

## Ateliere tematice

**3 SĂNĂTATE  
ȘI STARE DE BINE**



**6 APĂ CURATĂ  
ȘI IGIENĂ**



**Vocea mea contează! Tinerii- lideri ai schimbării în agenda 2030**

**Competiție de proiecte  
Elevi de serviciu în folosul comunității IV**

**Noi**  **orizonturi**  
pentru tineri și comunitate

 **impact**

**FOND** 



**Competiție de proiecte:** „Elevi de serviciu în folosul comunității IV” în cadrul proiectului „Vocea mea contează! Tinerii- liderii schimbării în Agenda 2030”

**Tematici ateliere:** (1) Sănătate și stare de bine și (2) Apă curată și igienă

**Autori:** Maria Butyka

## Cuprins

1. Obiective de învățare.....	pag 2
2. Context IMPACT și Obiectivele de Dezvoltare Durabilă.....	pag 3
3. Întâlnirea IMPACT Sănătate și Bunăstare (ODD3).....	pag 5
4. Întâlnirea IMPACT Apă curată și Igienă (ODD 6).....	pag 17



## Obiective de învățare

În prezentul document găsiți două modele de ateliere IMPACT. Fiecare dintre ele corespunde unui Obiectiv de Dezvoltare Durabilă și sunt asociate unor obiective de învățare specifice, fiind menționate inclusiv metodele educaționale folosite pentru atingerea obiectivelor. Activitățile propuse pentru fiecare atelier sunt estimate la o durată de 3 ore și pot fi implementate în 2 sau 3 întâlniri IMPACT (în funcție de nivelul grupului, dinamică, vârstă, etc.)

Denumire întâlnire	Obiective de învățare - cunoștințe	Obiective de învățare - abilități	Obiective de învățare - atitudini, valori	Metode
<b>Sănătate și bunăstare (ODD 3)</b>	(C) Să definească ce înseamnă dezvoltarea durabilă (C) Să plaseze rolul sănătății în contextul dezvoltării durabile (C) Să specifice cele patru domenii ale sănătății personale: fizic, mental, social și spiritual.	(A) Să reflecteze critic asupra importanței sănătății (A) Să reflecteze cu privire la faptele și cifrele privind sănătatea la nivel mondial și național (A) Să identifice cauzele și factorii care generează probleme de sănătate și bunăstare (A) Să identifice care sunt cele mai vulnerabile grupuri, în ceea ce privește problemele de sănătate la nivel local (A) Să identifice o problemă de sănătate /stare de bine și un grup-țintă pe care doresc să-l abordeze printr-un proiect IMPACT	(V) Să recunoască valoarea unei bune sănătăți și efectele sale asupra restului vieții. (recunoștință)	Prezentare Ciorchine Discuție facilitată Simulare Activitate artistică Exercițiu Lucru pe grupe
<b>Apă curată și salubritate (ODD 6)</b>	(C) Să definească ce înseamnă dezvoltarea sustenabilă (C) Să plaseze rolul apei în contextul dezvoltării durabile (apa ca o condiție fundamentală a vieții)	(A) Să reflecteze cu privire la faptele și cifrele privind apa și salubritate la nivel global (A) Să reflecteze critic asupra importanței calității și cantității apei, cauzele și consecințele reducerii și creșterii nivelului poluării apei (A) Să identifice care sunt cele mai vulnerabile grupuri-țintă, în ceea ce privește problemele de acces la apă sau utilizarea apei la nivel național și local (A) Să selecteze o problemă legată de apă și salubritate pe care doresc să o abordeze printr-un proiect IMPACT	(V) Să se simtă mai responsabili cu privire la utilizarea apei	Joc de spargere a gheții Lucru individual Discuție facilitată Bzzgroup Prezentare Concurs Lucru pe grupe Joc/poveste Lucru pe grupe Bzzgrup

## Context IMPACT și Obiectivele de Dezvoltare Durabilă

În 25 septembrie 2015, Adunarea Generală a Organizației Națiunilor Unite a adoptat Agenda 2030 care conține 17 Obiective de Dezvoltare Durabilă (ODD) ce descriu provocările majore ale dezvoltării planetei.

Scopul celor 17 ODD reprezintă strategia mondială de a asigura o viață durabilă, pașnică, prosperă și echitabilă pe pământ pentru toată lumea, în prezent și în viitor. Agenda 2030 pentru Dezvoltare Durabilă se adresează tuturor țărilor – de la Sudul Global la Nordul Global.

Toate țările care aderă la Agenda 2030 trebuie să-și alinieze propriile lor eforturi de dezvoltare cu scopul de promovare a prosperității, protejând în același timp planeta pentru a realiza o dezvoltare durabilă. Obiectivele de dezvoltare acoperă provocările globale care sunt cruciale pentru supraviețuirea umanității.

Fiecare poate să facă ceva în acest sens: de la organizații internaționale, guverne, organizații, grupuri informale (IMPACT) și cetățeni de rând.

### Cum ne asigurăm de atingerea acestor obiective? Prin educație și acțiune.

Anul acesta, Fundația Noi Orizonturi convoacă cluburile din Rețeaua Națională IMPACT să ia parte la cea mai mare inițiativă de dezvoltare sustenabilă a planetei, în care nimeni nu este lăsat în urmă. Încurajăm Rețeaua Națională a cluburilor IMPACT să își unească eforturile pentru a atinge cele 17 Obiective de Dezvoltare Durabilă propuse în **Agenda 2030 pentru dezvoltare durabilă**.

