



youthIES

Training Pack for Youth Workers - ACTIVITIES



Πακέτο κατάρτισης για εργαζόμενους σε θέματα νεολαίας - ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

Ενότητα: Αειφόρος και καθαρός τομέας μεταφορών για ένα πιο πράσινο μέλλον

ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 1 – ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΜΕΤΑΚΙΝΗΣΗΣ ΜΕ ΠΟΔΗΛΑΤΟ	2
ΕΠΙΣΚΟΠΗΣΗ	2
ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ ΣΤΟΧΟΙ	2
ΟΔΗΓΙΕΣ	2
ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΑ ΥΛΙΚΑ	3
ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 2 - ΠΡΟΚΛΗΣΗ ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΥ ΒΙΩΣΙΜΩΝ ΜΕΤΑΦΟΡΩΝ	4
ΕΠΙΣΚΟΠΗΣΗ	4
ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ ΣΤΟΧΟΙ	4
ΟΔΗΓΙΕΣ	4
ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΑ ΥΛΙΚΑ	6
ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 3 - ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ ΜΙΑΣ ΒΙΩΣΙΜΗΣ ΠΟΛΗΣ ΓΙΑ ΤΟ ΜΕΛΛΟΝ	7
ΕΠΙΣΚΟΠΗΣΗ	7
ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ ΣΤΟΧΟΙ	7
ΟΔΗΓΙΕΣ	7
ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΑ ΥΛΙΚΑ	8

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 1 – ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΜΕΤΑΚΙΝΗΣΗΣ ΜΕ ΠΟΔΗΛΑΤΟ

ΕΠΙΣΚΟΠΗΣΗ

Αυτό το ολοκληρωμένο εργαστήριο αποτελεί μια καθηλωτική εμπειρία που έχει σχεδιαστεί για να υποστηρίζει με πάθος και να εκπαιδεύσει τους συμμετέχοντες σχετικά με τα μετασχηματιστικά οφέλη της μετακίνησης με ποδήλατο. Αναδεικνύοντας το ποδήλατο ως ένα φιλικό προς το περιβάλλον και την υγεία μέσο μεταφοράς, το εργαστήριο αυτό επιδιώκει να εμφυσήσει μια βαθύτερη κατανόηση των πολύπλευρων πλεονεκτημάτων του. Δίνοντας έμφαση στον καθοριστικό ρόλο του ποδηλάτου στη μείωση των εκπομπών διοξειδίου του άνθρακα και στην προώθηση της σωματικής ευεξίας, η συνεδρία αυτή έχει ως στόχο να εμπνεύσει μια αλλαγή παραδείγματος προς βιώσιμες λύσεις αστικής κινητικότητας.

ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ ΣΤΟΧΟΙ

- Κατανόηση σε βάθος των αναρίθμητων οφελών που σχετίζονται με τη μετακίνηση με ποδήλατο, τα οποία καλύπτουν την ενίσχυση της προσωπικής υγείας και τη διατήρηση του περιβάλλοντος.
- Απόκτηση πρακτικών δεξιοτήτων που περιλαμβάνουν τη συντήρηση του ποδηλάτου, τα πρωτόκολλα ασφαλείας και τον ικανό σχεδιασμό διαδρομών, διευκολύνοντας την απρόσκοπτη μετάβαση στη μετακίνηση με ποδήλατο.
- Εκτιμώμενη διάρκεια: 2:10 ώρες

ΟΔΗΓΙΕΣ

Στάδιο 1 - Εισαγωγή στη μετακίνηση με ποδήλατο (20 λεπτά)

- Εμβαθύνετε σε μια έντονη συζήτηση που θα επισημάνει τα ολιστικά πλεονεκτήματα της ποδηλασίας για μετακινήσεις, υπογραμμίζοντας τις θετικές επιπτώσεις της στην προσωπική φυσική κατάσταση και το ρόλο της στην προώθηση ενός πιο πράσινου περιβάλλοντος.
- Αξιοποιήστε στατιστικά στοιχεία και ιστορίες από πόλεις που έχουν ενσωματώσει και προωθήσει με επιτυχία την ποδηλασία ως βιώσιμο μέσο μεταφοράς.

Στάδιο 2 - Επίδειξη συντήρησης και ασφάλειας ποδηλάτων (30 λεπτά)

- Διευκολύνετε μια διαδραστική πρακτική συνεδρία που διαφωτίζει τις θεμελιώδεις τεχνικές συντήρησης ποδηλάτων, περιλαμβάνοντας την επισκευή ελαστικών, τη λίπανση της αλυσίδας και τους ολοκληρωμένους ελέγχους ασφαλείας.

