presentera sig för deltagarna med en varm och välkomnande attityd. Denna första introduktion anger tonen för sessionen och skapar en relation med deltagarna. Därefter måste utbildaren tydligt beskriva målen och agendan för sessionen och ge en färdplan för vad deltagarna kan förvänta sig att lära sig och åstadkomma. Engagemang är avgörande under hela sessionen. Utbildaren bör aktivt involvera deltagarna genom genomtänkta frågor och interaktiva diskussioner. Detta tillvägagångssätt bidrar till att upprätthålla intresset och uppmuntrar till djupare förståelse genom att deltagarna uppmanas att reflektera över och diskutera det material som presenteras. Att se till att alla deltagare är aktivt engagerade och förstår varje del av utbildningsprocessen är ett grundläggande ansvar för utbildaren. Det räcker inte att utbildaren presenterar materialet, utan han eller hon måste också kontrollera att deltagarna hänger med och förstår innehållet. Slutligen samlar utbildaren in feedback för att bedöma hur effektiv utbildningen har varit. Denna feedback samlas in via utvärderingsformulär online och en debriefingprocess. Genom att analysera denna feedback kan utbildaren förfinas sitt tillvägagångssätt och förbättra framtida sessioner, vilket säkerställer en kontinuerlig förbättring av utbildningsupplevelsen. Erbjud fler pauser om det behövs.
Handouts:	<u>Business Model Canva</u> Under hela sessionen kommer utbildaren att hålla Business Model Canvas-mallen framträdande på projektorn eller skärmen och se till att alla deltagare har en tydlig vy över utdelningen. Denna visuella referens kommer att vägleda dem när de arbetar med sina praktiska övningar. Alternativt kan utbildaren distribuera Business Model Canvas-handout till deltagarna digitalt.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	I linje med projektets gröna initiativ kommer utbildaren att uppmuntra deltagarna att använda sina mobila enheter för anteckningar och för att slutföra den praktiska övningen, vilket minimerar användningen av papper. Om någon deltagare föredrar att använda traditionella metoder kommer dock pennor och papper att tillhandahållas på begäran. Dessutom uppmuntras deltagarna att använda återvunnet papper för alla handskrivna anteckningar. Detta tillvägagångssätt stöder inte bara projektets engagemang för hållbarhet, utan främjar också miljövänliga metoder bland alla deltagare.
Resurser	https://sdwatch.eu/2020/08/business-sector-of-circular-economies/ https://www.researchgate.net/publication/328683597_Circular_Economy_-_an_Innovative_and_Creative_Production_Model https://www.boardofinnovation.com/circular-business-design/ https://global.thepower.education/blog/business-model-canvas
Teamets medlemmar:	Föreningen UNO

VII. Återanvändning av dagligt avfall och god praxis

Utforska kunskap om återanvändning och minskning	
Brainstorming i grupp	
LO	Utbildaren välkomnar deltagarna och förklarar syftet med övningen: att utforska deras nuvarande förståelse för avfallshantering och hållbarhet innan de börjar med presentationen
Varaktighet	15-20 minuter
Material som behövs	Whiteboard/blädderblock och pennor

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

Förberedelser	Utbildaren kommer att skapa följande frågor i ett av de digitala omröstningsverktygen (som Mentimeter, Slido eller annat som utbildaren känner till) där grupperna/deltagarna kan skicka in sina svar: • Vad tror du är tanken med "avfallshantering"? • Vilka fördelar skulle avfallshantering kunna medföra för samhället eller planeten, ur din synvinkel? • Hur definierar du återvinning? Kan du ge ett exempel? • Hur definierar du reducering? Kan du ge ett exempel? • Hur definierar du repurposing? Kan du ge ett exempel? • Varje grupp ska ge ett exempel på hållbara metoder för vardagslivet.
Beskrivning	Utbildaren välkomnar deltagarna och förklarar syftet med övningen: att utforska deras nuvarande förståelse av avfallshantering och hållbarhet, och att dela kunskap och idéer med varandra Dela in deltagarna i smågrupper (3-4 personer per grupp). Varje grupp kommer att arbeta tillsammans för att svara på frågorna och sedan dela sina insikter med den större gruppen. Varje grupp kommer att få tillgång till det digitala omröstningsverktyget där utbildaren laddade upp frågorna. Grupperna har 2-3 minuter på sig för varje fråga att diskutera sina tankar och skriva sina svar i det digitala enkätverktyget. Varje grupp delar med sig av de svar som de har skrivit in i det digitala verktyget och utbildaren skriver ner gruppernas gemensamma svar på whiteboardet/blädderblocket. Utbildaren sammanfattar de viktigaste punkterna gruppen har delat med sig av. en smidig övergång till presentationen genom att koppla samman gruppens idéer med det innehåll som ska behandlas.
Lärandekontroll/ Debriefing	n/a
Tips för utbildaren	Utbildaren måste vara uppmärksam på deltagarna och svara på deras frågor om aktiviteten. De bör inleda sessionen i god tid, presentera sig själva och redogöra för mål och dagordning.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	Under hela sessionen kommer utbildaren att underlätta engagemanget genom att ställa frågor och leda interaktiva diskussioner. Dessutom ska utbildaren se till att varje deltagare förblir aktivt involverad förstår varje aspekt av processen fullt ut.
Handouts	Ingen
Teamets medlemmar	Föreningen UNO

Uppmuntra återanvändning och minskning

E.R.R.E

LO:	I denna session kommer deltagarna först att utforska den kritiska roll som avfallsminskning och återanvändning spelar. De kommer sedan att förvärva de färdigheter och verktyg som krävs för att effektivt tillämpa dessa begrepp
Varaktighet:	Sessionen är strukturerad för att pågå i totalt 3 timmar, vilket ger en balanserad blandning av presentationer, praktiska aktiviteter och reflektion.
Material som behövs:	Laptop, mobil enhet, projektor/extern skärm, pennor, papper, online-utvärderingsformulär, internet, mobil enhet (surfplatta, telefon eller laptop) för deltagarna för den praktiska övningen
Förberedelser:	Det första steget i förberedelserna inför den kommande sessionen är att ta fram en presentation som täcker de grundläggande begreppen inom avfallshantering och belyser dess avgörande roll för miljömässig hållbarhet och dess positiva inverkan på samhället och planeten. En annan viktig presentation är en som fördjupar sig i begreppen reducera, återanvända och återvinna. Presentationen förklarar varje begrepp och ger praktiska exempel för att hjälpa deltagarna att förstå hur dessa principer kan tillämpas i vardagen. Därefter kommer en presentation om "Hållbara metoder i vardagen" att förberedas. Presentationen kommer att visa på enkla men effektiva sätt

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	att integrera hållbarhet i de dagliga rutinerna, ge konkreta tips och uppmuntra till mer miljövänliga vanor. Förutom att förbereda presentationerna kommer rummet att ordnas för att säkerställa en bekväm och gynnsam inlärningsmiljö för alla deltagare. Det innebär bland annat att sätta upp sittplatser, testa nödvändig utrustning och skapa en atmosfär som främjar engagemang och interaktion. Slutligen kommer ett online-utvärderingsformulär att skapas som deltagarna kan fylla i efter sessionen. Formuläret är utformat för att samla in feedback om aktiviteten, bedöma dess effektivitet och identifiera områden som kan förbättras i framtida sessioner.
Beskrivning:	Under modulens andra session bygger utbildaren direkt vidare på den föregående aktiviteten och säkerställer en smidig övergång till det nya materialet genom att koppla gruppens tidigare diskussioner till det innehåll som ska behandlas. Till att börja med presenterar utbildaren lärandemålen och agendan för sessionen, sätter upp tydliga förväntningar och beskriver de viktigaste ämnena som kommer att utforskas. Sessionen kommer sedan att fortsätta med en kort presentation på 5 minuter (rekommenderad tid) om "Avfallshantering". Detta segment kommer att innehålla en kortfattad definition av avfallshantering, följt av en förklaring av dess betydelse och de olika fördelar som den erbjuder, t.ex. minskad miljöpåverkan och främjande av hållbarhet. Därefter håller utbildaren en 5 minuter lång (rekommenderad tid) presentation om "Att förstå de 3R:na". I presentationen definieras begreppen återvinning, reduktion och återanvändning, tillsammans med relevanta exempel för att illustrera varje begrepp. Vikten av 3R för att hantera avfall och bevara resurser kommer också att betonas, vilket hjälper deltagarna att förstå hur dessa principer bidrar till en mer hållbar framtid. Sessionen avslutas med en 5-minuterspresentation (rekommenderad tid) om "Hållbara metoder i vardagen". Utbildaren börjar med att definiera vad hållbara metoder är och presenterar sedan minst åtta praktiska exempel. Varje exempel kommer att diskuteras utifrån dess betydelse och hur det kan införlivas i dagliga rutiner för att främja hållbarhet.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

Denna noggrant strukturerade session är utformad för att stärka deltagarnas förståelse för avfallshantering, de 3 R:na och hållbara metoder, och säkerställa att de lämnar med praktisk kunskap som de kan tillämpa i sina dagliga liv.

Efter den teoretiska delen kommer deltagarna att delta i en praktisk **gruppövning** som syftar till att tillämpa deras förståelse av hållbarhetskoncept i verkliga scenarier. Övningen kommer att pågå i 2 timmar och 20 minuter.

Till att börja med delas deltagarna in i grupper om fyra personer. Utbildaren förklarar att varje grupp har till uppgift att utforma och presentera två initiativ.

Initiativ 1: Fokus på "återanvändning" i lokalsamhället

Det första initiativet innebär att varje grupp ska fokusera på begreppet "återanvändning" inom sitt lokala samhälle. Målet är att uppmuntra till återanvändning av något av följande föremål:

- Kläder
- Hushållsföremål
- Trasiga hushållsföremål

Varje grupp kommer att tilldelas en av dessa artiklar och måste utforma ett initiativ som syftar till att främja återanvändningen av den.

Initiativ 2: Fokus på "förebyggande av avfall" i personliga aktiviteter och hushållsaktiviteter

I det andra initiativet kommer varje grupp att fokusera på "förebyggande av avfall" som kan genomföras i ett hushåll eller genom dagliga aktiviteter. Målet är att uppmuntra återanvändning som ett sätt att förebygga avfall inom något av följande områden:

- Förhindra matsvinn
- Förhindra förpackningsavfall
- Förhindra onödig utskrift och mottagning av brev eller reklammaterial

Varje grupp kommer att tilldelas ett av dessa områden och måste utforma ett initiativ som syftar till att minska avfallet.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

Grupperna kommer att ha 1 timme och 45 minuter på sig att utveckla sina presentationer. Varje presentation måste innehålla följande struktur för båda initiativen:

- **Utformat initiativ 1:**

- Initiativets namn
- Motto eller slogan
- Målgrupp
- Beskrivning: Vad är initiativet? Hur kan det användas? Vad är dess syfte?
- Strategier för marknadsföring: Hur kommer initiativet att marknadsföras i lokalsamhället?

- **Utformat initiativ 2:**

- Initiativets namn
- Motto eller slogan
- Målgrupp
- Beskrivning: Vad är initiativet? Hur kan det användas? Vad är dess syfte?
- Strategier för marknadsföring: Hur kommer initiativet att marknadsföras i lokalsamhället?

Under övningen kommer utbildaren att:

Ge strukturen för presentationsövningen och visa den på en projektor för kontinuerlig referens.

Erbjud stöd genom att svara på deltagarnas frågor och reda ut eventuella missförstånd.

Observera gruppdynamiken för att säkerställa att alla deltagare aktivt bidrar till arbetet och presentationerna.

Efter 1 timme och 45 minuter återsamlas grupperna i plenum för att presentera sina initiativ. Varje grupps presentation kommer att ta mellan 5 och 10 minuter, beroende på antalet grupper. Efter varje presentation kommer publiken att ge feedback och tips till den presenterande gruppen, vilket främjar en samarbetsinriktad och konstruktiv miljö.

CHMKS - UTBILDNINGSFÖRMAT

	Sessionen avslutas med en 10-minuters debriefing, se nedan för mer information.
Lärandekontroll/ Debriefing:	Efter den praktiska övningen övergår sessionen till en kontroll av inläringen och en debriefingfas. Presentation och avrapportering: Som en del av lärandekontrollen presenterar deltagarna resultaten av sin praktiska övning. Under den här tiden kommer utbildaren att styra diskussionen genom att ställa frågor (se nedan) för att sammanfatta de viktigaste slutsatserna från både de teoretiska presentationerna och den praktiska aktiviteten. Frågor för avrapportering: För att underlätta reflektion kommer utbildaren att ställa följande frågor till gruppen: • Vad var det viktigaste att ta med sig från presentationerna om avfallshantering, de 3R:na och hållbara metoder? • Fanns det några begrepp eller termer som var oklara eller behövde förklaras ytterligare? • Vilket av begreppen (avfallshantering, de 3 R:na eller hållbara metoder) tycker du är mest relevant för dina dagliga rutiner? • Kan du komma på några situationer där du kan tillämpa principerna för avfallshantering och de 3 R:na i ditt samhälle? • Hur innovativa var de initiativ som din grupp utformade? Tror du att de kan få en verklig inverkan på samhället? • Fanns det några särskilda strategier eller idéer som din grupp tyckte var särskilt effektiva för att främja återanvändning eller förebyggande av avfall? • Hur hanterade din grupp presentationen av era initiativ? Kände ni er förberedda och självsäkra? • Hur värdefull var feedbacken från åhörarna? Vilka insikter fick du som kan förbättra dina initiativ? Frågor och svar samt gruppdiskussion: Sessionen övergår sedan i en frågestund och gruppdiskussion, vilket deltagarna möjlighet att föra en djupare diskussion om övningen och aktiviteten som helhet. Diskussionen möjliggör utbyte av idéer,

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	klargörande av eventuella oklarheter och ytterligare utforskning av de ämnen som behandlats. Frågor för avrapportering: För att underlätta reflektion kommer utbildaren att ställa följande frågor till gruppen: • Var den avsatta tiden (1 timme och 45 minuter) tillräcklig för att utveckla dina initiativ? • Vilka förbättringar skulle kunna göras i strukturen för den praktiska övningen för att öka inläringen och engagemanget? • Vad överraskade dig? • Vad vet du nu som du inte visste tidigare? • Vilket adjektiv skulle du använda för att beskriva den här upplevelsen? • Beskriv vad du upplevde under den här upplevelsen. Utvärdering och insamling av feedback: Deltagarna kommer att uppmanas att fylla i ett utvärderingsformulär online för att ge värdefull feedback om sessionen. Denna feedback hjälper utbildaren att bedöma hur effektiv aktiviteten var och identifiera områden som kan förbättras.
Tips för utbildaren:	Utbildaren måste ha en djup och grundlig förståelse för det aktuella ämnet. Denna expertis utgör den grund som utbildningen bygger på och säkerställer att det innehåll som levereras är både korrekt och insiktsfullt. Utbildaren bör börja direkt och presentera sig för deltagarna med en varm och välkomnande attityd. Denna första introduktion anger tonen för sessionen och skapar en relation med deltagarna. Därefter måste utbildaren tydligt beskriva målen och agendan för sessionen och ge en färdplan för vad deltagarna kan förvänta sig att lära sig och åstadkomma. Engagemang är avgörande under hela sessionen. Utbildaren bör aktivt involvera deltagarna genom genomtänkta frågor och interaktiva diskussioner. Detta tillvägagångssätt hjälper till att upprätthålla intresset och uppmuntrar till djupare förståelse genom att deltagarna uppmanas att reflektera över och diskutera det material som presenteras. Att se till att alla deltagare är aktivt engagerade och förstår varje del av utbildningsprocessen är ett grundläggande ansvar för utbildaren. Det