Deoarece Cluburile IMPACT și-au demonstrat deja capacitatea de a soluționa problemele în mod creativ și de a aduna comunitățile în jurul unei cauze, Fundația Noi Orizonturi va oferi cluburilor experimentate (care au cel puțin 2 ani vechime) contexte și oportunități pentru:

- ✓ a contribui pe cele 3 direcții ale sustenabilității - social, economic și mediu, prin lupta pentru eradicarea sărăciei, inegalităților de șanse și schimbarea climatului;
- ✓ a-și dezvolta aptitudini, valori și atitudini care să ducă la crearea unei societăți mai sustenabile și care să îi ajute să se adapteze la noile schimbări.

Astfel, prin proiectul **Vocea mea contează! Tinerii – lideri ai schimbării în agenda 2030, lansăm** competiția de proiecte “Elevi de serviciu în folosul comunității IV” prin care vă propunem să facem lumea mai bună îndreptându-ne proiectele de Service Learning către ameliorarea problemelor legate de: (1) **sănătate și stare de bine** și (2) **apă curată și igienă** -(Obiectivele 3 și 6).



Obiectivele de Dezvoltare Durabilă ale lumii până în 2030 sunt:



Mai multe detalii despre cele 17 Obiective de dezvoltare strategică, găsiți aici: <http://md.one.un.org/content/unct/moldova/ro/home/our-work/sdgs.html>

# ODD 3

Numele întâlnirii: **Sănătate și bunăstare**

Aria de învățare: **Cetățenie activă**

Modul IMPACT corespondent: **Sănătate**

**Scopul:** Elevii ar trebui să plece de la această întâlnire conștienți de importanța extraordinară a stării de bine și a unei sănătăți bune în contextul dezvoltării durabile a comunității și a lumii.

**Obiectivele de învățare (cunoștințe, abilități, atitudini/valori):**

La sfârșitul întâlnirii, membrii IMPACT vor fi capabili să:

- (C) definească ce înseamnă dezvoltarea durabilă;
- (C) plaseze rolul sănătății în contextul dezvoltării durabile;
- (A) reflecteze critic asupra importanței sănătății;
- (C) specifice cele patru domenii ale sănătății personale: fizică, mentală, socială și spirituală;
- (A) reflecteze cu privire la faptele și cifrele privind sănătatea la nivel mondial și național. Să identifice cauzele și factorii care generează probleme de sănătate și bunăstare;
- (A) identifice care sunt cele mai vulnerabile grupuri și regiuni în ceea ce privește problemele de sănătate la nivel local;
- (A) identifice o problemă de sănătate / stare de bine și un grup țintă pe care doresc să-l abordeze printr-un proiect IMPACT;
- (V) recunoască valoarea unei bune sănătăți și eficiențele sale asupra restului vieții (**recunoștință**).

**Concepte-cheie:**

- **Obicei:** a stabili o tendință sau o practică regulată, îndeosebi una la care este greu să renunți.
- **Sănătate:** starea de a fi sănătos din toate punctele de vedere (corp, minte și spirit), îndeosebi de a nu avea boli fizice, emoționale sau dureri.
- **Boală:** o stare care împiedică funcționarea normală a organismului ce se manifestă prin semne distincte.

**NOTĂ:** această întâlnire IMPACT durează aproximativ 3 ore. Ea poate fi facilitată în două-trei întâlniri în funcție de contextul local al clubului IMPACT.

**Planul întâlnirii:**

Activități	Metode	Timp necesar	Materiale
1. Bun venit și introducere	Prezentare	5 minute	
2. Evaluarea inițială		15 minute	
3. Probleme la nivel global	Ciorchine	10 minute	Foi de flipchart, markere



4. Cetățenie globală și dezvoltare durabilă	Discuție facilitată	15 minute	Foi, markere, pixuri, carioci
5. Obiectivele de Dezvoltare Durabilă	Prezentare	10 minute	Foi colorate, markere, Anexa Probleme în lume
6. Sneak Peek	Simulare	30 minute	Materiale pentru construit: 4 turnuri identice, sfoară/bandane, cronometru, mici obiecte pentru aruncat
7. Ce este sănătatea și bunăstare?	Discuție facilitată	15 minute	Hârtie, pixuri
8. De ce este importantă sănătatea și bunăstarea	Activitate artistică	20 minute	Fișe cu <i>Proverbe despre sănătate</i> , diverse ustensile pentru creație artistică (hârtie, lipici, bandă adezivă, markere, vopsea, foarfeci etc.)
9. Sănătate și bunăstare-probleme ale lumii	Exercițiu, prezentare	15 minute	Foi colorate, pixuri, markere
10. De ce are nevoie un om și o comunitate să fie sănătoasă?	Lucru pe grupe	30 minute	Foi, markere, foi de flipchart
11. Evaluare și încheiere		5 minute	Lista de prezență
Total timp estimat: 3 ore			

## Descrierea activităților:

### 1. Bun venit și introducere (5 minute)

*Notă: Acest timp îi ajută pe tineri să se simtă confortabil și pregătiți pentru întâlnire, dar și să înțeleagă ce așteptări pot avea de la timpul petrecut împreună.*

**Pregătire și facilitare:** aranjați scaunele în cerc. Pe măsură ce ajung tinerii, invitați-i să ocupe loc și să-și împărtășească din experiențele ultimei săptămâni. Bucurați-vă de acest timp împreună. Când membrii IMPACT au ajuns, prezentați în câteva minute titlul întâlnirii: „**Sănătate și bunăstare**”. Spuneți-le că astăzi vor parcurge această tematică cu scopul de a-i ajuta să înțeleagă în profunzime importanța sănătății și bunăstării în contextul dezvoltării durabile, scopul final fiind de a decide dacă vor construi un proiect pe această problematică.

### 2. Evaluare inițială (15 minute)

Scopul acestei activități este de a evalua cunoștințele participanților și anumite comportamente ale acestora vis-a-vis de problematica sănătății și stării de bine în contextul dezvoltării durabile.