- Τονίστε τη σωστή χρήση του εξοπλισμού ασφαλείας, δίνοντας έμφαση στον καθοριστικό ρόλο των κράνων και των ανακλαστικών γιλέκων στη διασφάλιση της ασφάλειας του αναβάτη.

Στάδιο 3 - Σχεδιασμός διαδρομής και πόροι (30 λεπτά)

- Προσφέρετε ολοκληρωμένη καθοδήγηση σχετικά με τον σχολαστικό σχεδιασμό διαδρομών, την αποτελεσματική πλοήγηση σε ποδηλατόδρομους και την πρόσβαση σε τοπικούς πόρους που ευνοούν την ασφαλή και ευχάριστη εμπειρία της ποδηλασίας.
- Παρουσιάστε στους συμμετέχοντες καινοτόμες εφαρμογές που έχουν σχεδιαστεί ειδικά για να διευκολύνουν τον απρόσκοπτο σχεδιασμό διαδρομών και την πλοήγηση (όπως Strava, Komoot, Ride with GPS, MapMyRide, BikeMap κ.λπ.)

Στάδιο 4 - Ομαδική διαδρομή (50 λεπτά)

- Προσπαθήστε, αν είναι εφικτό από υλικοτεχνικής άποψης, να οργανώσετε μια εποπτευόμενη και ενδιαφέρουσα ομαδική βόλτα σε ένα καθορισμένο ασφαλές περιβάλλον.
- Ενθαρρύνετε την ενεργό συμμετοχή, επιτρέποντας στους συμμετέχοντες να εφαρμόσουν τις δεξιότητες και τα μέτρα ασφαλείας που απέκτησαν σε ένα πρακτικό περιβάλλον.

ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΑ ΥΛΙΚΑ

- Ποδήλατα που διατίθενται για σκοπούς επίδειξης και ομαδικής οδήγησης.
- Απαραίτητος εξοπλισμός ασφαλείας, όπως κράνη και ανακλαστικά γιλέκα, τόσο για επίδειξη όσο και για πρακτική χρήση.
- Εργαλεία που απαιτούνται για τις βασικές δραστηριότητες συντήρησης ποδηλάτων (λιπαντικό αλυσίδας, γράσο, εργαλείο αλυσίδας, αντλία, σετ επιδιορθώσεων, σετ εξάγωνων κλειδιών).
- Χάρτες ή εύκολα προσβάσιμες πηγές για τον αποτελεσματικό σχεδιασμό διαδρομών και την πλοήγηση.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 2 - ΠΡΟΚΛΗΣΗ ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΥ ΒΙΩΣΙΜΩΝ ΜΕΤΑΦΟΡΩΝ

ΕΠΙΣΚΟΠΗΣΗ

Αυτή η συναρπαστική και πρακτική πρόκληση σχεδιασμού βυθίζει τους νέους συμμετέχοντες σε ένα δυναμικό περιβάλλον όπου σχεδιάζουν και δημιουργούν καινοτόμες βιώσιμες λύσεις για τις μεταφορές. Με στόχο την προώθηση της δημιουργικής σκέψης και των δεξιοτήτων επίλυσης προβλημάτων, η δραστηριότητα αυτή δίνει τη δυνατότητα στα άτομα να αντιμετωπίσουν τις σύγχρονες προκλήσεις των αστικών μετακινήσεων, ενώ παράλληλα υπερασπίζονται φιλικές προς το περιβάλλον επιλογές κινητικότητας.

ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ ΣΤΟΧΟΙ

- Ευαισθητοποίηση των συμμετεχόντων σχετικά με τις περιβαλλοντικές επιπτώσεις των συμβατικών μεθόδων μετακίνησης και έμφαση στη σημασία των εναλλακτικών λύσεων μεταφοράς φιλικών προς το περιβάλλον.
- Προώθηση της ομαδικής εργασίας και της συνεργασίας μεταξύ των συμμετεχόντων για τη συνέργεια διαφορετικών προοπτικών και τη δημιουργία καινοτόμων ιδεών που ανταποκρίνονται στις ανάγκες βιώσιμων μεταφορών.
- Κατανόηση της νοοτροπίας που επικεντρώνεται στις αρχές του βιώσιμου σχεδιασμού, δίνοντας έμφαση στην ενσωμάτωση ανανεώσιμων πόρων, στο ελάχιστο οικολογικό αποτύπωμα και στην αποτελεσματική χρήση του χώρου.
- Εκτιμώμενη διάρκεια: 2:20 ώρες