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	räcker inte att utbildaren presenterar materialet, utan han eller hon måste också kontrollera att deltagarna hänger med och förstår innehållet. Slutligen samlar utbildaren in feedback för att bedöma hur effektiv utbildningen har varit. Denna feedback samlas in via utvärderingsformulär online och en debriefingprocess. Genom att analysera denna feedback kan utbildaren förfinas sitt tillvägagångssätt och förbättra framtida sessioner, vilket säkerställer en kontinuerlig förbättring av utbildningsupplevelsen.
Handouts:	Utbildaren kommer att visa detaljerna i övningen på skärmen. Pennor och papper kommer att finnas tillgängliga vid behov, men utbildaren, som betonar projektets gröna initiativ, kommer att uppmuntra deltagarna att använda sina mobila enheter för att anteckna och slutföra den praktiska övningen
Resurser	https://blog.cleanhub.com/what-is-waste-management https://climatesort.com/3-rs-of-the-environment/ https://roguedisposal.com/resources/education/recycling/exploring-the-three-rs-of-waste-management-reduce-reuse-recycle# https://www.biologicaldiversity.org/programs/population_and_sustainability/sustainability/live_more_sustainably.html
Teamets medlemmar:	<i>Asociacion Uno</i>

Upp, ner Återvinning och plasthantverk i grupp

LO	Utbildaren välkomnar deltagarna och förklarar syftet med övningen: att utforska deras nuvarande förståelse av återvinning, downcycle upcycle och plasthantverk innan de dyker in i presentationen
Varaktighet	15-20 minuter
Material som behövs	Whiteboard/blädderblock och pennor

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

Förberedelser	Utbildaren kommer att skapa följande frågor i ett av de digitala omröstningsverktygen (som Mentimeter, Slido eller annat som utbildaren känner till) där grupperna/deltagarna kan skicka in sina svar: • Vad tror de är återvinning? • Vad tycker de är upcycle? • Vad tycker de är en nedåtgående cykel? • Vad är plasthantverk? Varje grupp ska ge ett exempel på en teknik för plasthantverk.
Beskrivning	Utbildaren välkomnar deltagarna och förklarar syftet med övningen: att utforska deras nuvarande förståelse för återvinning, upp- och nedcyklning och plasthantverk och dess fördelar, och att dela kunskap och idéer med varandra Dela in deltagarna i smågrupper (3-4 personer per grupp). Varje grupp kommer att arbeta tillsammans för att besvara frågorna och sedan dela med sig av sina insikter till den större gruppen. Varje grupp får tillgång till det digitala enkätverktyget där utbildaren har laddat upp frågorna. Grupperna har 2-3 minuter på sig för varje fråga att diskutera sina tankar och skriva sina svar i det digitala enkätverktyget. Varje grupp delar med sig till publiken av de svar som de har skrivit in i det digitala verktyget och utbildaren skriver ner gruppernas gemensamma svar på whiteboardet/blädderblocket. Utbildaren sammanfattar de viktigaste punkterna som gruppen har delat med sig av. Gör en smidig övergång till presentationen genom att koppla samman gruppens idéer med det innehåll som ska behandlas
Learn check/ Debriefing	n/a
Tips för utbildaren	Utbildaren måste vara uppmärksam på deltagarna och svara på deras frågor om aktiviteten. De bör inleda sessionen i god tid, presentera sig själva och redogöra för mål och dagordning. Under hela sessionen kommer utbildaren att underlätta engagemanget genom att ställa frågor och leda interaktiva diskussioner. Dessutom ska utbildaren se till att varje deltagare förblir aktivt involverad förstår varje aspekt av processen fullt ut.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

Handouts	Ingen
Teamets medlemmar	Föreningen UNO

Sätt igång med ditt hantverk	
LOs:	I denna session kommer deltagarna först att utforska den kritiska rollen för plasthantverkstekniker och dess fördelar. De kommer sedan att förvärva de nödvändiga färdigheterna och verktygen för att effektivt tillämpa dessa begrepp.
Varaktighet:	Sessionen är strukturerad för att pågå i totalt 2 timmar, vilket ger en balanserad blandning av presentationer, praktiska aktiviteter och reflektion
Material som behövs:	Bärbar dator, mobil enhet, projektor/extern skärm, pennor, papper, utvärderingsformulär online, internet Verktøy for pyssel: Sløjdknivar, saxar, lim, tejp, kriter, tuschpennor, färg Material för pyssel: plast, tecknad film, burkar, textilier och andra tillhandahållna material som kan användas för upcycling;
Förberedelser:	Det första steget i förberedelserna inför den kommande sessionen är att ta fram en presentation som täcker begreppen Recycle, upcycle, downcycle. Därefter en presentation om "Plastic Craftwork", där olika tekniker och de många fördelar som är förknippade med det utforskas. Förutom att förbereda presentationerna kommer rummet att ordnas för att säkerställa en bekväm och gynnsam inlärningsmiljö för alla deltagare. Det innebär bland annat att sätta upp sittplatser, testa nödvändig utrustning och skapa en atmosfär som främjar engagemang och interaktion. Slutligen kommer ett online-utvärderingsformulär att skapas som deltagarna kan fylla i efter sessionen. Formuläret är utformat för att samla in feedback om aktiviteten, bedöma dess effektivitet och identifiera områden som kan förbättras i framtida sessioner.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

Beskrivning:	I den här delen av modulen bygger utbildaren direkt vidare på den föregående aktiviteten och säkerställer en smidig övergång till det nya materialet genom att koppla gruppens tidigare diskussioner till det innehåll som ska behandlas. Till att börja med presenterar utbildaren lärandemålen och agendan för sessionen, sätter upp tydliga förväntningar och beskriver de viktigaste ämnena som kommer att utforskas. Sessionen fortsätter sedan med en kort presentation på 5 minuter (rekommenderad tid) om recycle, upcycle och downcycle, som omfattar definitioner, betydelse och exempel på varje begrepp. En efterföljande 10-minuters presentation kommer att fokusera på hantverkstekniker i plast och deras fördelar, vilket förstärker deltagarnas förståelse för dessa viktiga ämnen och deras vardagliga tillämpningar. Denna session är genomtänkt utformad för att öka deltagarnas förståelse för återvinning, upcycling, downcycling och plasthantverkstekniker, tillsammans med deras fördelar i det dagliga livet. När vi går in på den praktiska delen delas deltagarna in i grupper om fyra. De får delta i en praktisk aktivitet där de använder olika material som plast, kartong och textilier för att skapa nya föremål som de sedan presenterar för gruppen. Under övningen kommer utbildaren att: • Ge strukturen för presentationsövningen och visa den på en projektor för kontinuerlig referens. • Erbjud stöd genom att svara på deltagarnas frågor och reda ut eventuella missförstånd. • Observera gruppdynamiken för att säkerställa att alla deltagare aktivt bidrar till arbetet och presentationerna. Efter 1 timme och 30 minuter samlas grupperna igen i plenum för att presentera sina initiativ. Varje grupps presentation kommer att ta mellan 5 och 10 minuter, beroende på antalet grupper. Efter varje presentation kommer publiken att ge feedback och tips till den presenterande gruppen, vilket främjar en samarbetsinriktad och konstruktiv miljö. Sessionen avslutas med en 10-minuters debriefing, se nedan för mer information.
----------------------------	---

CHMKS - UTBILDNINGSFÖRMAT

Learn check/ Debriefing:	Efter den praktiska övningen övergår sessionen till en kontroll av inläringen och en debriefingfas. Presentation och avrapportering: Som en del av lärandekontrollen presenterar deltagarna resultaten av sin praktiska övning. Under den här tiden kommer utbildaren att styra diskussionen genom att ställa frågor (se nedan) för att sammanfatta de viktigaste slutsatserna från både de teoretiska presentationerna och den praktiska aktiviteten. Frågor för debriefing För att underlätta reflektion kommer utbildaren att ställa följande frågor till gruppen: • Kan du förklara vilken betydelse hantverkstekniker i plast har i vardagslivet? • Vilka utmaningar stötte du på under gruppövningen? • Hur bestämde din grupp vilka material och tekniker som skulle användas i projektet? • Hur effektivt samarbetade din grupp? Vad kunde ha förbättrats? • Vilken värdefull feedback fick du från publiken efter din presentation? Frågor och svar samt gruppdiskussion: Sessionen övergår sedan i en frågestund och gruppdiskussion, vilket deltagarna möjlighet att föra en djupare diskussion om övningen och aktiviteten som helhet. Diskussionen möjliggör utbyte av idéer, klargörande av eventuella oklarheter och ytterligare utforskning av de ämnen som behandlats. för debriefing För att underlätta reflektion kommer utbildaren att ställa följande frågor till gruppen: • Hur har den här sessionen förändrat din syn på återvinning och kreativ återanvändning? • Vad kommer du att ta med dig från dagens aktivitet till framtida projekt? • Vem har upplevt samma sak? Vad förvånade dig? • Vad vet du nu som du inte visste tidigare?
-------------------------------------	---

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	- Vilket adjektiv skulle du använda för att beskriva den här upplevelsen? - Beskriv vad du upplevde under den här upplevelsen. Utvärdering och insamling av feedback: Deltagarna kommer att uppmanas att fylla i ett utvärderingsformulär online för att ge värdefull feedback om sessionen. Denna feedback kommer att hjälpa utbildaren att bedöma aktivitetens effektivitet och identifiera områden som kan förbättras
Tips för utbildaren:	Utbildaren måste ha en djup och grundlig förståelse för det aktuella ämnet. Denna expertis utgör den grund som utbildningen bygger på och säkerställer att det innehåll som levereras är både korrekt och insiktsfullt. Utbildaren bör börja direkt och presentera sig för deltagarna med en varm och välkomnande attityd. Denna första introduktion anger tonen för sessionen och skapar en relation med deltagarna. Därefter måste utbildaren tydligt beskriva målen och agendan för sessionen och ge en färdplan för vad deltagarna kan förvänta sig att lära sig och åstadkomma. Engagemang är avgörande under hela sessionen. Utbildaren bör aktivt involvera deltagarna genom genomtänkta frågor och interaktiva diskussioner. Detta tillvägagångssätt bidrar till att upprätthålla intresset och uppmuntrar till djupare förståelse genom att deltagarna uppmanas att reflektera över och diskutera det material som presenteras. Att se till att alla deltagare är aktivt engagerade och förstår varje del av utbildningsprocessen är ett grundläggande ansvar för utbildaren. Det räcker inte att utbildaren presenterar materialet, utan han eller hon måste också kontrollera att deltagarna hänger med och förstår innehållet. Slutligen samlar utbildaren in feedback för att bedöma hur effektiv utbildningen har varit. Denna feedback samlas in via utvärderingsformulär online och en debriefingprocess. Genom att analysera denna feedback kan utbildaren förfinas sitt tillvägagångssätt och förbättra framtida sessioner, vilket säkerställer en kontinuerlig förbättring av utbildningsupplevelsen.
Handouts:	

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

Resurser	https://www.scribd.com/document/646086979/PLASTIC-CRAFT-PPT https://project-idea.net/courses/chapter-2-theoretical-frame/lesson/tinkering/ https://project-idea.net/courses/chapter-2-theoretical-frame/lesson/craftwork/ https://blog.finzoox.com/mastering-diy-plastic-crafting-techniques/ https://www.youtube.com/watch?v=PRtPStbFIAM
Teamets medlemmar:	Asociacion Uno

VIII. Metoder och strategier för mentorskap

Att bemästra mentorskap: Färdigheter och strategier för vägledning av ungdomar	
Aktivitet 1: Grunderna för effektivt mentorskap	
LOs:	1. Förstå vad mentorskap är I slutet av sessionen ska deltagarna ha fått gedigen kunskap om mentorskapsmetodik, färdigheter och kompetenser för att använda mentorskap med ungdomar och en omfattande förståelse för vad mentorskap är.
Varaktighet:	Sessionen kommer att pågå i 3 timmar, inklusive paus på 15 minuter, uppdelat enligt följande: 1. Introduktion och isbrytare Aktivitet: 30 minuter 2. Teoretisk översikt av mentorskap: 45 minuter 3. Rast: 15 minuter 4. Praktisk övning: 50 5. Praktisk övning Diskussion: 10 minuter

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	6. Debriefing och lärandekontroll: 20 minuter 7. Slutsats: 10 minuter
Material som behövs:	• Projektor och • Bärbar eller • Whiteboard och • Blädderblock och • Pennor och anteckningsböcker för • Tryckta handouts om mentorskapsmetoder • Utvärderingsformulär för
Förberedelser:	• Förbereda en PowerPoint-presentation som täcker viktiga aspekter av mentorskapsmetodik. • Skriv ut handouts som sammanfattar strategier och tekniker för mentorskap. • Ordna rummet så att det underlättar grupparbete diskussioner. • Samla ihop allt nödvändigt material se listan ovan). • Förbereda aspekterna av mentorskapsscenarioer i form av rollspel. • Förbered ett Kahoot-inläringsspel som deltagarna ska genomföra i slutet av sessionen för att utvärdera sin förståelse av ämnet mentorskap. • Dela PowerPoint-presentationen tillsammans med eventuella ytterligare resurser med deltagarna.
Beskrivning:	Introduktion och isbrytaraktivitet (30 minuter) 1. Välkommen och översikt: Presentera kortfattat sessionens mål och schema. 2. Aktivitet för att bryta isen: Engagera deltagarna med en snabb aktivitet för att lära känna varandra och skapa en bekväm inlärmingsmiljö. Teoretisk bakgrundsforståelse (45 minuter) Förbered en PowerPoint-presentation som följer följande struktur: MModul 8_Fundamentals_of_Mentoring_presentation <i>Tidslinje (45 minuter):</i> • <i>Inledning (2 minuter)</i>

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

- Videotittande (6 minuter)
- Diskussion efter videon (5 minuter)
- Brainstorming-session (10 minuter)
- Grupparbete del 1 (10 minuter)
- Grupparbete del 2 (10 minuter)
- Avslutning och frågor och svar (2 minuter)

Bild 1: Titelbild

Titel: Grunderna i mentorskap

Undertitel: Förstå de viktigaste grunderna genom video och interaktiva aktiviteter

Bild 2: Introduktion

Målsättning: Att förstå mentorskapskoncept genom två korta YouTube-videor, följt av interaktiva diskussioner och aktiviteter.