**Pregătire și facilitare:** Asigurați-vă cu o zi înainte de atelier că elevii au telefoane cu acces la internet sau că aveți acces la laboratorul de informatică pentru această activitate. Rugați participanții să completeze chestionarul fără să discute cu ceilalți membri. Menționați că nu este un test sau un examen, nu se pun note și nu le afectează în niciun fel participarea la club. Formularul se poate accesa [AICI](#). Important este să aveți acces la internet. În cazul în care sunt elevi care nu au acces la un telefon smart, cereți formularul pentru varianta print, pe adresa de mail [lidia\\_bondiuc@noi-orizonturi.ro](mailto:lidia_bondiuc@noi-orizonturi.ro). Rugați participanții să



Își noteze obiectivele de dezvoltare personală deoarece vor reveni asupra lor. Este foarte importantă această etapă, deoarece se va relua la finalul atelierelor și după implementarea proiectului de Service Learning. Recomandăm ca liderii să testeze formularul înainte de a-l da spre completare membrilor, pentru a răspunde la neclarități.

### 3. Probleme la nivel global (10 minute)

*Scopul activității: această activitate își propune să stimuleze participanții să identifice care sunt problemele cu care ne confruntăm la nivel global. Identificarea acestor probleme la nivel global îi va ajuta pe participanți să înțeleagă mai târziu cum sănătatea și starea de bine contribuie la reducerea problemelor la nivel global.*

**Pregătirea și facilitarea activității:** pregătește o foaie de flipchart pe care să scrii titlul mare- **Lumea astăzi-Probleme globale**. Rugați participanții să se gândească la problemele lumii în care trăim, de care au auzit, pe care le cunosc sau le bănuiesc. După 1 minut de gândire, rugați participanții să împărtășească problemele pe care le cunosc. Aranjați pe flipchart problemele descrise de participanți ca un ciorchine în jurul titlului și menționați-le că pot să facă și legături de interdependență între ele.

La final puteți veni și voi ca facilitatori cu o listă orientativă cu probleme de la nivel global care să completeze lista lor precum:

- Sărăcie
- Foamete
- Conflicte- războaie
- Migrație
- Educație
- Inegalitate
- Acces la apă și servicii de salubritate
- Probleme de sănătate și stare de bine
- Muncă și acces la muncă
- Schimbări climatice
- Consum iresponsabil
- Probleme cu viața acvatică
- Probleme cu viața terestră
- Poluare, etc

După finalizarea ciorchinului, puteți face o sumarizare a acestora, după care rugați-i să vă spună: *Care din aceste probleme simt ei că le influențează viața de zi cu zi și cum?* Încercuțiți cu o altă culoare cele pe care le simt ei că le influențează viața de zi cu zi.

La finalul activității, încercuțiți cuvintele „**Sănătatea și Starea de Bine**” care este foarte probabil să fi apărut pe flipchart ca unul dintre elementele care îi afectează la nivel local, dar și la nivel global.

Menționați că în cadrul acestor ateliere ei vor lucra în special pe tematica „**Sănătății și Stării de bine**” cu scopul de a **deveni cetățeni locali și globali responsabili contribuind la reducerea problemelor globale de acest tip sau la prevenirea apariției acestora.**

### 4. Cetățeania globală și dezvoltarea durabilă (15 minute)

*Scopul activității: scopul activității este de a-i ajuta pe participanți să înțeleagă ce înseamnă dezvoltarea durabilă și ce face un cetățean pentru a contribui la dezvoltarea durabilă a lumii în care trăiește.*

**Pregătire și facilitare:** pe o altă foaie de flipchart scrieți „**dezvoltarea durabilă a lumii**”. Rugați participanții să se așeze în grupe de câte două persoane și să încerce să definească sau să deseneze într-un mod cât mai clar ceea ce înseamnă **dezvoltarea durabilă a lumii** și care ar fi caracteristicile dezvoltării durabile. Timpul de lucru este 5 minute. După 5 minute rugați participanții să-și prezinte desenele și să explice ce cred ei. După exprimarea cât mai multor idei faceți o punctare și o sumarizare a elementelor centrale care definesc dezvoltarea durabilă.

**Dezvoltarea durabilă** este despre:

- aprecierea minunățiilor existente pe pământ și a oamenilor de pe planetă
- a trăi într-o lume unde toți oamenii au acces la resurse, astfel încât să fie suficiente și pentru generațiile următoare
- a avea acces, a ne păsa, dar și a contribui la reinstaurarea stării de bine a planetei
- a respecta, a aprecia și a conserva realizările trecutului
- a crea împreună și a ne bucura de o lume mai sigură și mai echitabilă
- a deveni **cetățeni globali responsabili** care își exersează dreptul și reponsabilitățile lor la nivel local, național și global





După clarificarea definiției, întrebați participanții *Cum credeți că un simplu cetățean (în cazul nostru un membru IMPACT) poate deveni cetățean responsabil, care să contribuie la dezvoltarea durabilă a lumii?*

Adunați cât mai multe idei de la membri, după care, puteți completa cu ideile de mai jos acolo unde nu au fost menționate de membri.

### Cum putem deveni cetățeni responsabili de dezvoltarea durabilă a lumii la nivel local sau global?

- ✓ informându-ne mai mult despre starea planetei și a lumii: participând la formări, citind articole, cărți, manuale, vizionând documentare sau alte filme relevante, vorbind cu specialiști în domeniu, etc;
- ✓ fiind critici cu propriile decizii, comportamente, fiind deschiși la critica sau feedback-ul oamenilor de lângă ei, etc;
- ✓ făcând schimbări în propriile comportamente, acest lucru implică comportamente specifice ca: atenția la resursele pe care le folosesc, luarea de decizii mai responsabile cu privire la cumpărăturile făcute, reduceți consumul, aveți grijă de sănătate, reutilizați resursele existente, reparați obiectele existente, reciclați obiectele, semnați petiții, faceți proiecte de învățare prin serviciu în folosul comunității etc;
- ✓ reflectând mai mult cu privire la propriul rol în această lumea interconectată;
- ✓ inițiând conversații și stimulând gândirea critică pentru oamenii din jurul vostru pe problematici care ne afectează pe noi toți;

### 5. Obiectivele de dezvoltarea durabilă (10 min)

Scopul acestei prezentări este ca membrii IMPACT să conștientizeze că ceea ce fac ei în IMPACT contribuie și la îndeplinirea Obiectivelor de Dezvoltare Durabilă a lumii. Prezentați informațiile de mai jos membrilor IMPACT.