ΟΔΗΓΙΕΣ

Στάδιο 1 - Εισαγωγή στις βιώσιμες μεταφορές (15 λεπτά)

- Ξεκινήστε με μια συζήτηση που διασαφηνίζει την ύψιστη σημασία των βιώσιμων μεταφορών. Τονίστε τον καθοριστικό ρόλο της στον μετριασμό των περιβαλλοντικών επιπτώσεων, υπογραμμίζοντας παράλληλα την επιτακτική ανάγκη για καινοτόμες λύσεις.
- Εστιάστε στις περιβαλλοντικές επιπτώσεις των σημερινών πρακτικών μετακίνησης, προσφέροντας μια πειστική αιτιολογία για την πρόκληση του σχεδιασμού.

Στάδιο 2 - Ενημέρωση για την πρόκληση σχεδιασμού (20 λεπτά)

- Παρουσιάστε το θέμα της πρόκλησης σχεδιασμού: Δημιουργία μιας βιώσιμης μεταφορικής λύσης για τις αστικές μετακινήσεις με ελάχιστες περιβαλλοντικές επιπτώσεις.
- Περιγράψτε τις κατευθυντήριες γραμμές, δίνοντας έμφαση στην ενσωμάτωση ανανεώσιμων πηγών ενέργειας και στις χαμηλές εκπομπές ρύπων.

Κατευθυντήριες γραμμές:

- ο Μείωση των περιβαλλοντικών επιπτώσεων
- ο Ενσωμάτωση ανανεώσιμων πηγών ενέργειας
- ο Ελάχιστες εκπομπές αερίων
- ο Σχεδιασμός με αποδοτικότητα χώρου
- ο Προσβασιμότητα και συμμετοχικότητα
- ο Ενσωμάτωση με τις υπάρχουσες υποδομές
- ο Τεχνολογική καινοτομία

Στάδιο 3 - Σχεδιασμός και πρωτοτυποποίηση (60 λεπτά)

- Χωρίστε τους συμμετέχοντες σε μικρές ομάδες, διασφαλίζοντας την ποικιλομορφία και τη συνεργασία εντός των ομάδων.
- Παρέχετε υλικά σχεδιασμού και χώρο για τις ομάδες να κάνουν καταιγισμό ιδεών και να σχεδιάσουν τις λύσεις μεταφοράς τους.
- Ενθαρρύνετε τη χρήση ανακυκλώσιμων υλικών ή επαναχρησιμοποιημένων αντικειμένων για την κατασκευή πρωτοτύπων.
- Διευκολύνετε τις συζητήσεις και την ανταλλαγή ιδεών μεταξύ των συμμετεχόντων.

Στάδιο 4 - Παρουσίαση και αξιολόγηση (30 λεπτά)

- Κάθε ομάδα παρουσιάζει τη λύση μεταφοράς της. Ενθαρρύνετε τη σαφήνεια, τη δημιουργικότητα και την έμφαση στις πτυχές της βιωσιμότητας και τις πιθανές επιπτώσεις.

- Διευκολύνετε μια εποικοδομητική συνεδρία ανατροφοδότησης όπου οι συμμετέχοντες αξιολογούν τα σχέδια των άλλων ομάδων. Ενθαρρύνετε τις συζητήσεις, τις ιδέες και τη συνεργατική μάθηση.

Στάδιο 5 - Σύνοψη (15 λεπτά)

- Ανακεφαλαιώστε τα βασικά συμπεράσματα της συνεδρίας, τονίζοντας τη σημασία των βιώσιμων μεταφορών και των καινοτόμων λύσεων.
- Ενθαρρύνετε τους συμμετέχοντες να προβληματιστούν σχετικά με τις εμπειρίες τους κατά τη διάρκεια της πρόκλησης, τονίζοντας τι έμαθαν και πώς αυτό μπορεί να επηρεάσει την προσέγγισή τους στις επιλογές μεταφορών στο μέλλον.

ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΑ ΥΛΙΚΑ

- Χαρτί
- Μαρκαδόροι
- Χαρτόνι
- Ανακυκλώσιμο πλαστικό
- Σωλήνες από χαρτόνι
- Χρώματα
- Κόλλα

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 3 - ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ ΜΙΑΣ ΒΙΩΣΙΜΗΣ ΠΟΛΗΣ ΓΙΑ ΤΟ ΜΕΛΛΟΝ

ΕΠΙΣΚΟΠΗΣΗ

Αυτή η δραστηριότητα έχει ως στόχο να εμπλέξει τους συμμετέχοντες σε μια δημιουργική και διαδραστική εξερεύνηση των βιώσιμων και καθαρών μεταφορών για ένα πιο πράσινο μέλλον. Οι συμμετέχοντες θα αναλάβουν να σχεδιάσουν μια βιώσιμη πόλη, εστιάζοντας στον τομέα των μεταφορών, για να καταδείξουν πώς οι βιώσιμες και καθαρές μεταφορές μπορούν να συμβάλουν σε ένα πιο πράσινο μέλλον. Η δραστηριότητα θα αποτελέσει μια εισαγωγή στη σημασία των βιώσιμων μεταφορών για τη μείωση των εκπομπών διοξειδίου του άνθρακα, την προώθηση υγιέστερων κοινοτήτων και τη δημιουργία πιο ανθεκτικών πόλεων.

ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ ΣΤΟΧΟΙ

- Κατανόηση της σημασίας των βιώσιμων μεταφορών για τη μείωση των εκπομπών διοξειδίου του άνθρακα και την προώθηση ενός πιο πράσινου μέλλοντος.
- Απόκτηση γνώσεων σχετικά με τους διάφορους τρόπους βιώσιμων μεταφορών και τα οφέλη τους.
- Ανάπτυξη δημιουργικών και καινοτόμων λύσεων για τις βιώσιμες μεταφορές στο πλαίσιο της πόλης.
- Εκτιμώμενη διάρκεια: 2:15 ώρες

ΟΔΗΓΙΕΣ

Στάδιο 1 - Προετοιμασία (15 λεπτά)

- Χωρίστε τους συμμετέχοντες σε ομάδες των 3-4 μελών η καθεμία.
- Σε κάθε ομάδα θα δοθεί ένας χάρτης της πόλης και ένα σύνολο βιώσιμων επιλογών μεταφοράς (π.χ. ποδηλατόδρομοι, δημόσια συγκοινωνία, ηλεκτρικά οχήματα κ.λπ.).

Στάδιο 2 - Φάση σχεδιασμού αστικών βιώσιμων μεταφορών (1,5 ώρα)

- Οι ομάδες θα αναλάβουν να σχεδιάσουν ένα βιώσιμο σύστημα μεταφορών για την πόλη τους, λαμβάνοντας υπόψη παράγοντες όπως η πληθυσμιακή πυκνότητα, τα γεωγραφικά χαρακτηριστικά και οι υπάρχουσες υποδομές.

Στάδιο 3 - Παρουσίαση του αποτελέσματος (30 λεπτά)

- Κάθε ομάδα θα παρουσιάσει το σχεδιασμό της στους υπόλοιπους συμμετέχοντες, εξηγώντας το σκεπτικό των επιλογών τους και τον τρόπο με τον οποίο ο σχεδιασμός τους συμβάλλει σε ένα πιο πράσινο μέλλον.
- Μετά από όλες τις παρουσιάσεις, οι συμμετέχοντες θα ψηφίσουν τον πιο καινοτόμο και βιώσιμο σχεδιασμό μεταφορών.

ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΑ ΥΛΙΚΑ

- Χάρτης της πόλης
- Σύνολο βιώσιμων επιλογών μεταφοράς (π.χ. ποδηλατόδρομοι, δημόσια συγκοινωνία, ηλεκτρικά οχήματα κ.λπ.)
- Μαρκαδόροι ή στυλό για τη σχεδίαση του συστήματος μεταφορών
- Χαρτί για παρουσιάσεις
- Υλικό ψηφοφορίας (π.χ. αυτοκόλλητες σημειώσεις, κάρτες ψηφοφορίας)



Κοινοπραξία:



DISCLAIMER: Η παρούσα δημοσίευση αντικατοπτρίζει τις απόψεις μόνο του συγγραφέα και η Επιτροπή δεν ευθύνεται για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν [Αριθμός έργου: 2022-2-FR02-KA220-YOU-000099414]