Dagordning:

- Titta på två YouTube-videor
- Interaktiva diskussioner och gruppaktiviteter

Bild 3: Introduktion till video

- *Val av video:* "[What is mentoring?](#)", "[The benefits of Mentoring](#)" (ca 6 minuter tillsammans)
- *Teman för mentorskap:* Definition av mentorskap, en mentors roller och ansvar, olika typer av mentorskap och fördelar med mentorskap.

Bild 4: Instruktioner för att titta på video

Instruktioner:

- *Varaktighet:* 6 minuter
- *Fokuspunkter:* Var uppmärksam på de definitioner, roller, typer och fördelar med mentorskap som nämns i videon.

Bild 5: Diskussion efter videon

Diskussionspunkter:

- Definition:* Hur definierades mentorskap i videon?
- Roller och ansvarsområden:*
 - Vilka roller och ansvarsområden för en mentor lyftes fram?

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

- ii. Vilka var de viktigaste framgångsfaktorerna som diskuterades?
- c. *Fördelarna*: Vilka fördelar med mentorskap nämndes för både mentorer och adepter?

Bild 6: Interaktiv aktivitet: Brainstorming-session

Aktivitet Förklaring:

- *Målsättning*: Att engagera deltagarna i att identifiera en mentors roller och ansvarsområden baserat på videon.
- *Instruktioner*: Deltagarna gör en brainstorming i par eller smågrupper för att lista så många roller och ansvarsområden som möjligt för en mentor enligt vad som visas i videon.
- *Diskussion*: Dela med dig av resultaten till den större gruppen och skapa en omfattande lista på en gemensam tavla.

Anteckningar för utbildaren:

- Sträva efter: Uppmuntra olika idéer, främja öppen diskussion.
- Undvik: Dominera samtalet, avfärda okonventionella idéer.

Bild 7: Interaktiv aktivitet: Grupparbete (del 1)

Aktivitet Förklaring:

- *Målsättning*: Att utforska olika typer av mentorskap och deras egenskaper baserat på videon.
- *Instruktioner*: Dela in deltagarna i smågrupper. Varje grupp diskuterar och förbereder en kort presentation om en typ av mentorskap som visas i videon.
- *Presentation*: Grupperna presenterar muntligt sina resultat för den större gruppen.

Anteckningar för utbildaren:

- Sträva efter: Uppmuntra samarbete och kreativitet i presentationer.
- Undvik: Att styra grupperna för mycket, ge dem möjlighet till självständigt utforskande.

Bild 8: Interaktiv aktivitet: Grupparbete (del 2)

Aktivitet Förklaring:

- *Målsättning*: Att identifiera och räkna upp fördelarna med mentorskap för både mentorer och adepter baserat på videon.
- *Instruktioner*: Tilldela varje grupp ett av följande ämnen:
 - ⇒ Identifiera olika typer av mentorskap
 - ⇒ Beskriva en mentors roller och ansvarsområden

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

⇒ Uppräkning av fördelarna med mentorskap för både mentorer och adepter

Diskussion: Grupperna delar muntligt med sig av sina slutsatser till den större gruppen.

Anteckningar för utbildaren:

- *Fortsätt:* Underlätta diskussionen och se till att varje grupp täcker sitt ämne på ett heltäckande sätt.
- *Undvik att:* Låt inte någon grupp dominera diskussionen, utan se till att deltagandet är balanserat.

Bild 9: Slutsats

Sammanställning:

- Reflektera över videon och de mentorskapskoncept som diskuteras.
- Sammanfatta de viktigaste slutsatserna om mentorskapets roller, typer och fördelar.
- *Avslutande tankar:* Vikten av att integrera mentorskap i den personliga och professionella utvecklingen.

Paus (15 minuter)

Bjuda på förfriskningar och uppmuntra informellt nätverkande mellan deltagarna.

Praktisk övning (60 minuter)

1. Dela in deltagarna i smågrupper (5 minuter): bilda grupper med 4-5 deltagare i varje. Säkerställ mångfald inom grupperna för att berika rollspelsupplevelsen.
2. Förklara scenarierna: presentera tre mentorskapsscenarioer för hela gruppen. Ge detaljerade beskrivningar och sammanhang för varje scenario (5 minuter):
 - Scenario 1:* En ung person som kämpar med sina karriärval.
 - Scenario 2:* En student som behöver akademisk vägledning.
 - Scenario 3:* En ungdom som hanterar personliga utmaningar.
3. Förberedelsetid (20 minuter):
 - Tilldela varje grupp ett scenario att börja med. De kommer att rotera genom alla tre scenarierna.
 - Ge grupperna tid att diskutera det scenario de tilldelats, bestämma roller (mentor och adept) och planera sitt tillvägagångssätt.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	4. Rollspel (20 minuter): - Varje grupp spelar sitt första scenario i 5 minuter, sedan byter de roller och upprepar scenariot i ytterligare 5 minuter. - Rotera grupperna genom alla tre scenarierna och se till att varje grupp upplever alla scenarierna som både mentor och adept. - Debriefing och återkoppling (10 minuter): - När du har genomfört alla scenarier samlar du alla grupper för att diskutera deras erfarenheter. Diskussion om praktiska övningar (15-20 minuter) Efter rollspelet samlas ni igen och diskuterar erfarenheterna. Fokusera på vad som fungerade bra, vilka utmaningar som uppstod och hur de löstes. <i>Möjliga diskussionspunkter:</i> <i>Vilka utmaningar ställdes du inför i varje scenario?</i> <i>Hur arbetade du med mentorskap i varje enskilt fall?</i> <i>Vilka strategier fungerade bra och vad kan förbättras?</i> För att gå vidare till debriefingdelen av sessionen börjar du med att sammanfatta de viktigaste punkterna som diskuterats under sessionen. Efter debriefingen avslutar du sessionen genom att tillhandahålla ytterligare resurser för fortsatt lärande. Och uppmuntra deltagarna att tillämpa de inlärdade metoderna i sina mentorskap.
Lärandekontroll/ Debriefing:	Kahoot-inläringsspel (valfritt) I slutet av sessionen kommer deltagarna att delta i ett Kahoot-spel för att utvärdera sin förståelse av viktiga mentorskapskoncept. Utbildaren skapar ett Kahoot-spel med en mängd olika frågor, inklusive flervalsfrågor, sant/falskt och korta svar. Spelet tar upp grunderna i mentorskap, mentorns roll och ansvar, olika typer av mentorskap och fördelarna för både mentorer och adepter. Utbildaren börjar med att förklara Kahoot-plattformen och spelreglerna, vilket tar cirka 5 minuter. Deltagarna deltar sedan i spelet med hjälp av sina enheter och svarar på frågor i realtid, vilket tar cirka 15-20 minuter beroende på antalet frågor. Efter spelet håller utbildaren en 10 minuter lång genomgång för att diskutera svaren, ta itu med eventuella missuppfattningar och utforska insikterna från aktiviteten.

CHMKS - UTBILDNINGSFÖRMAT

	Gruppdiskussioner och debriefing Efter rollspelsövningarna kommer utbildaren att leda en gruppdiskussion där deltagarna delar med sig av sina erfarenheter, utmaningar och vad de lärt sig av den praktiska övningen. Utbildaren kommer att ställa reflekterande frågor för att uppmuntra till djupare förståelse och självutvärdering, t.ex: • Vad fungerade bra under ditt mentorskapsscenario? • Vilka utmaningar har du stött på och hur har du hanterat dem? • Hur kommer du att tillämpa dessa mentorskapstekniker i verkliga situationer? Deltagarnas reflektioner Deltagarna kommer att uppmanas att skriva korta reflektioner om vad de har tagit med sig från sessionen. Denna reflektionsaktivitet kommer att hjälpa dem att befästa sina kunskaper från och uttrycka sin förståelse för mentorskapsmetoder och strategier. Exempel på uppmaning till reflektion: "Beskriv en ny insikt du fått om mentorskap och hur du planerar att använda den med unga människor." Formulär för återkoppling Även om de ersätts av en frågesport kan korta feedbackformulär fortfarande användas för att samla in deltagarnas tankar om sessionens effektivitet och deras självskattade framsteg i lärandet. Feedbackfrågor kan inkludera: • Hur säker känner du dig på att kunna tillämpa de mentorskapstekniker som diskuterats idag? • Vilka aspekter av sessionen var mest användbara för dig? • Har du några förslag på hur vi kan förbättra sessionen?
Tips för utbildaren:	Skapa en inkluderande miljö: ordna utrymmet så att alla får plats, se till att det är tillgängligt för personer med funktionsnedsättning och tillhandahålla resurser för personer som inte talar/förstår modulens språk flytande. Stöd till personer med särskilda behov när det gäller vägledning, tidshantering, engagemang etc. (t.ex. föräldrar, arbetstagare, personer med inlärningssvårigheter etc.)

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

Delegera uppgifter rättvist: dela makt och ansvar mellan deltagarna för att främja en känsla av ägande och engagemang.

Välj lämpligt material: välj material som är relevant, inkluderande och som tar hänsyn till deltagarnas olika behov. Se till att materialet har en direkt koppling till de ämnen som tas upp och att det stämmer överens med deltagarnas erfarenheter och intressen. Detta bidrar till att bibehålla engagemanget och underlättar en djupare förståelse. Använd mångsidigt och representativt material som speglar alla deltagares bakgrund, kultur och erfarenheter. Det kan handla om flerspråkiga resurser, kulturellt känsligt innehåll och exempel från olika sammanhang. Var medveten om och ta itu med eventuella fördomar eller stereotyper i materialet. Sikta på innehåll som respekterar och erkänner deltagarnas olika identiteter och erfarenheter.

Anpassa tempot: var flexibel och anpassa sessionens tempo utifrån deltagarnas behov och förståelse.

Ge stöd och vägledning: ge ytterligare förklaringar och exempel efter behov för att säkerställa förståelse och engagemang.

Praktisk övning Observation:

Under rollspelsövningen kommer utbildaren att observera deltagarna när de utför mentorscenarier. Utbildaren kommer att leta efter tillämpning av mentorsstrategier och tekniker som diskuterats i den teoretiska delen av sessionen.

Utbildaren ger feedback och stöd i realtid och noterar hur väl deltagarna tillämpar kommunikationsfärdigheter, målsättning, feedbackmetoder och strategier för konfliktlösning.

Teoretisk översikt av mentorskap (45 minuter):

Gör det verkligt: I stället för att bara presentera teoretiska begrepp kan du levandegöra mentorskapet genom att dela med dig av personliga

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

berättelser eller fallstudier som belyser olika mentorsstilar. Be deltagarna reflektera över mentorer som de har haft och diskutera vad som gjorde dessa relationer effektiva eller utmanande.

Uppmuntra nyfikenhet: Efter att ha tittat på mentorsvideorna ska du inte bara be om feedback - väck nyfikenhet. Utmana deltagarna att tänka bortom det uppenbara och fråga sig varför vissa mentorstilar fungerar bättre i olika sammanhang. Hur kan till exempel kulturella skillnader påverka relationen mellan mentor och adept?

Interaktiva diskussioner: Under brainstormingsessionerna skapar du en miljö där alla röster hörs genom att uppmuntra tystare deltagare att dela med sig av sina tankar. Använd frågor som "Vad är det för något överraskande du lärde dig av videon?" eller "Hur skulle du hantera en liknande situation i ditt eget liv?"

Rollspelsövning (60 minuter):

Sätt scenen: Ge deltagarna tid att verkligen förstå sina karaktärer innan de ger sig in i rollspelet. Uppmuntra dem att tänka djupt på både mentorns och adepts motiv och utmaningar. Be dem att sätta sig in i hur det känns för en mentor som står inför ett svårt beslut eller en adept som kämpar med personliga problem och gestalta dessa känslor i övningen.

Personlig återkoppling: När du observerar rollspelen kan du ge specifik feedback i realtid, men också ställa reflekterande frågor som "Hur tror du att adepten kände sig efter det samtalet?" eller "Vad kunde mentorn ha gjort annorlunda för att skapa större förtroende?"

Främja empati: Uppmuntra deltagarna att fundera på hur de skulle känna sig i båda rollerna. Vad behöver adepten som mentorn inte kan ge? Hur kan mentorn visa större stöd eller utmana adepten att växa?

Återrapportering och gruppdiskussion (15-20 minuter):

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	Fördjupa reflektionen: Efter rollspelet ska du inte bara gå igenom vad som gick bra - du ska också få deltagarna att tänka kritiskt på vad som inte gick bra. Fråga: "Vad var det svåraste med att kliva in i mentorrollen?" eller "Vad gjorde dig obekvämt och hur hanterade du det?" Detta leder till en mer genomtänkt självutvärdering. Skapa kopplingar: Knyt diskussionen till verkliga tillämpningar. Hur kan de tillämpa mentorskapsteknikerna på sina egna jobb eller i privatlivet? Uppmuntra dem att göra konkreta handlingsplaner för att använda det de har lärt sig.
Handouts och resurser:	Sammanfattning av metoder för mentorskap • <i>Vad är det?:</i> ett omfattande dokument som beskriver olika mentorskapsmetoder, inklusive definitioner, typer och bästa praxis. <i>Innehåll:</i> • Definition av mentorskap • Olika typer av mentorskap (t.ex. kamratstöd, grupp, en-till-en) • Mentorskapsprocessens faser (initiering, odling, separation, omdefiniering) • Roller och ansvarsområden för mentorer och adepter • Bästa praxis för effektivt mentorskap <i>Användning:</i> <u>Referens:</u> deltagarna använder denna handout under den teoretiska delen av sessionen för att följa med i presentationen. <u>Studiematerial:</u> Det fungerar som en referens för deltagarna att gå igenom och förstärka sina kunskaper efter sessionen. <u>Praktisk tillämpning:</u> Mentorer kan hänvisa till detta dokument när de förbereder sig för och genomför mentorskapssessioner. <i>Resurser:</i> • "Mentorns guide: Att underlätta effektiva lärande relationer" av Lois J. Zachary

CHMKS - UTBILDNINGSFÖRMAT

- "Mentorskap på jobbet: Utvecklande relationer i organisationslivet" av Kathy E. Kram
- "Alla behöver en mentor" av David Clutterbuck

Handouts som sammanfattar strategier och tekniker för mentorskap

- Vad är det: en kortfattad guide som sammanfattar viktiga mentorstrategier och tekniker för att förbättra mentorrelationen.