În 25 septembrie 2015, Adunarea Generală a Organizației Națiunilor Unite a adoptat Agenda 2030 care reprezintă 17 Obiective de Dezvoltare Durabilă (ODD) ce descriu provocările majore ale dezvoltării umanității.

Scopul celor 17 ODD este de a asigura o viață durabilă, pașnică, prosperă și echitabilă pe pământ pentru toată lumea, în prezent și în viitor. Agenda 2030 pentru Dezvoltare Durabilă se adresează tuturor țărilor – de la Sudul Global la Nordul Global. Toate țările care subscriu la Agenda 2030 trebuie să-și alinieze propriile lor eforturi de dezvoltare cu scopul de promovare a prosperității, protejând în același timp planeta pentru a realiza o dezvoltare durabilă.

Obiectivele acoperă provocările globale care sunt cruciale pentru supraviețuirea umanității. Fiecare poate să facă ceva în acest sens: de la organizații internaționale, guverne, organizații, grupuri informale (IMPACT), cetățeni. Obiectivele de Dezvoltare Durabilă ale lumii până în 2030 și după sunt: vezi [Anexa Probleme în lume](#).

În această competiție de proiect prin proiectele IMPACT ne propunem să contribuim prin intervenția noastră la **Obiectivul 3 – Sănătate și Bunăstare**.

#### Întrebări de procesare:

- Ce părere aveți despre aceste obiective?
- În ce fel credeți că noi ca și membri IMPACT am putea contribui la rezolvarea unei părți din provocările planetei pe care trăim?
- Care credeți că este rolul nostru în acest demers?



## 6. Sneak Peek<sup>2</sup> (30 de minute)

*Notă: Acesta este un joc de simulare, destinat să-i ajute pe membrii IMPACT să recunoască importanța unei sănătăți bune și căile prin care sănătatea le afectează restul vieții. E nevoie de cel puțin doi facilitatori pentru ca această activitate să se desfășoare bine.*

**Pregătirea:** Înainte de întâlnire, construiți o mică statuie din materialele pe care le aveți la îndemână (cuburi de construit pentru copii, spaghete și bezele, role de hârtie igienică sau orice altceva). Asigurați-vă că aveți suficiente materiale pentru a putea asambla trei seturi care conțin materiale identice cu cele folosite la construcția statuii. Statuia trebuie să fie suficient de complicată, încât să nu poată fi reconstruită foarte repede. Ascundeți statuia undeva în încăperea, ca membrii IMPACT să nu o vadă când sosesc.

**Facilitare:** Împărțiți-i pe participanți în trei echipe și trimiteți grupele formate în diferite părți ale încăperii. Explicați-le că sarcina lor este să construiască o replică identică a statuii ascunse. Distribuți-i fiecărui grup setul de materiale și cereți-le să aleagă câte un voluntar care să vină să studieze statuia. Voluntarii au 10 secunde să privească statuia și să se reîntoarcă la grupul lor. Apoi, timp de 25 de secunde, le vor descrie colegilor ceea ce au văzut. Fiecare grup va încerca să construiască statuia care le-a fost descrisă (fără ajutorul voluntarului care a văzut statuia). După un minut de construit, un alt voluntar poate veni să arunce o privire asupra modelului pentru încă 10 secunde, să se reîntoarcă la grup și să descrie în 25 de secunde ceea ce a văzut ș.a.m.d.. Șablonul se repetă atât cât este necesar, până ce unul dintre grupuri reușește să construiască modelul.

După ce au trecut trei minute, mergi la unul dintre grupuri și spune-le că le dai o „boală fizică”, reprezentată prin legarea unei mâini la spate în cazul tuturor membrilor grupului. Apoi, mergi la al doilea grup și spune-le că ei primesc o „boală mentală” care este reprezentată de extrastimulare – aruncarea de diverse obiecte moi înspre grup, vorbind cu voce tare despre diverse alte subiecte, pornind muzica lângă ei, dansând și, în general, distrăgându-le atenția. Unul dintre facilitatori trebuie să rămână cu acest grup până la încheierea jocului și încontinuu să-i distragă. Al treilea grup este lăsat „sănătos”. Jocul continuă, cu noi voluntari din fiecare grup care vin să privească pe furiș modelul la fiecare câteva minute, până ce unul dintre grupuri reușește să construiască o statuie identică.

Odată ce jocul este terminat și fiecare se reîntoarce la starea „normală”, adunați-vă în cerc și conduceți o discuție de recapitulare/debriefing folosind întrebările ulterioare.

