



**FOSTER  
SOCIAL  
INCLUSION**

# **Wolontariat dla ochrony środowiska**

---

*Moduł treningowy*

Przy współpracy z SEEDS - SEE  
beyond borders

**SEEDS**  
VOLUNTEERING FOR ICELAND

*KA2 Partnerstwa Strategiczne na rzecz Edukacji Dorosłych - Wymiana Praktyk "Foster Social Inclusion: volunteering, social entrepreneurship and art for social inclusion  
Projekt 2019-1-PL01-KA204-065375*

---

# Opis modułu szkoleniowego

## Wolontariat dla ochrony środowiska

Międzynarodowy obóz wolontariacki skoncentrowany na podnoszeniu świadomości międzykulturowej i środowiskowej.

### Grupa docelowa:

Wolontariusze międzynarodowi (16+)

### Główny cel:

Wspieranie dialogu międzykulturowego przy jednoczesnym przyczynianiu się do ochrony środowiska.

### Cele szczegółowe:

- zwiększenie świadomości ekologicznej;
- ochrona islandzkiej przyrody;
- przeciwdziałanie globalnym zmianom klimatu i utracie różnorodności biologicznej;
- pobudzenie wymiany międzykulturowej;
- zwiększenie zrozumienia międzykulturowego;
- promowanie dialogu międzykulturowego.

Projekt *Environmentally Aware & Trash Hunting in Reykjavík* ma na celu zebranie ludzi z całego świata, z różnych środowisk i kultur, aby zjednoczyć się w celu ochrony środowiska.

**Grupa:** od 5 do 16 uczestników (max. 2 uczestników z tego samego kraju)

**Czas trwania:** 9 dni

**Trenerzy:** Obóz prowadzony jest przez przeszkolonych wolontariuszy długoterminowych ESC<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> Europejski Korpus Solidarności

## SZKOLENIE MA NA CELU ROZWÓJ KLUCZOWYCH UMIEJĘTNOŚCI

- Zrozumienie międzykulturowe
- Świadomość ekologiczna
- Kompetencje językowe
- Kompetencje osobiste, społeczne i w zakresie uczenia się

### METODOLOGIA

- Lodołamacze
- Energizery
- Praca grupowa
- Wykłady
- Dyskusja grupowa
- Team-building
- Zajęcia praktyczne

### WIEDZA

- Międzykulturowa nauka i dialog: grupa ludzi z całego świata zamieszka razem na okres 9 dni i będzie miała na celu dzielenie się swymi doświadczeniami i tożsamością kulturową.
- Kwestie środowiskowe: zanieczyszczenie plastikiem, wylesianie, nawyki konsumpcyjne, paliwa kopalne, wymieranie gatunków i inne.
- Społeczny wpływ na środowisko: warunki pracy przy produkcji na dużą skalę w krajach rozwijających się, zachowania indywidualne, fast fashion i inne.
- Rozwiązania ekologiczne: czysta i bierna energia, rolnictwo ekologiczne, produkty lokalne, Sprawiedliwy Handel (Fair Trade), świadomi konsumenci, aktywizm i inne.
- Kuchnia międzynarodowa: wymiana ojczyzstymi potrawami.
- Interakcje społeczne: posiłki, gry, energizery, zajęcia integracyjne, sesje oceny i informacji zwrotnej.
- Komunikacja w języku obcym.

# Wskazówki dla osób prowadzących

## JAK KOMUNIKOWAĆ SIĘ Z UCZESTNIKAMI OBOZU: WSKAZÓWKI DLA OSÓB PROWADZĄCYCH

### I. PODSTAWOWE ZASADY

- gotowość do adaptacji i improwizacji
- cierpliwość i empatia
- umiejętność sprawnej komunikacji
- pozytywny sposób myślenia, otwarty umysł

### II. ZADANIA OSÓB PROWADZĄCYCH

1. Znalezienie wspólnej płaszczyzny porozumienia z wszystkimi uczestnikami.
2. Dzielenie się wiedzą, osobistymi doświadczeniami i pomysłami dotyczącymi aspektów i problemów środowiskowych
3. Tworzenie przyjaznego środowiska do dyskusji.
4. Budowanie zaufania i ducha zespołu.
5. Rozwiązywanie problemów oraz ich zapobieganie.
6. Zarządzanie czasem (harmonogramy, równowaga między zajęciami i czasem wolnym dla dobrego samopoczucia wszystkich uczestników).
7. Stawianie jasnych wymagań oraz zachęcanie do pracy zespołowej (tworzenie kultury współpracy).