Innehåll:

- Effektiva kommunikationsstrategier (t.ex. aktivt lyssnande, empatiskt bemötande)
- Tekniker för målformulering (SMART-mål, åtgärdsplanering)
- Feedbackmetoder (konstruktiv kritik, positiv förstärkning)
- Tekniker för att bygga förtroende och relation (konsekvent engagemang, sekretess)
- Strategier för konfliktlösning (medling, öppen dialog)

Användning:

Praktisk guide: deltagarna hänvisar till denna handout under den praktiska övningen för att hjälpa dem att utföra sina roller på ett effektivt sätt.

Snabbreferens: den fungerar som ett snabbreferensverktyg för mentorer i verkliga mentorskapssituationer.

Resurser:

- "Effektiva kommunikationsstrategier för mentorer" av [Mind Tools](#)
- "Bästa praxis för mentorskap" av Harvard Business Review [HBR](#))
- "Mentorskap 101: Strategier och tekniker" av ATD ([ATD](#))

Exempel på planer för mentorskapssessioner

- *Vad är det?:* detaljerade exempel på strukturerade mentorskapsplaner för olika scenarier.

Innehåll:

- *Scenario 1:* en ung person som har svårt att välja karriär

CHMKS - UTBILDNINGSFÖRMAT

- Målsättningar: Identifiera intressen, utforska karriäralternativ, fastställa åtgärder
- Aktiviteter: Intressebedömning, övningar för att utforska karriärmöjligheter, målsättning
- *Scenario 2: en student i behov av akademisk vägledning*
 - Mål: förbättra studievanor, förbättra akademiska prestationer, sätta akademiska mål
 - Aktiviteter: workshop i studieteknik, övningar i tidshantering, målsättning
- *Scenario 3: en ungdom som hanterar personliga utmaningar*
 - Mål: bygga upp motståndskraft, utveckla copingstrategier, öka självkännedom
 - Aktiviteter: övningar i självreflektion, tekniker för stresshantering, målsättning

Användning:

- Rollspelsövning: deltagarna använder dessa exempelplaner under den praktiska övningen för att vägleda sina rollspelsscenarioer.
- Implementeringsverktyg: mentorer kan anpassa dessa planer för sina egna mentorskaps-sessioner för att säkerställa strukturerade och effektiva interaktioner med adepter.

Resurser:

- Exempel på mentorskapsaktiviteter" av University of Wisconsin-Madison ([UW-Madison](#))
- "Creating Effective Mentoring Programs" av Management Mentors ([Management Mentors](#))
- "Verktyslåda för mentorskapsprogram" av Mentor ([Mentor](#))

Inlärningspelet Kahoot

- *Vad är det:* ett Kahoot-inlärningspel som är utformat för att bedöma deltagarnas förståelse för de mentorskapskoncept som behandlats under sessionen.

Innehåll:

- Flervalsfrågor
- Sanna/Falsa påståenden

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

- Frågor med korta svar

Exempel på frågor:

- Flervalsfrågor: Vilket av följande är ett viktigt steg i mentorskapsprocessen?
 - A) Initiering
 - B) Uppsägning
 - C) Utvärdering
 - D) Reflektion
- Sant/falskt: Effektiv kommunikation är en viktig färdighet för mentorer. (Sant/falskt)
- Kort svar: Beskriv en strategi för att skapa förtroende i en mentorsrelation.

Användning:

- Utvärdering: Deltagarna deltar i Kahoot-spelet i slutet av sessionen för att utvärdera sin förståelse av nyckelbegreppen.
- Granskning: Utbildarna går igenom spelresultaten för att identifiera områden där deltagarna kan behöva ytterligare klargöranden eller stöd.

Resurser:

- <https://kahoot.com>

Ytterligare resurser

- *Vad är det?:* En lista över rekommenderad läsning, online-resurser och organisationer med anknytning till mentorskap.

Innehåll:

- Böcker och artiklar om bästa praxis för mentorskap:
 - "Mentorskap i praktiken: Guiding, Sharing, and Reflecting with Novice Teachers" av Carol Pelletier Radford
 - "The Elements of Mentoring" av W. Brad Johnson och Charles R. Ridley
 - "Hur man bygger upp ett mentorprogram som faktiskt fungerar" av Herminia Ibarra, Harvard Business Review

CHMKS - UTBILDNINGSFÖRMAT

- "Mentoring and Coaching: The Roles and Practices" av The International Journal of Evidence Based Coaching and Mentoring
- Webbplatser och online-communities för mentorer:
 - Mentor: The National Mentoring Partnership (www.mentoring.org): erbjuder omfattande resurser om olika typer av mentorskap och deras fördelar.
 - International Mentoring Association(www.mentoringassociation.org) : tillhandahåller artiklar och dokument om effektiva mentormetoder.
 - Coaching and Mentoring Network (www.coachingnetwork.org.uk): erbjuder en mängd olika resurser om kommunikations- och mentorskapstekniker.
 - Management Mentors (www.management-mentors.com): detaljerade guider och whitepapers om mentorstrategier och hur de implementeras.
 - MentorCity (www.mentorcity.com): erbjuder anpassningsbara planer för mentorskapssessioner och resurser för effektivt mentorskap.
 - National Mentoring Resource Center (www.nationalmentoringresourcecenter.org) : tillhandahåller en mängd olika mallar för mentorskapssessioner och aktivitetsguider.
 - Professionella organisationer och nätverk för mentorskapstöd:
 - Nätverk för mentorskap för ungdomar (www.youthmentoring.org.au)
 - Europeiska rådet för mentorskap och coaching (EMCC) : (www.emccouncil.org).
 - MentorCoach : www.mentorcoach.com)
 - Nätverket för coaching och mentorskap : (www.coachingnetwork.org.uk).

Användning:

- Fortsatt lärande: deltagarna använder denna handout för att utforska ytterligare möjligheter till lärande och fördjupa sin förståelse av mentorskap.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	<u>Resurskatalog:</u> den fungerar som en resurskatalog för mentorer som söker ytterligare stöd och information.
Teamets medlemmar:	Denna aktivitet skapades av Anna Papaioannou, partnerskapsansvarig för IRIS Sustainable

Lunchpaus mellan de två sessionerna: 30 minuter

Att bemästra mentorskap: Färdigheter och strategier för vägledning av ungdomar	
Aktivitet 2: Uppläsning av framgångsrika mentorskapsfärdigheter	
LO:	Förstå hur man är en bra mentor I slutet av sessionen ska deltagarna ha fått gedigen kunskap om de viktigaste egenskaperna och ansvarsområdena för en bra mentor, effektiv kommunikation och feedback för mentorskap, tekniker för att bygga upp och upprätthålla en positiv mentorsrelation.
Varaktighet:	Sessionen kommer att pågå i 2,5 timmar, inklusive paus på 10 minuter, uppdelat enligt följande: 1. Introduktion och isbrytare: 15 minuter 2. Teoretisk översikt över kommunikations- och feedbacktekniker: 20 minuter 3. Gruppdiskussion och brainstorming: 30 minuter 4. Rast: 10 minuter 5. Analys av fallstudie: 30 minuter 6. Interaktiv aktivitet: 30 minuter 7. Slutsats och reflektion: 15 minuter
Material som behövs:	• Projektor och • Bärbar eller • Whiteboard och • Blädderblock och

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	• Pennor och anteckningsböcker för • Tryckta handouts om kommunikationsteknik och feedback • Utvärderingsformulär för
Förberedelser:	1. Förbereda en PowerPoint-presentation om de viktigaste egenskaperna och ansvarsområdena för en mentor och effektiva kommunikationstekniker. 2. Skriv ut handouts med sammanfattningar av strategier och tekniker för mentorskap. 3. Ordna rummet så att det underlättar grupparbete och diskussioner. 4. Samla ihop allt nödvändigt material (se listan ovan). 5. Förbereda detaljerade fallstudier för analysövningen. 6. Skapa ett feedbackformulär för att utvärdera workshopen.
Beskrivning:	Introduktion och isbrytaraktivitet (15 minuter) Välkommen och översikt: 1. Presentera kort workshopens mål och schema. 2. Betona vikten av mentorskap för personlig och professionell utveckling. Isbrytaraktivitet: 3. Deltagarna bildar par och diskuterar sina förväntningar och tidigare erfarenheter av mentorskap, antingen som mentorer eller adepter. Teoretisk översikt över kommunikations- och feedbacktekniker (20 minuter) <u>1. Interaktiv presentation av nycklegenskaper och ansvarsområden (5 minuter)</u> Diskussion om vad som kännetecknar en bra mentor: • Börja med en brainstorming där deltagarna listar egenskaper som de anser utmärker en bra mentor. • Använd en virtuell whiteboard eller ett blädderblock för att fånga upp svaren. Diskutera de listade egenskaperna och lägg till eventuella nyckelattribut som saknas. <u>2. Förklaring av en mentors roller och ansvarsområden i olika sammanhang (10 minuter)</u>

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

- Dela in deltagarna i smågrupper. Tilldela varje grupp ett annat mentorskapssammanhang (t.ex. arbetsplatsen, studier, personlig utveckling).
- Varje grupp diskuterar och identifierar de specifika roller och ansvarsområden som en mentor har i sitt tilldelade sammanhang. Grupperna delar sedan med sig av sina resultat till den större gruppen.

3. Interaktiv session om effektiv kommunikation och feedback-tekniker (5 minuter)

- Utbildaren visar ett kort scenario som illustrerar aktivt lyssnande, empati och att ge konstruktiv feedback.
- Deltagarna observerar demonstrationen och reflekterar över den effektiva användningen av kommunikationstekniker genom att svara på följande frågor:
 - ⇒ Vad lade du märke till när det gäller mentorns sätt att lyssna aktivt?
 - ⇒ Hur bidrog empati till att förbättra samspelet mellan mentor och adept?
 - ⇒ Vilka inslag av konstruktiv feedback var tydliga i demonstrationen?

Gruppdiskussion och brainstorming (30 minuter)

Identifiera utmaningar i mentorskapet

- Dela in deltagarna i smågrupper.
- Varje grupp gör en brainstorming kring gemensamma utmaningar som mentorerna står inför och potentiella lösningar.
Ämnen som tas upp är bland annat kommunikationshinder, gränssättning och hantering av adepts förväntningar.

Dela med dig av lösningar och bästa praxis

- Grupperna delar med sig av sina resultat till den större gruppen.
- Underlätta en diskussion om bästa praxis och innovativa metoder för att övervinna utmaningar.

Paus (10 minuter)

Bjuda på förfriskningar och uppmuntra informellt nätverkande mellan deltagarna.

Analys av fallstudier (30 minuter)

Introduktion till fallstudier (5 minuter)

Förklara vikten av fallstudier för att förstå verkliga mentorskapsscenarier.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

Grupparbete om fallstudier (15 minuter)

- Dela ut olika fallstudier till små grupper.
- Varje grupp analyserar sin fallstudie, identifierar de viktigaste frågorna och föreslår lösningar.

Grupppresentationer och diskussion (10 minuter)

- Grupperna presenterar sin analys av fallstudien och sina lösningar.
- Led en diskussion för att jämföra tillvägagångssätt och lära av varje grupps analys.

Interaktiv aktivitet (35 minuter)

Deltagarna kommer att delta i en kreativ övning för att utveckla sin personliga "Mentoring Toolkit", som syftar till att förbättra deras mentorsfärdigheter och strategier.

Brainstorming och individuellt arbete (5 minuter)

- Ge deltagarna en lista över viktiga delar som ska ingå i deras verktygslåda, t.ex. kommunikationstips, feedbackstrategier, målsättningsmallar och konfliktlösningstekniker.
- Uppmuntra deltagarna att brainstorma och skriva ner idéer utifrån sina personliga erfarenheter av mentorskap eller insikter från sessionen.

Utveckling av verktygslåda (25 minuter)

- Deltagarna sammanställer sina idéer i ett strukturerat format, antingen digitalt eller med hjälp av tillhandahållna mallar.
- De kan skapa avsnitt eller sidor för varje element, med praktiska tips, exempel och personliga reflektioner om hur de planerar att tillämpa dessa strategier i sina mentorsrelationer.

Delning och återkoppling (5 minuter)

- Led en kort diskussion där deltagarna kan utbyta idéer, ge feedback och komma med förslag på hur de kan förbättra varandras verktygslådor.

Slutsats och reflektion (10 minuter)

Sammanfattning av viktiga punkter

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	- Sammanfatta de viktigaste begreppen som diskuterades och lärdes ut under workshopen. - Tillhandahålla ytterligare resurser för fortsatt lärande. <u>Aktivitet för reflektion</u> - Deltagarna skriver ner sina viktigaste lärdomar och hur de planerar att tillämpa den nya kunskapen i sina mentorroller.
Lärandekontroll/ Debriefing:	Utvärderingar före och efter workshopen (valfritt) <i>Syfte:</i> mäta deltagarnas kunskaper och färdigheter före och efter workshopen. - Administrera ett Kahoot-inläringsspel i början av workshopen för att mäta deltagarnas baskunskaper. - Administrera samma eller ett liknande Kahoot-inläringsspel i slutet av workshopen för att mäta den kunskap som erhållits. - Jämför resultaten av för- och efterbedömningarna för att utvärdera hur effektiv workshopen var. Feedbackformulär och enkäter <i>Syfte:</i> samla in deltagarnas uppfattningar om sitt lärande och workshoppens effektivitet - Dela ut feedbackformulär eller online-enkäter i slutet av workshopen. - Inkludera frågor om innehållsrelevans, facilitatorernas effektivitet och självskattad kunskapsökning. - Analysera feedback för att identifiera trender och deltagarnas nöjdhet samt områden som kan förbättras. Praktiska övningar och rollspel <i>Syfte:</i> bedöma tillämpningen av inlärd färdigheter i simulerade scenarier. - Utforma praktiska övningar och rollspelsscenarier som är relevanta för workshopens innehåll. - Observera och utvärdera deltagarnas prestationer med hjälp av kriterier eller checklistor. - Ge omedelbar feedback och diskutera prestationen för att förstärka inläringen. Gruppdiskussioner och sammanfattningar

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	<i>Syfte:</i> Underlätta reflektion och fördjupad förståelse av workshopens ämnen. • Genomför gruppdiskussioner och sammanfattningar efter aktiviteter eller fallstudier. • Be deltagarna att dela med sig av sina insikter, utmaningar och viktiga lärdomar. • Sammanfatta viktiga punkter från diskussionerna för att bedöma deltagarnas förståelse och perspektiv. Analys av fallstudie <i>Syfte:</i> Utvärdera deltagarnas förmåga att tillämpa koncept på verkliga scenarier. • Tilldela fallstudier som är relaterade till workshopens innehåll. • Låt deltagarna analysera fallstudierna i grupper och presentera sina resultat. • Bedöma kvaliteten på analyser, lösningsförslag och presentationer för att fastställa förståelse och tillämpning av begrepp.
Tips för utbildaren:	Observationer <i>Syfte:</i> övervaka deltagarnas engagemang och tillämpning av färdigheter under aktiviteterna. • Handedarna observerar deltagarna under gruppdiskussioner, rollspel och praktiska övningar. • Använd checklistor eller observationsformulär för att notera beteenden, deltagandenivåer och tillämpning av färdigheter. • Gå igenom observationsanteckningar för att identifiera förbättringar och områden som behöver utvecklas ytterligare. Icebreaker-aktivitet (15 minuter): • Gå längre än till presentationer: Gör isbrytaren mer meningsfull genom att be deltagarna berätta om en gång när de fick ett livsförändrande råd, oavsett om det var från en mentor eller inte. Det skapar en personlig reflektion över mentorskapets kraft redan från början och bygger upp en känslomässig koppling till sessionens mål.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

- Skapa en trygg miljö: Skapa en välkomnande atmosfär där deltagarna känner sig bekväma med att dela med sig av sina sårbarheter. På så sätt skapas förutsättningar för öppna diskussioner och ett rikare lärande under hela sessionen.