### Întrebări de procesare/debriefing:

- Ce grup a terminat primul statuia?
- A fost dificil de creat o replică a statuii? De ce da sau de ce nu? Ce provocări a avut de înfruntat fiecare grup?
- Fiecare dintre voi a primit aceleași materiale la începutul jocului, nu? Atunci de ce credeți că rezultatele au fost atât de diferite între grupuri?
- (Pentru grupul cu mâna legată) Ce a stânjenit grupul vostru? În ce a constat impedimentul vostru? Credeți că aceasta a fost o reprezentare adecvată a bolii fizice? De ce da sau de ce nu? Cum v-a afectat ea capacitatea de a vă îndeplini sarcina?
- (Pentru grupul cu distrageri) Ce a stânjenit grupul vostru? Ce a reprezentat acest impediment? Credeți că a fost o reprezentare adecvată a bolii mentale? De ce da sau de ce nu? Cum a afectat aceasta capacitatea voastră de a vă îndeplini sarcina?
- (Pentru grupul care a rămas „sănătos”) Cum v-ați simțit când ați realizat că nimic nu vă putea afecta capacitatea de a construi statuia? Ce spune aceasta despre valoarea unei bune sănătăți?
- Ce ne învață acest joc despre sănătate și despre bunăstare? Ce este sănătatea și bunăstarea?
- Cum ne afectează boala sau sănătatea în viața reală? Puteți da exemple?
- De ce este atât de important să tratăm cu seriozitate sănătatea noastră și să încercăm să rămânem sănătoși, atât fizic, emoțional cât și mental?
- Care este acea activitate pe care o faceți cu plăcere în mod curent și pe care nu ați mai putea-o face dacă nu ați fi sănătoși?



## 7. Ce este sănătatea și bunăstarea? (15 de minute)

*Notă: aceasta este o scurtă prezentare despre sănătate și bunăstare, menită să clarifice subiectele introduse în activitatea precedentă. Atenție – aceste subiecte trebuie abordate cu delicatețe, cunoscând faptul că mulți dintre membri IMPACT au probabil membri ai familiei (sau poate ei înșiși) care se luptă cu lipsa sănătății din punct de vedere fizic, mental, emoțional/social sau spiritual. Prezentați-le aceste subiecte mai degrabă într-un mod optimist și lipsit de critică decât într-un mod critic sau stânenitor.*

**Pregătire și facilitare:** invitați-i pe participanți să găsească un partener sau să formeze un grup de trei persoane și dați-le fiecărui grup bucăți de hârtie și ustensile de scris. Cereți-le să scrie „sănătate și bunăstare” în partea superioară a paginii împreună cu cea mai bună definiție pentru acesta. Dați-le trei minute pentru această sarcină, apoi invitați-i pe câțiva voluntari să-și împărtășească definițiile. Dacă grupurile se blochează, ajutați-le, folosind definițiile de la începutul acestei întâlniri.

Apoi, sub cuvântul „sănătate”, rugați grupurile să delimiteze patru secțiuni separate pe hârtia lor. Cereți-le să denumească fiecare secțiune cu unul dintre cele patru tipuri de sănătate: fizică, mentală, socio-emoțională și spirituală. Explicați-le că aceste patru tipuri de sănătate sunt interconectate, dar profesioniștii din domeniul sănătății au dezvoltat câteva definiții. Citiți-le definițiile cu voce tare. În timp ce citiți, invitați-i pe membrii IMPACT să ia notițe sau să schițeze imagini pentru fiecare din cele patru categorii și, astfel, să-și consolideze înțelegerea.

- **Sănătatea fizică:** înseamnă nu doar absența bolii sau a infirmității, ci și prezența unei energii și a unei vitalități suficiente pentru a putea face față îndatoririlor zilnice și activităților recreative fără a deveni obosiți.
- **Sănătatea mentală:** cunoscută și ca sănătate psihologică, înseamnă absența dezordinii mentale și abilitatea creierului de a procesa informația, de a o stoca în memorie, de a o percepe și înțelege și de a rămâne concentrat pe o anumită sarcină.
- **Sănătate socială/emoțională:** reprezintă capacitatea de a comunica eficient cu alți oameni și cu mediul social înconjurător prin angajarea în relații personale sănătoase și prin exprimarea emoțiilor într-o manieră potrivită.
- **Sănătatea spirituală:** este capacitatea de a dezvolta natura spirituală la potențialul său deplin. Aceasta include capacitatea de a-i iubi pe alții, de a simți iubire, bucurie și pace și de a urma un scop în viață.

După ce ați prezentat aceste patru categorii, întrebați-i pe participanții dacă au mai auzit înainte despre ele și dacă se pot gândi la vreun exemplu de boli sau de tulburări care intră în aceste categorii. (Exemple: fizic – pneumonia sau malarie, mental – schizofrenia ori sindromul atenției deficitare, social/emoțional – tulburările depresive sau anxioase). Problemele sănătății spirituale nu sunt, de obicei, diagnosticate, dar pot contribui la o multitudine de alte probleme de sănătate mentală, emoțională și chiar fizică! Încheiați discuția, spunându-le că veți studia mai în profunzime fiecare din aceste categorii în viitoarele întâlniri IMPACT.

## 8. De ce este importantă sănătatea (20 de minute)

*Notă: această activitate îi ajută pe tineri să conștientizeze importanța unei bune sănătăți.*

**Pregătire:** decupează proverbele din [Anexa Proverbe despre sănătate](#). Poți adăuga proverbe despre sănătate sau zicători din propria cultură pentru a face activitatea și mai relevantă pentru membrii clubului!

**Facilitare:** invitați-i pe participanți să se asocieze în grupe de 2 sau 3 persoane și să aleagă la întâmplare din citatele date. Apoi, acordați-le 10 minute pentru ca fiecare grup să găsească o modalitate creativă de a-și prezenta proverbul și sensul lui, celorlalți din grup.

Furnizați-le instrumentele și încurajați-i pe membrii clubului să creeze postere, schițe sau poeme despre valoarea unui mod de viață sănătos. Când au terminat, cereți-i fiecărui grup să-și prezinte creațiile și apoi să-și afișeze lucrările pe un perete, ca un memento al modului „Sănătatea și bunăstarea”.