### III. EFEKTYWNE SZKOLENIE

- Celem obozu jest poszerzenie wiedzy na temat problemów środowiskowych oraz prowadzenie dialogu międzykulturowego.
- Prowadzący ma za zadanie objaśnić, jak działa system recyklingu w Islandii i w naszych gospodarstwach domowych, tak aby nabyć praktyczne doświadczenie.
- Przedstawi on również uczestnikom model zrównoważonego stylu życia i sprawi, by byli bardziej świadomi żywności i produktów, które spożywają (warsztaty DIY).

### IV. WZMACNIANIE UMIEJĘTNOŚCI SPOŁECZNYCH, WYKORZYSTYWANIE POTENCJAŁU GRUPY

- Lodołamacze – zabawy grupowe stworzą swobodną atmosferę wśród uczestników.
  - Podziel grupę na pary. Daj im 15 minut na rozmowę i przedstawienie się sobie nawzajem. Stwórz rundę, w której każda osoba przedstawia swoją parę-kolegę.
  - Gra w imiona: zbiierz grupę w kręgu i podaj pierwszej osobie wybraną przez siebie rzecz. Osoba trzymająca przedmiot musi powiedzieć swoje imię, nazwę przedmiotu, imię osoby, od której dostała przedmiot oraz imię osoby, której przekazuje przedmiot.
- Metoda Mandala – pomoże w zrozumieniu indywidualnych oczekiwań każdego uczestnika oraz w zebraniu ocen śródkresowych i końcowych i uzyskaniu informacji zwrotnej.

Poproś uczestników, aby określili, czego chcieliby się nauczyć podczas ćwiczeń:

- Co chcesz zyskać? Co chcesz zabrać ze sobą do domu?
  - Dlaczego interesuje Cię tematyka tego obozu?
  - Czego chcesz się nauczyć na tym obozie?
  - Czego oczekujesz od tego obozu? Co chciałbyś, by się wydarzyło, żeby według ciebie ten obóz zakończył się sukcesem?
  - Czego potrzebujesz, aby czuć się komfortowo podczas obozu?
- Wieczór międzynarodowy obejmie wspólną kolację w celu podzielenia się kulturą kulinarną

różnych krajów ojczystych oraz gry i występy muzyczne w celu budowania ducha zespołu i dzielenia się tradycjami kulturowymi.

- Istotnym będzie zorganizowanie 3/4 zespołów gotujących i sprzątających, które pomogą w budowaniu pracy zespołowej.

## Program szkolenia

*Świadomość ekologiczna i polowanie na śmieci w Reykjavíku*

### **Dzień 1 - Przyjazd. Wprowadzenie i oczekiwania**

#### **1. Kim jesteśmy?**

CEL: Zapoznanie grupy międzynarodowej z organizacją goszczącą. Wyjaśnienie historii, zakresu i celów organizacji.

#### **2. Kraj organizujący**

CEL: Przedstawienie kraju organizującego.

Prezentacja o Islandii: historia, geografia, geologia, fauna, zabawne fakty, porady społeczne, quizy i przydatne słownictwo w języku islandzkim.

#### **3. Zapoznanie się i przedstawienie oczekiwań**

CEL 1: Zapoznanie się z uczestnikami.

Zorganizuj gry, by grupa mogła się wzajemnie poznać.

CEL 2: Poznanie indywidualnych oczekiwań każdego z uczestników.

Metoda Mandali (dostępna w Salto).

### **Dzień 2 - Warsztaty, eksploracja i dyskusje**

CEL 1: Wyłożenie podstawowej wiedzy na temat ogólnych problemów i aspektów środowiskowych.

Warsztat 1 Prezentacja „Wprowadzenie do świadomości środowiskowej”.

CEL 2: Zwiedzanie miasta i odkrywanie głównych atrakcji.

Gra miejska obejmująca odnalezienie określonych miejsc na terenie stolicy oraz wprowadzenie do historii miasta.

CEL 3: Skoncentrowanie się na określonym temacie związanym z ochroną środowiska i podzielenie się osobistym doświadczeniem i pomysłami na ten temat.

Film dokumentalny + dyskusja grupowa.

### **Dzień 3 - Wolontariat i zwiedzanie muzeum**

CEL 1: Zapoznanie się z koncepcją minimalizmu.

Krótkie spojrzenie na to, dlaczego ten sposób życia może zaoferować ludziom lepsze życie, dzięki niewielkiemu wpływowi na środowisko.