Interaktiv presentation om kommunikations- och feedbacktekniker (20 minuter):

- Visa, inte berätta: Istället för att bara förklara kommunikationstekniker ska du visa dem under hela sessionen. När du till exempel diskuterar aktivt lyssnande kan du visa det genom att verkligen engagera dig i deltagarnas svar. Lyft fram dessa ögonblick för gruppen och visa dem hur effektiv kommunikation ser ut i realtid.
- Rollspel om små ögonblick: Be deltagarna att spela upp mikrosценарier som fokuserar på specifika feedback- eller kommunikationsutmaningar. Hur skulle de till exempel ge konstruktiv kritik till en adept som känner sig modfälld? Detta hjälper deltagarna att internalisera teknikerna och ger dem en trygg plats att öva på.

Analys av fallstudie (30 minuter):

- Kliv in i deras skor: När du går igenom fallstudierna kan du uppmuntra deltagarna att föreställa sig de verkliga konsekvenserna av sina mentorskapsbeslut. Ställ reflekterande frågor som: "Vad kan hända om mentorn inte ger tillräckligt med stöd?" eller "Hur skulle du känna dig som adept om du fick den här typen av feedback?"
- Utöka konversationen: Efter grupppresentationerna utmanar du klassen att tänka längre än de omedelbara lösningar som presenterats. Vad kan den långsiktiga effekten av den här mentorsrelationen bli? Hur kan de här lösningarna komma att se ut över tid?

Interaktiv aktivitet: Skapande av en verktygslåda för mentorskap (35 minuter):

- Gör det personligt: Uppmuntra deltagarna att skapa en verktygslåda för mentorskap som verkligen återspeglar deras värderingar och erfarenheter. Be dem att inkludera personliga

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	anekdoter eller insikter och hur de planerar att införliva empati, aktivt lyssnande och konstruktiv feedback i sitt framtida mentorskap. - Visualisera framgång: Låt deltagarna föreställa sig hur framgång ser ut i deras mentorskapsrelationer. Be dem att definiera mätbara mål för sitt mentorskap, till exempel "I slutet av det här året vill jag hjälpa min adept att utveckla XYZ-färdigheter." Slutsats och reflektion (10 minuter): - Främja kontinuerlig tillväxt: Låt inte sessionen avslutas med bara en sammanfattning. Be deltagarna att skriva ett personligt åtagande om hur de ska använda det de har lärt sig i sina mentorskapsrelationer. Uppmuntra dem att regelbundet återkomma till detta åtagande för att främja ett tankesätt som bygger på kontinuerlig tillväxt. - Uppmuntra kamratstöd: Låt deltagarna utbyta kontaktinformation och förbinda sig att stämma av med varandra om hur deras mentorskap fortskrider efter workshopen. Genom att bygga upp en gemenskap med ansvarstagande säkerställer du att sessionens lärdomar lever vidare efter klassrummet.
Handouts:	Sammanfattning av mentorskapets egenskaper och ansvarsområden: <i>Vad</i> är det?: ett omfattande dokument som beskriver de viktigaste egenskaperna och ansvarsområdena för en mentor. <i>Innehåll:</i> - Definition av mentorskap och dess betydelse. - Viktiga egenskaper hos en effektiv mentor (t.ex. empati, tålamod, pålitlighet). - Mentorers roller och ansvar i olika sammanhang (t.ex. karriärmentorskap, akademiskt mentorskap). <i>Användning:</i> - Referens under den teoretiska delen av sessionen för att följa med i presentationen.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

- Studiematerial för att deltagarna ska kunna gå igenom och förstärka sina kunskaper efter sessionen.

Resurs: [Module 8 mentoring-mentees-principles](#)

Effektiva kommunikationstekniker

- *Vad är det:* en kortfattad guide som sammanfattar viktiga kommunikationstekniker för mentorer.

Innehåll:

- Tips för aktivt lyssnande och empatiskt bemötande.
- Strategier för att ge konstruktiv feedback.
- Tekniker för att sätta upp realistiska mål och hantera förväntningar.

Potentiellt scenario

Scenario: effektiva kommunikations- och återkopplingstekniker för unga gröna förändringsaktörer

Miljö: En mentor (Taylor) har ett uppföljningsmöte med sin adept (Casey), en ung miljöaktivist, för att diskutera Caseys senaste initiativ för att främja återvinning.

Mål: visa prov på aktivt lyssnande, empati och att ge konstruktiv feedback.

Scenen:

Taylor (Mentor): Hej Casey, tack för att du träffade mig idag. Vad tycker du om ditt senaste återvinningsinitiativ i samhället?

Casey (Mentee): Hej Taylor, tack för att du tog dig tid. Jag känner mig lite blandad. Jag tycker att vi fick ett bra deltagande, men inte så mycket som jag hade hoppats på.

Taylor (Mentor): [Aktivt lyssnande - nickar, håller ögonkontakt och lutar sig något framåt] Jag hör dig. Det låter som om du känner dig lite besviken över valdeltagandet. Kan du berätta mer om vad du observerade?

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

Casey (Mentee): Visst. Vi hade ett hyfsat antal människor som kom ut, men många av dem verkade tveksamma eller osäkra på vad de skulle göra. Jag kände att jag kanske inte förklarade saker tillräckligt tydligt.

Taylor (Mentor): [Empati] Jag kan förstå varför det skulle kännas avskräckande. Det är tufft när man lägger ner så mycket arbete på något och det inte går exakt som planerat. Det är viktigt att komma ihåg att det ofta finns utmaningar med att initiera förändringar, och det du har gjort är fortfarande ett stort steg framåt.

Casey (adept): Tack, Taylor. Jag hade inte tänkt på det på det sättet.

Taylor (Mentor): [Konstruktiv feedback] Låt oss titta på de positiva sakerna först. Du organiserade ett evenemang som fick människor att engagera sig och prata om återvinning, vilket är en enorm prestation. Din passion och ditt engagemang var uppenbara, och det är inspirerande. För framtiden kan det vara bra att ha en kort demonstration i början av evenemanget för att visa människor exakt vad de ska göra. Vad tycker du om den idén?

Casey (Mentee): Det är ett bra förslag. En demonstration kan göra stor skillnad. Jag uppskattar verkligen din feedback, Taylor.

Taylor (Mentor): [Aktivt lyssnande och empati] Jag är glad att du tyckte att det var till hjälp. Kom ihåg att varje initiativ är en lärorik upplevelse. Du gör avtryck och det är tydligt att du är engagerad i din sak. Vi hörs igen efter ditt nästa evenemang för att se hur det går. Låter det bra?

Casey (Mentee): Absolut. Tack igen, Taylor.

Reflektionsfrågor för deltagarna:

1. Aktivt lyssnande: vad lade du märke till när det gäller Taylors sätt att aktivt lyssna?

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

- Svar: Taylor höll ögonkontakt, nickade och lutade sig något framåt för att visa engagemang. Taylor upprepade och omformulerade också Caseys farhågor för att visa förståelse.

2. Empati: Hur bidrog empati till att förbättra samspelet mellan Taylor och Casey?

- Svar: Taylor bekräftade Caseys känslor och validerade dem, vilket bidrog till att skapa förtroende och fick Casey att känna sig förstådd och stöttad.

3. Konstruktiv feedback: Vilka inslag av konstruktiv feedback var tydliga i demonstrationen?

- Svar: Taylor började med positiv feedback, erkände utmaningarna utan att vara kritisk och gav praktiska förslag till förbättringar. Taylor uppmanade också Casey att dela med sig av sina tankar om förslagen.

Användning:

- Praktisk guide under diskussioner och aktiviteter.
- Snabbt referensverktyg för mentorer i verkliga mentorskapssituationer.

Dokument för fallstudier

- *Vad är det?:* En uppsättning detaljerade fallstudier som beskriver vanliga mentorskapsscenarier och utmaningar.

Innehåll:

Fallstudie 1: mentorskap för hållbara affärsmetoder:

Scenario: Du är mentor för en junior chef i ett företag som håller på att övergå till mer hållbara affärsmetoder. Adepten ansvarar för att leda ett litet team som ska implementera ett nytt återvinningsprogram på kontoret. Adepten känner sig överväldigad av motståndet från vissa teammedlemmar och är osäker på hur han ska motivera dem och följa upp programmets framgång.

Viktiga frågor att ta itu med:

- *Motstånd mot förändring:* hur man hanterar teammedlemmar som motsätter sig nya hållbara metoder.
- *Motivation:* strategier för att motivera och engagera teamet i hållbarhetsinitiativ.
- *Tracking Success:* metoder för att mäta och rapportera hur framgångsrikt återvinningsprogrammet är.

CHMKS - UTBILDNINGSFÖRMAT

Diskussionspunkter:

- Diskutera effektiva kommunikationstekniker för att hantera motstånd.
- Utforska olika sätt att motivera teammedlemmarna genom incitament och utbildning om fördelarna med återvinning.
- Identifiera viktiga resultatindikatorer (KPI:er) för att spåra programmets framgång och hur man rapporterar dessa mätvärden på ett effektivt sätt.

Fallstudie 2: mentorskap för hållbart jordbruk:

Scenario: Du är mentor för en ung lantbrukare som håller på att övergå från konventionella jordbruksmetoder till hållbara jordbruksmetoder. Adepten är bekymrad över de initiala kostnaderna, den potentiella avkastningsförlusten under övergångsperioden och bristen på stöd från närliggande lantbrukare som är skeptiska till hållbara metoder.

Viktiga frågor att ta itu med:

- *Kostnadshantering:* strategier för att hantera de initiala kostnaderna för att övergå till hållbara metoder.
- *Avkastningsstyrning:* tekniker för att minimera avkastningsförluster under omställningen.
- *Community Support:* sätt att få stöd och samarbete från andra lantbrukare i samhället.

Diskussionspunkter:

- Diskutera finansiell planering och potentiella finansieringskällor för hållbart jordbruk.
- Utforska hållbara jordbrukstekniker som kan minimera avkastningsförluster.
- Utveckla en plan för att engagera och utbilda närliggande jordbrukare om fördelarna med hållbart jordbruk för att bygga upp stöd i samhället.

Fallstudie 3: Mentorskap för kampanj för miljömedvetenhet

Scenario: Du är mentor för en ung person som är entusiastisk över att organisera en kampanj eller aktivitet för miljömedvetenhet i skolan eller med vänner. Adepten är ivrig men osäker på hur han eller hon ska planera och genomföra initiativet på ett effektivt sätt.

Viktiga frågor att ta itu med:

- *Målsättning:* hjälp adepten att definiera tydliga, uppnåeliga och mätbara mål för kampanjen/aktiviteten för miljömedvetenhet.
- *Motivera kamrater:* strategier för att engagera och motivera kamrater eller klasskamrater att delta aktivt i kampanjen.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

- Utbildningsinnehåll: säkerställa att kampanjen/aktiviteten på ett effektivt sätt kommunicerar viktiga miljöfrågor och uppmuntrar till hållbara beteenden.

Diskussionspunkter:

- Hjälp adepten att formulera mål, till exempel att öka medvetenheten, påverka beteenden eller uppnå specifika miljöresultat.
- Diskutera strategier som att skapa övertygande budskap, organisera interaktiva aktiviteter eller utnyttja sociala medier för att nå ut till en bredare publik.
- Identifiera sätt att säkerställa att kampanjen/aktiviteten är i linje med miljövärden och främjar hållbara metoder.

Användning:

- Gruppanalys under analysaktiviteten för fallstudien.
- Verktyg för att förstå hur mentorstrategier tillämpas i verkligheten.

Mall för verktygslåda för mentorskap

- *Vad är det?:* en mall som hjälper deltagarna att skapa sin egen verktygslåda för mentorskap.

Innehåll:

- Avsnitt med kommunikationstips, feedbackstrategier, mallar för målsättning och konfliktlösningstekniker.

Användning:

- Aktivitet under övningen för att skapa en verktygslåda för mentorskap.
- Praktisk resurs som deltagarna kan använda och förfinas i sitt mentorskap.

Mall: [Module 8 Mentoring Toolkit Template](#)

Formulär för reflektion och återkoppling

- Vad är det: ett formulär för deltagarna att reflektera över sin inläring och ge feedback på workshopen.