## 9. Sănătate și bunăstare- probleme ale lumii (15 minute)

(conform Sustainable Development Goals- Knowledge Platform- <https://sustainabledevelopment.un.org/sdg3>)

Scopul acestei activități este de a-i face pe participanți mai conștienți de provocările la adresa sănătății în lume conform Organizației Mondiale a Sănătății și a instituțiilor care urmăresc evoluția obiectivului sănătate și bunăstare în lume. Aceste informații le-ar putea fi utile în alegerea problematicii proiectului IMPACT cel mai relevant.

**Pregătire și facilitare:** menționați participanților că prin sală, în diferite locuri ați ascuns o serie de informații despre sănătate și bunăstare la nivel global. Împărțiți participanții în trei grupe. Fiecare grupă primește o altă culoare (galben, verde și roz). Fiecare grupă are ascunsă prin sală 5-6 bilețele cu informații relevante despre starea sănătății în lume (identificate cu culoarea echipei). La startul dat de facilitator echipele vor cauta cele 5 bilețele prin sală- corespunzătoare culorii echipei. După ce le-au găsit vor avea la dispoziție 10 minute să facă o prezentare a acestor informații pentru celelalte grupe astfel încât informația să-i impresioneze și să le rămână în minte colegilor lor. (**Anexa Probleme în lume**).

## 10. De ce are nevoie un om și o comunitate să fie sănătosă? (30 minute)

Scopul activității este de a-i stimula pe participanți să se gândească la elemente exacte ce țin de individ, dar și de comunitate, care pot asigura sau nu sănătatea sau starea de bine a individului sau a comunității.

**Pregătire și facilitare:** împărțiți participanții în 5 grupe. Fiecare grupă primește o sarcină.

**Grupul 1:** de ce are nevoie/ce trebuie să facă un om (oarecare) din comunitatea noastră să fie sănătos?

**Grupul 2:** ce îl determină pe un om din comunitatea noastră să nu fie sănătos?

**Grupul 3:** ce trebuie să aibă/cum să fie comunitatea noastră pentru a fi sănătoasă?

**Grupul 4:** ce are/sau nu are comunitatea noastră care o face mai puțin sănătoasă?

**Grupul 5:** care sunt grupurile de oameni din comunitate noastră care sunt predispuși la probleme de sănătate, și cam care sunt problemele de sănătate din comunitatea noastră?

Fiecare grup are la dispoziție 10 minute să se gândească la aceste elemente și primește 10 jumătăți de foi de hârtie pentru a scrie răspunsurile- câte un răspuns pe fiecare foaie de hârtie.

Se împarte spațiul de activități, pe podea, în 5 cadrane și în fiecare cadran se trece una din cele 5 întrebări.

După ce participanții au reflectat, își așază răspunsurile pe jos și le prezintă (încercați să implicați câți mai mulți membri ai grupului în prezentare). După ce fiecare grup prezintă, ceilalți au șansa să completeze și cu alte idei dacă nu au fost menționate.

La final, tot în cele 5 grupuri vor avea la dispoziție 5 minute să se uite pe podea la tot ce s-a menționat, să se gândească la comunitatea lor și să decidă care ar fi cele mai importante două probleme de sănătate și stare de bine care ar considera că ar merita abordate într-un proiect IMPACT în următoarea perioadă. *De exemplu, pot observa din cele prezentate și scrise pe podea că în comunitatea lor: oamenii au nevoie de un corp sănătos, dar că e o mare problemă cu obezitatea, din cauza lipsei de educație despre nutriție și/sau probleme emoționale, că nu există suficienți psihologi sau organizații în comunitate care să-i ajute pe cetățenii cu probleme de nutriție și cel mai expus grup țintă la acest lucru sunt adolescenții.*

Așadar, cele 5 grupuri vor analiza informațiile din cadrane, vor propune, vor discuta, vor analiza și vor alege doar 2 tematici și grupuri țintă pe grup pe care ar dori să le propună ca tematică pentru acest proiect IMPACT pe care încep să-l construiască. La final le prezintă și liderul trece pe un flipchart cele 10 nevoi/probleme alese de cele 5 grupuri.

**Notă:** pentru a vă potrivi cât mai bine pe **competiția de proiecte**, se vor prezenta în acest moment de către lideri ce tipuri sau idei de proiecte pot fi finanțate:

**Tipuri de proiecte pe sănătate și bunăstare:**

- De prevenție
- De intervenție și suport
- De prevenție și intervenție



- Educaționale
- Sociale
- Antreprenoriale, etc

**Proiectele pe problematica sănătății pot adresa una sau mai multe din următoarele tematici sau nevoii:**

- Sănătatea corpului: fitness, îmbătrânire, igienă, odihnă, prevenirea rănilor: cu bicicletă, în trafic, la școală, pe stradă, acasă, în spații publice, în contexte sociale
- Sănătate socio-emoțională și mentală: cultivarea încrederii de sine, managementul emoțiilor, managementul stresului, strategii de reziliență, etc
- Sănătate spirituală
- Sănătate de familie: roluri, sexualitate, parenting, ereditate, nou născuți
- Sănătate la școală/la locul de muncă : bullying, abuz, violență, relații etc
- Nutriție: mâncare sănătoasă, furnizori de mâncare, activitate fizică, dependențe- consecințe și moduri de intervenție
- Controlul greutății, gătit sănătos, consum responsabil, etc
- Sport și activitate fizică
- Siguranța pe internet
- Dezastre naturale care generează probleme de sănătate: epidemii
- Boli transmisibile
- Sărăcie și sănătate
- Probleme de sănătate generate de probleme de mediu: poluarea apei, a solului, a aerului
- Consum de substanțe toxice: alcool, tutun, droguri
- Proiecte de prevenție sau intervenție specifice pentru anumite tipuri de boli.
- Alte tematici care sunt cauze sau efecte ale unor provocări ce țin de sănătate sau starea de bine

Membrii IMPACT se vor uita dacă cele 10 idei propuse de ei se încadrează în una sau mai multe din tematicile de mai sus.