CEL 2: Zastosowanie teorii w praktyce.

Zorganizowanie akcji sprzątania terenów nadmorskich lub miejskich, w celu bezpośredniego przyczynienia się do ochrony środowiska.

CEL 3: Edukacja na temat życia wielorybów i wpływu człowieka na ich egzystencję.

Wieloryby Islandii - zwiedzanie muzeum (opcjonalnie z audioprzewodnikiem).

CEL 4: Zapoznanie się z wytycznymi miasta, zachęcającymi do uprawiania sportów publicznych i zdrowego stylu życia.

Relaks w basenach lub gorących źródłach.

### **Dzień 4 - Przygoda i nawiązywanie kontaktów z mieszkańcami**

CEL 1: Odkrywanie islandzkiego krajobrazu, wulkanów, wodospadów i historycznych punktów widokowych.

Wycieczka do Złotego Kręgu.

CEL 2: Ocena śródkresowa.

Metoda Mandala (dostępna w Salto).

CEL 3: Uczestnictwo w lokalnym wydarzeniu w celu zapoznania się z tożsamością kulturową mieszkańców.

Wycieczka do kina lub udział w innym wydarzeniu lokalnym.

### **Dzień 5 - Gospodarka odpadami**

CEL 1: Pogłębienie wiedzy na temat gospodarki odpadami w Islandii za pomocą wykładów, prowadzonych przez lokalnych specjalistów.

Wizyta w SORPA - zwiedzanie Punktu Zbierania Odpadów.

CEL 2: Poszerzenie świadomości uczestników na temat recyklingu i metod gospodarowania odpadami oraz zapewnienie przestrzeni do badania tematu, którym są zainteresowani.

Czas na badania i warsztaty 3.

CEL 3: Dzielenie się osobistymi opiniami i pomysłami na wymianę międzykulturową.

Lokalne i globalne problemy środowiskowe - dyskusja grupowa.

### **Dzień 6 - Doświadczenie praktyczne**

CEL 1: Przedstawienie powodów, dla których Islandia jest pionierem w wykorzystaniu energii geotermalnej oraz sposobów, dzięki którym społeczeństwo poradziło sobie z przejściem z węgla i ropy na zasoby odnawialne.

Wycieczka z przewodnikiem po elektrowni geotermalnej Hellisheiði.

CEL 2: Oczyszczanie stoków narciarskich i terenu otoczonego pięknymi krajobrazami islandzkimi.

Zbieranie śmieci w Górach Błękitnych.

CEL 3: Skorzystanie z rzadkiej okazji do kąpieli w ciepłej rzece w jednym z naturalnych obszarów geotermalnych Islandii.

Wycieczka do Hot River Hike.



### **Dzień 7 - DIY - zrób to sam**

CEL 1: Dzielenie się wiedzą o tym, jak samodzielnie wykonać produkty higieniczne.

Warsztat robienia dezodorantu. Niezbędne narzędzia i składniki zapewnione zostaną dzięki SEEDS.

CEL 2: Doświadczenia wizualne połączone ze zbiórką śmieci.

Wizyta w Recycled House, połączona ze sprzątaniem terenu.

CEL 3: Wymiana kulturowa.

Wspólna kolacja połączona z dzieleniem się narodowymi potrawami, gram i muzyką.

### **Dzień 8 - Zwiedzanie**

CEL 1: Jednodniowa wycieczka brzegiem morza, mająca na celu ukazanie islandzkiego krajobrazu i przyrody.

Wycieczka na południowy brzeg.

CEL 2: Informacje zwrotne od uczestników i ocena końcowa.

Metoda Mandala (dostępna w Salto).

### **Dzień 9 - Wyjazd.**



Publikacja bezpłatna

Reykjavík, Islandia

Wrzesień 2020 r.

Wydawca: SEEDS - SEE beyonD borderS

e-mail: [projects@seeds.is](mailto:projects@seeds.is)

[www.seeds.is](http://www.seeds.is)

Tłumaczenie: Euro-Idea Fundacja Społeczno-Kulturalna



Volunteering for environmental purposes - Training module by [SEEDS Iceland](http://www.seeds.is) is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/).

Na podstawie pracy na <https://www.fostersocialinclusion.eu/>.



Erasmus+

Ten projekt został zrealizowany przy wsparciu finansowym Komisji Europejskiej. Niniejsza publikacja odzwierciedla jedynie stanowisko jej autora i Komisja Europejska / Narodowa Agencja nie ponosi odpowiedzialności za umieszczoną w niej zawartość merytoryczną.