Innehåll:

- Uppmaningar till reflektion över viktiga lärdomar och tillämpningsplaner.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	• Frågor för återkoppling från sessionen (t.ex. Vad var mest användbart? Några förslag till förbättringar?). Användning: • Reflektionsaktivitet i slutet av workshopen. • Samla in feedback för att förbättra framtida workshops. Mall: Modul 8 Utvärderingsformulär mentorskap
Teamets medlemmar:	Denna aktivitet skapades av Anna Papaioannou, partnerskapsansvarig för IRIS Sustainable

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

IX. Process och metod för gemensam design

Eco-Innovation genom co-design: Att forma hållbara framtider	
AKTIVITET 1: Utveckla en mobilapp för ett hållbart liv	
LO:	Förstå vad co-design är Lära sig hur man engagerar sig själv och andra i co-design I slutet av sessionen ska deltagarna ha en gedigen förståelse för co-designprocessen och praktisk erfarenhet av co-designprocessen genom att tillsammans skapa en mobilapplikation för utbildning med fokus på hållbart resande.
Varaktighet:	Sammanträdet kommer att pågå i 3 timmar, inklusive en paus på 15 minuter, uppdelat enligt följande: 1. Introduktion och mål: 5 minuter 2. Översikt av Co-Design: 20 minuter 3. Detaljerad undersökning av samdesignfaser: 20 minuter 4. Metoder och verktyg: 20 minuter 5. Rast: 15 minuter 6. Praktisk övning Introduktion: 10 minuter 7. Praktisk övning: 45 minuter 8. Grupppresentationer: 30 minuter 9. Avslutning och utvärdering: 15 minuter
Material som behövs:	• Projektor och skärm • Bärbar dator eller dator • Whiteboard och pennor • Blädderblock och märkpennor • Post-it-lappar • Pennor och anteckningsböcker för deltagarna • Utskrivna handouts med steg och metoder för co-designprocessen • Utvärderingsformulär för feedback

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

Förberedelser:	Förbered en PowerPoint-presentation som omfattar sessionens mål, grundläggande principer för co-design, processteg, metoder och verktyg. Skriv ut handouts av presentationsbilderna och ytterligare material. Ordna rummet så att det underlättar grupparbete och diskussioner. Samla ihop allt nödvändigt material (se listan ovan). Skapa ett enkelt praktiskt projektscenario med fokus på grön utbildning för ungdomar. Förbered utvärderingsformulär som deltagarna ska fylla i i slutet av sessionen.
Beskrivning:	1. Inledning och mål (5 minuter) • Välkomna deltagare och presentera aktiviteten. • Förklara aktivitetens mål och struktur. • Diskutera kortfattat betydelsen av co-design och dess tillämpning i vuxenutbildningssammanhang. 2. Översikt av Co-Design (20 minuter) • Definiera co-design och dess principer: Dela Power: ⇒ Definition: Detta innebär att beslutanderätten fördelas lika mellan alla deltagare. ⇒ Aktivitet: Låt oss diskutera en situation där du har känt att din röst verkligen har haft betydelse. Hur kändes det? Varför är delad makt viktigt i sådana situationer? Prioritera relationer: ⇒ Definition: Att bygga starka, förtroendefulla relationer mellan alla deltagare. ⇒ Aktivitet: Gå ihop två och två och berätta om ett tillfälle då en god relation hjälpte dig att klara något svårt. Hur påverkade den relationen resultatet? Använd deltagarorienterade metoder: ⇒ Definition: Att engagera alla genom aktiviteter som uppmuntrar till aktivt deltagande och bidrag.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

⇒ Aktivitet: Tänk på ett gruppprojekt som du har arbetat med. Vilka metoder för deltagande användes (t.ex. brainstorming, workshops)? Hur hjälpte de här metoderna projektet?

Bygga upp kapacitet:

⇒ Definition: Förbättra alla deltagares färdigheter, kunskaper och självförtroende så att de kan bidra på ett effektivt sätt.

⇒ Aktivitet: Berätta om en färdighet eller kunskap som du har fått genom en gruppaktivitet och som du inte hade tidigare. Hur hjälpte det dig att bidra bättre?

Diskutera exempel från verkligheten på framgångsrika co-designprojekt:

- Exempel 1: Deltagande aktionsforskning för ungdomar (YPAR)

Ungdomar arbetar tillsammans med forskare för att identifiera och lösa samhällsproblem.

Utfall: Verkliga förändringar i samhällspolitiken och förbättrade forskningsfärdigheter för deltagarna.

- Exempel 2: Gemensam utformning av utbildningsplaner
Skolor som involverar eleverna i utformningen av delar av läroplanen.
Resultat: Mer relevanta och engagerande inlärningsupplevelser.

- Interaktivt segment: Dela med sig av exempel
Aktivitet: Låt oss brainstorma! Kan någon dela med sig av ett exempel på ett co-designprojekt som de har deltagit i eller hört talas om? Hur påverkade det deltagarna och resultatet?

Detaljerad genomgång av olika steg i samplaneringen (20 minuter)

- Presentera de olika stegen i co-designprocessen:
- Forskning och empati (5 minuter): Förstå målgruppens (ungdomarnas) behov, intressen och utmaningar.

Aktivitet:

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

Övning för att kartlägga empati:

- Instruktioner: Para ihop deltagarna. Varje par väljer en person (t.ex. en studiekamrat eller en medlem i lokalsamhället) och brainstormar om vad den personen kan tänka, känna, säga och göra i miljöfrågor.
- Diskussion: Dela med dig av en viktig insikt från din empatikarta till gruppen. Hur kan denna förståelse vägleda oss i arbetet med att skapa meningsfulla miljöinitiativ?
- Idéskapande (5 minuter): Skapa kreativa idéer och lösningar för miljödebattklubbens aktiviteter.

Aktivitet:

Snabb brainstorming-session:

- Instruktioner: I små grupper ska ni brainstorma fram så många idéer som möjligt för miljöaktiviteter eller kampanjer som kan genomföras i skolor eller samhällen. Uppmuntra vilda idéer och bygg vidare på varandras förslag.
- Delning: Varje grupp delar med sig av sina två bästa idéer till hela gruppen.
- Prototypframtagning (5 minuter): Utveckla konkreta representationer av idéerna (t.ex. aktivitetsskisser, debattämnen).

Aktivitet:

Visualisering av idéer:

- Instruktioner: Välj en idé från idéutvecklingsfasen, fortfarande i små grupper. Tillbringa några minuter med att skissa eller beskriva hur idén skulle kunna se ut i praktiken. Om ni till exempel planerar en miljödebattklubb kan ni skissera ämnen, struktur och regler.
- Dela med dig: Presentera snabbt din prototyp för en annan grupp för inledande feedback.
- Testning och förfining (5 minuter): Testning av aktiviteterna och insamling av feedback för att förbättra och förfina dem.

Aktivitet:

Feedback Circle:

- Instruktioner: Varje grupp presenterar sin prototyp för hela gruppen och ber om en feedback eller ett förslag på hur den kan förbättras.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

- Reflektion: Efter att ha fått feedback diskuterar grupperna kortfattat hur de kan förfinas sin idé utifrån förslagen.

Metoder och verktyg (20 minuter)

Diskutera de viktigaste metoderna för co-design:

- Workshops: underlätta för smågrupper där deltagarna tillsammans kan bygga prototyper med hjälp av fysiska material eller digitala verktyg. Använd rollspel där deltagarna antar olika roller för att utforska idéer och lösningar på ett dynamiskt sätt.
- Fokusgrupper: Införliva live-skissningssessioner där en facilitator visualiserar deltagarnas idéer i realtid. Använd interaktiva enkät- och röstningsverktyg för att omedelbart samla in och diskutera deltagarnas åsikter och idéer.
- Kartläggning av användarresan: sätt upp stora, interaktiva kartor på väggarna eller använd digitala plattformar där deltagarna kan lägga till klisterlappar eller taggar för att representera olika steg och kontaktpunkter. Gör genomgångar av resan och be deltagarna att berätta om sina erfarenheter och identifiera smärtpunkter och möjligheter direkt.

Diskutera verktyg som vanligen används inom co-design:

- Brainstorming-teknik: Använd digitala whiteboards som : [Miro](#) , [MURAL](#) e där deltagarna samtidigt kan lägga till, flytta och kategorisera idéer. Organisera snabba, tidsbestämda brainstormingsrundor för att hålla energin hög och idéerna flödande, följt av gruppdiskussioner för att förfinas koncepten.
- Personas: engagera deltagarna i att skapa personas genom att tillhandahålla mallar och vägleda dem genom processen i små grupper. Använd rollspelsövningar där deltagarna spelar upp scenarier baserade på sina personas, vilket ger insikter om användarnas behov och beteenden.
- Storyboards: Dela in deltagarna i smågrupper för att skapa storyboards och uppmuntra kreativitet med hjälp av ritverktyg och mallar. Led en "show-and-tell"-session där grupperna presenterar sina storyboards och får feedback, och där de itererar på sin design baserat på gruppens input. Använd digitala verktyg som Canva eller

CHMKS - UTBILDNINGSFÖRMAT

Storyboard That för att skapa samarbetsbaserade och lätt redigerbara storyboards.

Paus (15 minuter)

Bjuda på förfriskningar och uppmuntra informellt nätverkande mellan deltagarna.

Praktisk övning Introduktion (10 minuter)

- Presentera det praktiska projektscenariot: *"Green Guardian"*: En mobilapp för ett hållbart liv.
- Förklara målen och de förväntade resultaten av övningen:

Översikt:

Deltagarna ska tillsammans utforma en mobilapplikation som syftar till att främja hållbara levnadsvanor bland ungdomar. Appen, *"Green Guardian"*, kommer att ge användarna tips, utmaningar och resurser för att minska sitt miljöavtryck och delta i miljövänliga aktiviteter.

Bakgrund:

Mobilapplikationer används ofta av unga människor, vilket gör dem till en effektiv plattform för att främja grön utbildning. Appen *"Green Guardian"* kommer att utnyttja spelifiering och sociala funktioner för att göra hållbarhet engagerande och handlingsinriktat för ungdomar i åldern 18-30 år.

- Presentera exempel på funktioner i den mobila applikationen:
- Eco-Challenge Tracker:
 - Användarna genomför dagliga eller veckovisa miljövänliga utmaningar (t.ex. att minska plastanvändningen och spara vatten) och får poäng och märken.
- Tips om hållbarhet:
 - Dagliga tips om hållbara levnadsvanor, anpassade till användarens plats och livsstil.
- Gemenskapsforum:
 - En plats där användarna kan dela med sig av sina egna gröna tips, framgångshistorier och diskutera hållbarhetsämnen.
- Resursbibliotek:

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

- Tillgång till artiklar, videor och handledning om olika aspekter av hållbar livsstil.
- Kalkylator för koldioxidavtryck:
 - Ett verktyg som hjälper användare att beräkna och följa upp sitt koldioxidavtryck baserat på sina aktiviteter.

Praktisk övning (45 minuter)

- Dela in deltagarna i smågrupper.
- Förse varje grupp med färgglada kartonger, blädderblock och pennor.
- Tilldela varje grupp slumpmässigt (klipp ut små papper och uppmuntra dem att välja ett av dessa blint) ett exempel på ett inslag.
- Varje grupp börjar arbeta sig igenom stegen i co-designen och tillämpar de metoder och verktyg som diskuterats på det valda exemplet.
- Organisera brainstorming-sessioner där ungdomar och facilitatorer genererar idéer för appens funktioner, design och funktionalitet. Använd verktyg som användarpersonas och storyboards. Ingen teknisk expertis krävs.
- Förklara för deltagarna att det slutliga målet med den praktiska övningen är att visa sin förståelse för co-design genom en gruppaktivitet.
- Fortsätt grupparbetet med det praktiska projektet.
- Ge vägledning och stöd vid behov: varje team bör dela på att överföra de idéer som genererats under brainstormingen till en kartong, där de illustrerar vad som kommer att vara de viktigaste delarna i mobilapplikationen, vad som kommer att vara syftet, namnet och målgrupperna. Varje team kan överföra och testa idéerna i den plattform för apputveckling som de föredrar.

Grupppresentationer (30 minuter)

- Varje grupp presenterar sina idéer för appfunktioner som kan engagera och utbilda användarna i hållbar livsstil.
- Ge tid för frågor och återkoppling.

Avslutning och utvärdering (15 minuter)

- Sammanfatta de viktigaste lärdomarna från sessionen.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	• Dela ut utvärderingsformulär och samla in feedback. • Uppmuntra deltagarna att dela med sig av sina tankar och ställa frågor. • Tacka deltagarna för deras engagemang och medverkan.
Lärandekontroll/ Debriefing:	Reflektion efter aktiviteten: Efter sessionen med en översikt över co-design och dess metoder ger du deltagarna lite tid att reflektera individuellt eller i par över sessionens innehåll. De bör fundera över hur de principer och verktyg som diskuteras kan vara relevanta i deras egna sammanhang. Underlättad diskussion: Styr en gruppdiskussion genom att ställa följande frågor: • <i>Erfarenhet: Vilken var din första förståelse av co-design, och hur har den utvecklats efter sessionen?</i> • <i>Självinsikt: Vad har du lärt dig om ditt sätt att arbeta med samarbete och design? Var det någon särskild metod som du fastnade för?</i> • <i>Inblick i innehållet: Vilka nya perspektiv har du fått på vikten av att dela makt, prioritera relationer eller använda deltagande metoder i co-design? Hur ser du att dessa principer tillämpas i ditt arbete?</i> • <i>Tillämpning: Hur kan du integrera metoderna och verktygen för co-design (t.ex. workshops, fokusgrupper) i dina nuvarande eller framtida projekt?</i> Stödjande miljö: Skapa ett bekvämt utrymme där deltagarna kan dela med sig av sina tankar. Använd whiteboardtavlan för att anteckna viktiga insikter och mönster som framkommer under diskussionen, vilket hjälper deltagarna att visualisera det kollektiva lärandet. Återkoppling och utvärdering (valfritt) Dela ut utvärderingsformulär i slutet av sessionen för att samla in deltagarnas feedback om tydligheten i de presenterade begreppen, relevansen i de exempel som ges och deras förtroende för att tillämpa de verktyg som diskuteras. Dessutom kan du observera deltagarnas engagemang under gruppdiskussionerna för att bedöma deras förståelse. Handlingsbara resultat:

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	Sammanfatta de viktigaste lärdomarna från sessionen, med fokus på hur deltagarna kan tillämpa co-designmetoderna i sina sammanhang. Uppmuntra dem att fundera på kommande projekt där dessa verktyg kan vara till nytta och diskutera potentiella utmaningar som de kan ställas inför när de ska implementera dessa nya metoder.
Tips för utbildaren:	Skapa en inkluderande miljö: ordna utrymmet så att alla får plats, se till att det är tillgängligt för personer med funktionsnedsättning och tillhandahålla resurser för personer som inte talar/förstår modulens språk flytande. Stöd till personer med särskilda behov när det gäller vägledning, tidshantering, engagemang etc. (t.ex. föräldrar, arbetstagare, personer med inlärningssvårigheter etc.) Delegera uppgifter rättvist: dela makt och ansvar mellan deltagarna för att främja en känsla av ägande och engagemang. Välj lämpligt material: välj material som är relevant, inkluderande och som tar hänsyn till deltagarnas olika behov. Se till att materialet har en direkt koppling till de ämnen som tas upp och att det stämmer överens med deltagarnas erfarenheter och intressen. Detta bidrar till att bibehålla engagemanget och underlättar en djupare förståelse. Använd mångsidigt och representativt material som speglar alla deltagares bakgrund, kultur och erfarenheter. Det kan handla om flerspråkiga resurser, kulturellt känsligt innehåll och exempel från olika sammanhang. Var medveten om och ta itu med eventuella fördomar eller stereotyper i materialet. Sikta på innehåll som respekterar och erkänner deltagarnas olika identiteter och erfarenheter. Anpassa tempot: var flexibel och anpassa sessionens tempo utifrån deltagarnas behov och förståelse. Ge stöd och vägledning: ge ytterligare förklaringar och exempel efter behov för att säkerställa förståelse och engagemang. Inledning och mål (5 minuter):

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

Sätt tonen för innovation: När du introducerar sessionen ska du betona att co-design inte bara handlar om samarbete - det handlar om att utnyttja kreativitet för att lösa verkliga problem. Skapa entusiasm genom att dela med dig av en inspirerande berättelse eller ett exempel på en innovativ app som har haft en positiv inverkan på hållbarheten. Det hjälper deltagarna att se potentialen i sitt arbete redan från början.