După ce se prezintă cele 10 idei, fiecare participant va avea dreptul la 2 voturi. Fiecare va veni și își va scrie numele în dreptul a două idei de pe flipchart. Primele 2 idei cu cele mai multe punctaje vor fi finalistele și se vor argumenta de către participanți, pentru a se pregăti de pasul următor.

Pentru întâlnirea următoare vor avea sarcină să afle cât mai multe despre cele două problematice alese din comunitatea lor. *De exemplu:* dacă e o problemă cu obezitatea, câți oameni se confruntă cu această problemă, care sunt cauzele, ce dificultăți întâmpină acești oameni, care sunt cele mai bune strategii pentru a preveni sau a lupta cu obezitatea, etc.

Se vor da aceste sarcini individual sau pe grupuri pentru a afla cât mai multe informații pe ambele idei alese.

## 11. Evaluare și încheiere (5 minute)

*Notă: încercați să creați o atmosferă pozitivă și stimulativă pentru săptămâna următoare!*

**Pregătire și facilitare:** pentru a încheia întâlnirea de azi și pentru a fi siguri că tinerii vor continua să aplice informațiile învățate în viețile lor, cereți-le să-și găsească un partener și să discute timp de 5 minute despre următoarele întrebări:

- Care este un obicei sănătos pe care îl ai (fizic, mental, social, sau spiritual)?
- Care este un obicei nesănătos pe care îl ai (fizic, mental, social, sau spiritual)?

După ce partenerii termină discuția, urmează pasul al doilea în evaluare pentru a verifica progresul elevilor. Vor fi aceleași întrebări ca la primul formular de evaluare. Formularul se poate accesa [AICI](#) (este important să folosiți exact acest formular).

**Pregătire și facilitare:** Asigurați-vă cu o zi înainte de atelier că elevii au telefoane cu acces la internet sau că aveți acces la laboratorul de informatică pentru această activitate. Rugați participanții să completeze chestionarul fără să discute cu ceilalți membri. Menționați că nu este un test sau un examen, nu se pun note și nu le afectează în nici un fel participarea la club. Important este să aveți acces la internet. În cazul în care sunt elevi care nu au acces la un telefon smart, cereți formularul pentru varianta print, pe adresa de mail [lidia\\_bondiuc@noi-orizonturi.ro](mailto:lidia_bondiuc@noi-orizonturi.ro). Rugați participanții să revină la obiectivele de dezvoltare personală pentru a-și evalua progresul. **Recomandăm ca liderii să testeze formularul înainte de a-l da spre completare membrilor, pentru a răspunde la neclarități.**

La final discutați toate detaliile administrative și anunțați-i când și unde va avea loc următoarea întâlnire când veți decide idea de proiect și veți planifica/scrie proiectul. **La următoarele întâlniri de planificare a proiectului, ghidați-vă după cele 9**



**Episoade din serialul realizat de Fundația Noi Orizonturi: Proiectul de serviciu în folosul comunității. Le găsiți gratuit, [AICI!](#)**

Mulțumiți-le participanților pentru prezența la această întâlnire și salutați-l călduros pe fiecare membru IMPACT la despărțire.

**NOTĂ:** dacă clubul vostru a ales să abordeze problematici legate de nutriție, activități fizice și sport, consum de droguri, socio-emoționale- pentru a înțelege mai bine aceste problematici puteți alege să facilitați și activități din întâlnirile IMPACT pe această tematică din Modulul Sănătate- Curriculum Cetățenie Activă.  
Intrați pe [www.noi-orizonturi.ro](http://www.noi-orizonturi.ro) la secțiune Resurse/Resurse IMPACT ([parola utile\\_club](#)).

**Bibliografie:**

- [1] Rashid, Tayyab and Canada Afroze Anjum. 2014. "Ways to Use VIA Character Strengths" *Values in Action*. Retrieved June 23, 2016 (<http://www.viacharacter.org/resources/ways-to-use-via-character-strengths/>).
- [2] Chowdhury, Rishi. 2009. "10 Quick and Easy Teambuilding Activities" Retrieved June 23, 2016 (<https://www.huddle.com/blog/team-building-activities/>).
- <https://sustainabledevelopment.un.org/sdg3>

**Anexe:**

1. *Proverbe despre sănătate*
2. *Obiectivele de Dezvoltare Durabilă*
3. *Probleme în lume*

Numele anexei	Numele întâlnirii	Numele modului
1.Obiectivele de Dezvoltare Durabilă	Sănătate și bunăstare	Sănătate

Obiectivele de Dezvoltare Durabilă ale lumii până în 2030 și după sunt:

1. **Fără sărăcie** - Eradicarea sărăciei în toate formele sale, pretutindeni
2. **Zero Foametei** - Eradicarea foametei, realizarea securității alimentare și a nutriției îmbunătățite și promovarea agriculturii sustenabile
3. **Sănătate și bunăstare** - Asigurarea unei vieți sănătoase și promovarea bunăstării pentru toți la toate vârstele
4. **Educație de calitate** - Asigurarea unei educații inclusive și echitabile de calitate și promovarea oportunităților de învățare pentru toți
5. **Egalitatea de gen** - Realizarea egalității de gen și împuternicirea tuturor femeilor și fetelor
6. **Apă curată și salubritate** - Asigurarea disponibilității și administrării sustenabile a apei și salubrității pentru toți
7. **Energie accesibilă și curată** - Asigurarea accesului la energie accesibilă, sigură, sustenabilă și curată pentru toți
8. **Muncă și creștere economică decentă** - Promovarea creșterii economice susținute, inclusivă și sustenabilă, angajare totală și productivă și muncă decentă pentru toți
9. **Industrie, inovație și infrastructură** - Construirea infrastructurii, promovarea industrializării inclusive și sustenabile și dezvoltarea inovației
10. **Inegalități reduse** - Reducerea inegalității în cadrul și între țări
11. **Orașe și comunități sustenabile** - Orașe și așezări umane inclusive, sigure, rezistente și sustenabile
12. **Consum și producție responsabile** - Asigurarea modelelor sustenabile de consum și producție
13. **Acțiuni asupra climei** - Întreprinderea de acțiuni urgente pentru combaterea modificării climatice și a impactelor sale
14. **Viața subacvatică** - Conservarea și folosirea sustenabilă a oceanelor, mărilor și resurselor marine pentru dezvoltarea sustenabilă