Engagera rummet: Be deltagarna fundera över hur de använder mobilappar i sin vardag och vad som gör en app betydelsefull eller engagerande för dem. Denna personliga koppling hjälper dem att föreställa sig relevansen av aktiviteten.

Översikt av Co-Design (20 minuter):

Gå längre än till definitioner: När du förklarar principer för co-design, som delad makt och deltagande, kan du lyfta fram verkliga scenarier där dessa principer har förändrat ett projekt. Till exempel hur ungdomars deltagande i utformningen av utbildningsverktyg ledde till ett mer meningsfullt engagemang och bättre resultat.

Främja reflektion: Be deltagarna att berätta om tillfällen i yrkeslivet eller privatlivet då de känt sig stärkta av delat beslutsfattande. Detta kan fördjupa deras förståelse för varför delad makt är avgörande i co-designprocessen.

Interaktivt deltagande: När du introducerar empatikartläggning, utmana deltagarna att djupt överväga de känslomässiga och praktiska utmaningar som de personerna som de utvecklar står inför. Uppmuntra dem att sätta sig in i hur det är för ungdomar som kämpar med hållbarhetsfrågor och diskutera de psykologiska hinder som kan hindra dem från att engagera sig i miljövänliga vanor.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

Detaljerad genomgång av olika stadier av samplanering (20 minuter):

Gör det praktiskt: Under empatikartläggningen och idéfasen ska du uppmana deltagarna att tänka stort och vara kreativa. Under brainstorming-sessionen ber du dem att komma med vilda, okonventionella idéer för sin app för hållbar livsstil - även om de verkar orealistiska. Ofta uppstår de bästa lösningarna när de ursprungliga idéerna är djärva och fantasifulla.

Bygg prototyper, inte bara idéer: Under prototypfasen ska du uppmuntra deltagarna att inte bara skissa på appens layout utan också hur användarna skulle interagera med den. Led dem genom en användarresa och fråga hur en användare skulle känna sig i varje steg av interaktionen med appen. Detta ger ett djup åt deras designtänkande.

Praktisk övning (45 minuter):

Skapa utrymme för innovation: När du delar in deltagarna i grupper för den praktiska övningen, utmana dem att ta risker i sin design. Uppmuntra dem att tänka bortom de typiska funktionerna i en app. Skulle deras app kunna innehålla ett sätt att koppla samman användare i miljöorganisationer? Kan den innehålla ett belöningssystem för hållbara åtgärder som samarbetar med lokala företag?

Vägledd på ett eftertänksamt sätt: Cirkulera bland grupperna, inte bara för att svara på frågor utan för att utmana dem. Ställ tankeväckande frågor som "Hur hjälper den här funktionen användarna att göra verkliga förändringar?" eller "Hur kan du göra hållbarhet roligt för unga människor?"

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	Säkerställ åtkomst: Se till att minst en gruppmedlem har möjlighet att ladda ner och använda ett av de rekommenderade verktygen på sin mobila enhet eller bärbara dator. Grupppresentationer (30 minuter): <i>Driv på för djup i återkopplingen:</i> Efter att varje grupp har presenterat sina resultat uppmuntrar du deltagarna att ställa djupare frågor till varandra i stället för att kritisera på ytan. Till exempel: "Hur tar din app hänsyn till olika nivåer av miljökunskap bland användarna?" eller "Vad händer när användarna stöter på ett hinder för att slutföra en utmaning?" Avslutning och utvärdering (15 minuter): <i>Låt dem tänka till:</i> När du avslutar, sammanfatta inte bara sessionen - ställ en sista reflekterande fråga. Fråga: "Vad är en förändring du skulle kunna göra i ditt eget liv som återspeglar principerna för co-design?" På så sätt uppmuntras deltagarna att internalisera co-designens värderingar även efter övningen med att bygga en app.
Handouts:	1. PowerPoint-presentation: <u>Module 9 Co-Diseño Process Presentacion</u> - Användning: Vägleder sessionen och täcker mål, grundläggande principer för co-design, processteg, metoder och verktyg. - Förberedelser: Skapa bilder som beskriver sessionens mål, definitioner, stadier av co-design och praktiska exempel. 2. Tryckta handouts: <u>Modul 9 Steg och metoder i medskapandeprocessen</u> :Användning: Ge deltagarna en konkret referens till stegen och metoderna i co-designprocessen. - Förberedelser: Skriv ut presentationsbilderna och eventuellt ytterligare material som krävs för de praktiska övningarna.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

- Stöd för praktisk övning: Se till att deltagarna har tillgång till nödvändig information när de arbetar med det praktiska projektet.

3. Utvärderingsformulär:

Modul 9 Evalueringsformulär Medskapande

- Användning: Dela ut dem i slutet av sessionen för att samla in feedback från deltagarna för att bedöma deras förståelse och sessionens effektivitet.
- Förberedelser: Förbered och skriv ut utvärderingsformulär som innehåller frågor om deltagarnas erfarenheter och läranderesultat.
- Verktyg för utvärdering: Använd återkopplingen för att mäta deltagarnas förståelse och tillfredsställelse.

Eller

Kahoot inlärningsspel:

<https://kahoot.com/>

I slutet av sessionen kan deltagarna alternativt delta i ett Kahoot-spel för att bedöma sin förståelse av viktiga mentorskapskoncept. Utbildaren kommer att skapa ett Kahoot-spel med en mängd olika frågor, inklusive flervalsfrågor, sant/falskt och korta svar. Detta spel kommer att täcka grunderna i mentorskap, roller och ansvarsområden för en mentor, typer av mentorskap och fördelarna för både mentorer och adepter. Kahoot Learning-spelet kan betraktas som en mer engagerande metod för deltagarna.

Utbildaren börjar med att förklara Kahoot-plattformen och spelreglerna, vilket tar cirka 5 minuter. Deltagarna ansluter sig sedan till spelet med sina enheter och svarar på frågor i realtid, vilket tar cirka 15-20 minuter beroende på antalet frågor. Efter spelet genomför utbildaren en 10 minuter lång debriefing för att diskutera svaren, ta upp eventuella missuppfattningar och utforska insikterna från aktiviteten.

Praktiskt projektscenario:

Modul 9 mobilapplikation instruktioner

- Användning: Ett detaljerat scenario för den praktiska övningen, med fokus på att tillsammans utforma en mobilapplikation som syftar till att främja hållbara levnadsvanor bland ungdomar

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

- Förberedelser: Ta fram ett scenario som deltagarna kan arbeta med under den praktiska övningen och se till att det stämmer överens med sessionens lärandemål.
- Vägledning för övningen: Presentera scenariot i början av den praktiska övningen för att ge sammanhang och mål.
- Engagemang och tillämpning: Underlätta praktiskt lärande genom att låta deltagarna tillämpa metoder för co-design på ett verkligt problem/lösning.

Deltagarna kommer att ladda ner och öva i ett av följande verktyg för utveckling av mobilappar, som har gratis testläge:

Figma:

Kostnadsfri plan: Figma erbjuder en kostnadsfri plan med begränsade funktioner, så att du kan skapa upp till tre projekt och samarbeta med upp till två redaktörer. Betalda planer låser upp ytterligare funktioner.

Skiss:

Gratis provperiod: Sketch erbjuder en 30-dagars gratis provperiod som ger dig full tillgång till alla funktioner. Efter provperioden behöver du en prenumeration eller en engångslicens.

Adobe XD:

Kostnadsfri plan: Adobe XD har en kostnadsfri plan som heter "Starter Plan" som innehåller grundläggande design- och prototypfunktioner, men med begränsade molnlagrings- och samarbetsalternativ. Betalda planer erbjuder mer avancerade funktioner.

Proto.io:

Gratis provperiod: Proto.io erbjuder en 15-dagars gratis provperiod som ger dig tillgång till alla dess funktioner, så att du kan testa alla funktioner innan du förbinder dig till en betald plan.

Marvel App:

Kostnadsfri plan: Marvel erbjuder en kostnadsfri plan med begränsade funktioner som gör att du kan skapa ett projekt. Du kan uppgradera till betalplaner för fler funktioner och projekt.

Axure RP:

Gratis provperiod: Axure RP erbjuder en 30-dagars gratis provperiod, vilket ger dig tillgång till alla funktioner i pro-versionen.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	Säkerställ åtkomst: Se till att minst en gruppmedlem har möjlighet att ladda ner och använda ett av de rekommenderade verktygen på sin mobila enhet eller bärbara dator. Tillhandahålla vägledning: Utbildaren ger stöd och vägledning under hela övningen och ser till att alla deltagare är engagerade och kan bidra på ett effektivt sätt.
Teamets medlemmar:	Denna aktivitet skapades av Anna Papaioannou, partnerskapsansvarig för IRIS Sustainable Development

En lunchpaus på 30 minuter kommer att äga rum mellan de två sessionerna.

Gröna röster: Co-design i miljöpolitisk påverkan och debatt	
AKTIVITET 2: Samutformning av handboken för gröna förändringsaktörer	
LO:	Samutformning av en uppsättning NFE-aktiviteter för grön utbildning för ungdomar I slutet av sessionen ska deltagarna ha en gedigen förståelse för co-designprocessen och praktisk erfarenhet av att co-designa Green Changemakers Handbook som främjar grön utbildning bland ungdomar.
Varaktighet:	Sessionen kommer att pågå i 2,5 timmar, inklusive en paus på 10 minuter, uppdelat enligt följande: 1. Introduktion och mål: 5 minuter 2. Översikt över Co-Design i NFE-aktiviteter: 20 minuter 3. Metoder och verktyg: 15 minuter 4. Rast: 10 minuter 5. Praktisk övning Introduktion: 10 minuter 6. Praktisk övning: 45 minuter 7. Grupppresentationer: 30 minuter 8. Avslutning och utvärdering: 15 minuter
Material som behövs:	• Projektor och skärm • Bärbar dator eller dator

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	• Whiteboard och pennor • Blädderblock och märkpennor • Post-it-lappar • Pennor och anteckningsböcker för deltagarna • Utskrivna handouts med steg och metoder för co-designprocessen • Utvärderingsformulär för feedback
Förberedelser:	• Förbered en PowerPoint-presentation som omfattar sessionens mål, grundläggande principer för co-design, processteg, metoder och verktyg. • Skriv ut handouts av presentationsbilderna och ytterligare material. • Ordna rummet så att det underlättar grupparbete och diskussioner. • Samla ihop allt nödvändigt material (se listan ovan). • Skapa ett enkelt praktiskt projektscenario med fokus på grön utbildning för ungdomar. • Förbered utvärderingsformulär som deltagarna ska fylla i i slutet av sessionen.
Beskrivning:	Inledning och mål (5 minuter) Hälsa deltagarna välkomna och introducera dem till den andra aktiviteten. Förklara aktivitetens mål och struktur. • Diskutera kortfattat vikten av co-design och dess tillämpning vid utveckling av NFE-aktiviteter för grön utbildning. Översikt över samplanering i NFE-verksamhet (20 minuter) Modul 9_Medskapande och NFE_manual Lyfta fram fördelarna med att använda en samdesignstrategi, särskilt när det gäller att utveckla NFE-aktiviteter: Ökad relevans och effektivitet i utbildningsverksamheten • be deltagarna att dela med sig av personliga erfarenheter där de upplevde att en utbildningsaktivitet var särskilt relevant eller effektiv. • Använd gruppdiskussioner för att identifiera nyckelfaktorer som bidrog till denna relevans och brainstorma om hur co-design kan förbättra dessa element i NFE-aktiviteter. Ökat engagemang och ägarskap bland deltagarna:

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

- genomföra en brainstorming-session där deltagarna identifierar sätt på vilka de kan ta ansvar för utbildningsaktiviteter.
- Underlätta en diskussion om hur co-design ger dem egenmakt och ökar deras engagemang för resultaten.

Utveckling av innovativa och kontextspecifika lösningar:

- organisera smågruppsaktiviteter där deltagarna identifierar unika utmaningar inom sitt sammanhang och tillsammans brainstormar fram innovativa lösningar.
- Använd fallstudier för att illustrera hur co-design har lett till kreativa lösningar i liknande scenarier.

Diskutera exempel från verkligheten på framgångsrika co-designprojekt:

- Ett ungdomslett miljöinitiativ som skapar trädgårdsprojekt i samhället:
- uppmana deltagarna att brainstorma och dela med sig av alla ungdomsledda miljöprojekt som de känner till.
- Diskutera hur dessa initiativ utvecklades och vilken roll co-design kan ha spelat.
- Uppmuntra deltagarna att undersöka liknande projekt och presentera sina resultat för att belysa effekterna av co-design.

Ett skolprogram som utvecklar workshops om hållbarhet genom samarbete mellan elever och lärare:

- be deltagarna att bilda smågrupper och brainstorma fram exempel på skolprogram som fokuserar på hållbarhet.
- Uppmuntra dem att utforska online-resurser eller sina nätverk för att hitta exempel från verkligheten.
- Låt varje grupp presentera det program de valt och förklara varför de tror att co-design var en viktig del av framgången och hur det kan tillämpas i andra sammanhang.

Demonstration av verktyg för co-design med exempel på NFE och grön utbildning

Exempel på brainstormingteknik:

Använda tankekartor för att utforska ämnen i miljödebatten:

- Dela in deltagarna i smågrupper och ge dem var sitt stort pappersark eller ett digitalt whiteboardverktyg som Miro.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

- Skriv "Environmental Debate Topics" i mitten.
- Be deltagarna att göra en brainstorming och lägga till grenar för olika debattämnen (t.ex. förnybar energi, plastföroreningar, klimatförändringspolitik).
- Låt varje grupp utveckla dessa ämnen med undergrenar, inklusive specifika frågor, potentiella argument och relevanta fakta.

Exempel Persona:

Utarbeta en profil för en typisk ungdomsdeltagare:

- be deltagarna att fundera på vad som kännetecknar en typisk ungdomsdeltagare i grön utbildning.
- Använd en mall med kategorier som demografi, intressen, motiv och utmaningar. Dela ut mallar och låt varje grupp utveckla en detaljerad persona. Till exempel: "Alex, 16 år, brinner för marinbiologi, motiveras av en önskan att minska havsföroreningar, har svårt att tala inför publik."
- Låt deltagarna spela rollspel som sina skapade personas och diskutera hur dessa personas kan interagera med gröna utbildningsaktiviteter och vilka deras behov och preferenser skulle vara.

Exempel på storyboard:

Skapa en visuell representation av en ungdomsdeltagares upplevelse av en debattsession:

- be deltagarna att föreställa sig en ungdomsdeltagare som förbereder sig för, deltar i och reflekterar över ett miljödebattmöte.
- Tillhandahåll storyboardmallar och ritmaterial eller digitala verktyg som Canva. Varje grupp skapar en storyboard som illustrerar de viktigaste momenten i upplevelsen, t.ex. research och förberedelser, själva debatten och reflektion efter debatten.
- Låt varje grupp skapa en berättelse kring sin storyboard, där de förklarar deltagarens resa, utmaningar och lärorika ögonblick.

Paus (15 minuter)

Bjuda på förfriskningar och uppmuntra informellt nätverkande mellan deltagarna.

Praktisk övning Introduktion (10 minuter)

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

- Presentera det praktiska projektscenariot: "Eco-Voices: Samutformning av handboken för gröna förändringsaktörer"
- Förklara målen och de förväntade resultaten av övningen:

Deltagarna kommer att börja utforma Green Changemakers Handbook, som syftar till att främja miljöutbildning och ge ungdomar möjlighet att bli miljöförespråkare. Den slutliga handboken kommer att innehålla:

- *a "Green Changemakers sociala kampanjkit"*
- *NFE:s verksamhet inom grön utbildning;*
- *en kort guide om hur man blir en Green Changemaker.*

I det gemensamma skapandet av Green Changemakers Social Campaign Kit ingår utveckling av kampanjmål, visuell identitet eller uppmaning till handling, samt mallar och verktyg för att organisera samhällskampanjer med fokus på hållbarhet.

Co-creation of NFE Activities on Green Education omfattar utveckling av workshops, baserade på icke-formella utbildningsmetoder, om ämnen som avfallsminskning, hållbar livsstil och bevarande av biologisk mångfald.

Samskapandet av guiden "How to Be a Green Changemaker" omfattar utveckling av bidrag till guiden, med tips och strategier för unga människor att initiera och leda miljöprojekt och miljörelser.

Praktisk övning (45 minuter)

Dela in deltagarna i smågrupper:

Säkerställ mångfald i varje grupp för att få in olika perspektiv i diskussionen.

Dela in deltagarna i smågrupper (3-4 deltagare). Varje grupp ska arbeta med huvudämnet och ett sidoämne.

Huvudämne:

- *Utformning av en NFE-aktivitet om grön utbildning*

Detta kommer att vara det primära fokuset för alla grupper. Genom att tillsammans utforma aktiviteter för icke-formell utbildning (NFE) säkerställs att alla bidrar till att utveckla kreativa och effektiva inlärningsupplevelser. Dessa aktiviteter ska syfta till att skapa

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	förståelse för miljöfrågor och inspirera till proaktivt engagemang i hållbara metoder. Sekundära ämnen: - <i>Utarbeta ett kit för sociala kampanjer</i> Denna del av initiativet kommer att fokusera på att skapa resurser och verktyg som kan användas för att främja grön utbildning och hållbara metoder via olika sociala kanaler. Varje grupp kommer att få i uppgift att utveckla innovativt och engagerande innehåll som kan användas för att öka medvetenheten och inspirera till handling bland olika målgrupper. - <i>Skapa en guide till hur man blir en grön förändringsaktör</i> Grupperna kommer att samarbeta för att skapa en omfattande guide. Guiden kommer att innehålla praktiska tips och strategier för personer som vill bli förespråkare för en grön livsstil och hållbar utveckling. När varje grupp har valt ett sekundärt ämne kan deltagarna börja arbeta. Om möjligt, se till att grupperna är balanserade när du väljer sekundära ämnen. Utbildaren leder grupparbetet och börjar med att föreslå att ni genomför en brainstorming för att få fram idéer till uppgiften. Utbildaren påminner grupperna om att använda de diskuterade metoderna (workshops, fokusgrupper, kartläggning av användarresor) för att förfina sina idéer. • Workshops: Genomför mini-workshops inom gruppen för att ta fram lösningar. • Fokusgrupper: Simulera fokusgruppsdiskussioner för att utforska djupare insikter. • Kartläggning av användarresor: Skapa visuella kartor för att beskriva användarupplevelsen för deras funktion. Varje grupp ska förbereda en presentation för att visa upp sitt arbete med huvudämnet och det valda sidämnet. De kan vara hur kreativa som helst när de gör presentationen. Grupppresentationer (30 minuter)
--	--

CHMKS - UTBILDNINGSFÖRMAT

	Varje grupp håller en presentation där de visar sin förståelse för co-design i NFE-aktiviteter och den praktiska tillämpningen av sina idéer i Changemakers Handbook. Efter varje presentation kommer utbildaren att leda en diskussion där övriga deltagare får möjlighet att ge feedback och förslag. Avslutning och utvärdering (15 minuter) Sammanfatta de viktigaste lärdomarna från sessionen. Dela ut utvärderingsformulär och samla in feedback. Uppmuntra deltagarna att dela med sig av sina tankar och ställa frågor. Tacka deltagarna för deras engagemang och medverkan.
Lärandekontroll/ Debriefing:	Reflektion efter aktiviteten Efter den praktiska övningen ska du ge deltagarna en stund att koppla av och mentalt gå från aktivt arbete till reflektion. Uppmuntra dem att fundera över den process som deras grupp följde under övningen och deras personliga bidrag till co-designprocessen. Underlättad diskussion Led en debriefingsession med följande frågor: • <i>Erfarenhet:</i> Vilken var den mest utmanande aspekten av co-designprocessen som din grupp upplevde? Hur hanterade din grupp dessa utmaningar? • <i>Självinsikt:</i> Vad lärde du dig om dina samarbetsfärdigheter och din förmåga att bidra till en grupps co-design-insats? Fanns det stunder då du klev fram som ledare eller då du kämpade? • <i>Inblick i innehållet:</i> Vad upptäckte du om co-designprocessen när det gäller att skapa NFE-aktiviteter om grön utbildning? Stämde faserna forskning, idé, prototyp och testning överens med dina förväntningar? • <i>Tillämpning:</i> Hur kan du tillämpa co-designprocessen för att utveckla framtida utbildningsprogram, särskilt inom ramen för hållbarhet och grön utbildning? Vilka förbättringar skulle du föreslå för framtida co-designprojekt?

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	Återkoppling och utvärdering (valfritt) I slutet av sessionen delar du ut utvärderingsformulär där deltagarna ombeds att bedöma sina erfarenheter av den praktiska övningen. Inkludera frågor om hur relevanta co-designverktygen var för uppgiften och hur effektiva deltagarna upplevde att processen var. Observera också presentationerna och gruppdynamiken för att bedöma hur väl deltagarna har förstått de olika stegen i co-design. Handlingsbara resultat Avsluta debriefingen med att gå igenom de insikter som erhållits under övningen. Lyft fram hur dessa insikter kan användas i verkliga scenarier, särskilt vid utformningen av utbildningsinitiativ med fokus på grön utbildning. Uppmuntra deltagarna att fundera över hur de kan förfinas sin strategi för co-design i framtida projekt.
Tips för utbildaren:	Skapa en inkluderande miljö: ordna utrymmet så att alla får plats, se till att det är tillgängligt för personer med funktionsnedsättning och tillhandahålla resurser för personer som inte talar/förstår modulspråket flytande. Ge adekvat stöd till personer med särskilda behov när det gäller vägledning, tidshantering, engagemang etc. (t.ex. föräldrar, arbetstagare, personer med inlärningssvårigheter etc.) Delegera uppgifter rättvist: fördela makt och ansvar mellan deltagarna för att främja en känsla av ägande och engagemang. Välj lämpligt material: välj material som är relevant, inkluderande och som tar hänsyn till deltagarnas olika behov. Se till att materialet har en direkt koppling till de ämnen som tas upp och att det stämmer överens med deltagarnas erfarenheter och intressen. Detta bidrar till att bibehålla engagemanget och underlättar en djupare förståelse. Använd mångsidigt och representativt material som speglar alla deltagares bakgrund, kultur och erfarenheter. Det kan handla om flerspråkiga resurser, kulturellt känsligt innehåll och exempel från olika sammanhang. Var medveten om och ta itu med eventuella fördomar eller stereotyper i materialet. Sikta på innehåll som respekterar och erkänner deltagarnas olika identiteter och erfarenheter.

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

Anpassa tempot: var flexibel och anpassa sessionens tempo utifrån deltagarnas behov och förståelse.

Ge stöd och vägledning: ge ytterligare förklaringar och exempel efter behov för att säkerställa förståelse och engagemang.

Inledning och mål (5 minuter):

Förankra det i syftet: Börja med att förklara vilken verklig inverkan den här co-designsessionen kan ha. Betona att Green Changemakers Handbook inte bara är en hypotetisk övning - det är ett verktyg som kan inspirera ungdomar till verkliga åtgärder för ett hållbart liv. Detta ger deltagarna en känsla av syfte och ansvar.

Koppla till deras erfarenhet: Be deltagarna att tänka på en gång då de deltog i en miljökampanj eller ett miljöprojekt. Vad fungerade? Vad fungerade inte? På så sätt förbereds de för att tänka kritiskt kring de utmaningar som de kommer att ställas inför i co-designprocessen.

Översikt över samdesign inom NFE (20 minuter):

Gör det relevant: När du diskuterar fördelarna med co-design inom icke-formell utbildning (NFE), relatera det till verkliga utbildningsutmaningar som deltagarna kan ställas inför, till exempel oengagerade ungdomar eller föråldrat utbildningsmaterial. Be dem reflektera över hur co-design kan lösa dessa problem genom att ge deltagarna äganderätt över inlärningsprocessen.

Lyft fram framgångshistorier: Visa upp exempel på NFE-program som framgångsrikt använt co-design, till exempel ungdomsledda miljöinitiativ som ökat samhällsengagemanget. Se till att diskutera hur co-design stärkte deltagarna och ledde till mer kreativa och relevanta utbildningsresultat.

Metoder och verktyg (15 minuter):

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	<i>Förvandla verktyg till upplevelser:</i> När du demonstrerar co-designverktyg som kartläggning av användarresor och brainstorming-tekniker, låt deltagarna gå igenom verktygen som om de vore målgruppen. Be dem att kartlägga inte bara vad deltagarna gör, utan också hur de känner sig i varje steg av en resa i ett miljöutbildningsprogram. Den här känslomässiga kopplingen gör att verktygen känns mer konkreta och användbara. Praktisk övning (45 minuter): <i>Utmana grupperna:</i> När deltagarna börjar arbeta med Green Changemakers Handbook ska du uppmana dem att skapa något verkligt unikt. Fråga dem: "Hur kommer den här handboken att skilja sig från andra handböcker om grön utbildning?" och "Vad kommer att göra att den här handboken känns personlig och relevant för dagens ungdomar?" <i>Främja samarbete:</i> Uppmuntra varje grupp att delta i minifokusgrupper inom sitt eget team, där de kritiskt granskar varje idé som presenteras. Detta förbättrar inte bara idéerna utan bygger också upp en gruppdynamik där alla känner sig hörda. Grupppresentationer (30 minuter): <i>Underlätta konstruktiv kritik:</i> Efter varje presentation ska du uppmuntra de andra grupperna att ge konstruktiv feedback, med fokus på praktiska förbättringar snarare än allmänt beröm. Ställ frågor som: "Hur kan anpassas till olika utbildningsmiljöer?" eller "Hur kan ni göra den här guiden mer tillgänglig för olika typer av ungdomar?" Avslutning och utvärdering (15 minuter): <i>Avsluta med handling:</i> Avslutningsvis ber du deltagarna att förbinda sig till en liten åtgärd som de kommer att vidta i sitt yrkesliv eller privatliv utifrån vad de har lärt sig under co-designprocessen. Det kan vara så enkelt som att integrera mer deltagande metoder i sina projekt eller att starta egna gröna utbildningsinitiativ.
Handouts:	PowerPoint Presentation • Modul 9 Medskapande och NFE

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

- Användning: Vägleder sessionen och täcker mål, grunderna för co-design och NFE, processteg, metoder och verktyg.
- Förberedelser: Skapa bilder som beskriver sessionens mål, definitioner, stadier av co-design och praktiska exempel.

Tryckta handouts

Modul 9_Medskapande och NFE_manual

- Användning: Ge deltagarna en konkret referens för co-designprocessen i NFE-aktiviteter och -metoder.
- Förberedelser: Skriv ut presentationsbilderna och eventuellt ytterligare material som krävs för de praktiska övningarna.
- Stöd för praktisk övning: Se till att deltagarna har tillgång till nödvändig information när de arbetar med det praktiska projektet.

Utvärderingsformulär

Modul 9_Utvärderingsformulär_Medskapande

- Användning: Dela ut dem i slutet av sessionen för att samla in feedback från deltagarna för att bedöma deras förståelse och sessionens effektivitet.
- Förberedelser: Förbered och skriv ut utvärderingsformulär som innehåller frågor om deltagarnas erfarenheter och läranderesultat.
- Verktyg för utvärdering: Använd återkopplingen för att mäta deltagarnas förståelse och tillfredsställelse.

Eller

Kahoot inlärningspel:

<https://kahoot.com>

I slutet av sessionen kan deltagarna alternativt delta i ett Kahoot-spel för att bedöma sin förståelse av viktiga mentorskapskoncept. Utbildaren kommer att skapa ett Kahoot-spel med en mängd olika frågor, inklusive flervalsfrågor, sant/falskt och kort svar. Spelet kommer att omfatta grunderna i mentorskap, en mentors roller och ansvarsområden, olika typer av mentorskap och fördelarna för både mentorer och adepter. Kahoot Learning-spelet kan betraktas som en mer engagerande metod för deltagarna.

Utbildaren börjar med att förklara Kahoot-plattformen och spelreglerna, vilket tar cirka 5 minuter. Deltagarna ansluter sig sedan till spelet med sina enheter och svarar på frågor i realtid, vilket tar cirka 15-20 minuter beroende på antalet frågor. Efter spelet genomför utbildaren en 10

CHMKS - UTBILDNINGSFORMAT

	minuter lång debriefing för att diskutera svaren, ta upp eventuella missuppfattningar och utforska insikterna från aktiviteten. Praktiskt projektscenario: • Användning: Scenariot guidar deltagarna genom den praktiska övningen att tillsammans utforma en Changemakers Handbook. Handboken kommer att ge ungdomar verktyg, aktiviteter och vägledning för att engagera sig i grön utbildning och miljöpåverkan. • Förberedelser: Ta fram ett scenario som deltagarna kan arbeta med under den praktiska övningen och se till att det stämmer överens med sessionens lärandemål. Se till att deltagarna förstår att syftet med handboken är att främja grön utbildning och stärka ungdomar som miljöförespråkare. • Vägledning för övningen: Presentera scenariot i början av den praktiska övningen för att ge sammanhang och mål. • Engagemang och tillämpning: Underlätta praktiskt lärande genom att låta deltagarna tillämpa metoder för co-design på ett verkligt scenario. Riktlinjer för handboken Modul 9 CHMKS Riktlinjer för manualen
Teamets medlemmar:	Denna aktivitet skapades av Anna Papaioannou, partnerskapsansvarig för IRIS Sustainable Development