**15. Viața terestră** – Protejarea, refacerea, depozitarea și promovarea folosirii sustenabile a ecosistemelor terestre, administrarea sustenabilă a pădurilor, combaterea deșertificării, și oprirea degradării solurilor și refacerea acestora, oprirea pierderii biodiversității

**16. Pace, justiție și instituții puternice** - Promovarea societăților pașnice și inclusive pentru dezvoltare sustenabilă, asigurarea accesului la justiție pentru toți și clădirea instituțiilor eficiente, responsabile și inclusive, la toate nivelele

**17. Parteneriate pentru obiective** - Întărirea implementării și revitalizarea parteneriatului pentru dezvoltare sustenabilă

Numele anexei	Numele întâlnirii	Numele modului
2. Proverbe despre sănătate	O viață sănătoasă	Sănătate

### INSTRUCȚIUNI:

Decupează proverbele selectate în fâșii și distribuie-le (fiecarui grup câte unul) pentru discuții.

„Înainte să-i vindecii pe alții, vindecă-te pe tine.” (Proverb din Gambia)

„Dacă vrei să trăiești mult, deschide-ți inima.” (Proverb bulgăresc)

„Când inima este ușoară, trupul este sănătos.” (Proverb chinezesc)

„A-ți păstra trupul într-o bună sănătate este o datorie... altminteri, nu am fi capabili să ne păstrăm mintea puternică.” (Buddha)

„O sănătate bună este o adevărată comoară.” (Proverb italian)

„O sănătate bună nu este ceva ce putem cumpăra. Cu toate acestea, ea poate fi un cont de economii extrem de valoros.” (Anne Wilson Schaef)

„Sănătatea nu este prețuită până când nu apare boala.” (Dr. Thomas Fuller)

„Ai grijă de corpul tău. Este singurul pe care îl ai ca să trăiești.” (Jim Rohn)



„Un om care e prea ocupat să mai aibă grijă de sănătatea sa este ca un mecanic prea ocupat să mai aibă grijă de sculele lui.” (Necunoscut)

Numele anexei	Numele întâlnirii	Numele modului
3.Probleme în lume	Sănătate și bunăstare	Sănătate

### Progresele și provocările obiectivului în 2018. Știați că?

Mortalitatea infantilă a scăzut cu 20 de procente față de anul 2000, dar în 2015, 303.000 de femei au murit datorită complicațiilor în timpul nașterii.	Cu mult mai mulți oameni trăiesc o viață sănătoasă decât acum 12 ani. Dar fără niciun dubiu, un număr extrem de mare de oameni încă suferă de boli care pot fi prevenite și încă prea mulți sunt cei care mor prea devreme.	În perioada 2000-2016 numărul copiilor decedaților sub 5 ani a scăzut de la 9.9 milioane la 5.6 milioane, dar tot este un număr mare.
În 2018 adolescentele (15-19 ani) care au născut copii a scăzut la 44 de nașteri la 1000 de femei comparativ cu 56 de nașteri la 1000 de adolescente comparativ cu anul 2000.	Incidența HIV/SIDA a scăzut de la 0,40 la 0.26 per 1000 de oameni neinfecțați, însă rata este în continuare mare în rândul femeilor care sunt la vârsta reproductivă (care pot face copii).	Numărul cazurilor de malarie a crescut față de 2013.
Numărul cazurilor de tuberculoză a scăzut la 140 per 100.000 de locuitori față de 173 la 100.000 de locuitori în anul 2000.	Hepatita B a scăzut datorită vaccinurilor de la 4.7. la 1.3 la sută.	Numărul persoanelor care suferă de boli tropicale a scăzut de la 2 bilioane în 2010 la 1,5 bilioane în 2016.
Apa nepotabilă și igiena necorespunzătoare continuă să fie cel mai mare contributor la mortalitatea globală rezultând la 870.000 de morți în 2016 toate cauzate de diaree, malnutriție și infecții intestinale.	Peste 32 de milioane de oameni au murit în 2016 datorită bolilor cardiovasculare, cancer, diabet sau boli respiratorii. Probabilitatea decesului din aceste motive a fost de 18% în 2016 pentru oameni cu vârsta între 30 și 70 de ani.	În 2016 poluarea aerului a dus la decesul a peste 7 milioane de oameni în toată lumea.





<p>90% din țările mai puțin dezvoltate au mai puțin de un doctor la 1000 de locuitori și peste 60% au mai puțin de 3 asistente medicale la 1000 de locuitori.</p>	<p>Speranța de viață a crescut cu 5-7 ani comparativ cu anul 2000.</p>	<p>Cele mai frecvente cauze ale decesului în țările cu venituri medii (precum România) sunt-conform World Health Organization: Locul 1: Bolile de inimă,          Locul 2 : Bolile de plămâni,          Locul 3: Traheea, bolile în zona gâtului și a plămânului,          Locul 4: Alzeimer și demența,          Locul 5: Infecții respiratorii,          Locul 6: Diabet,          Locul 7: Accidente în circulație,          Locul 8: Cancer la ficat,          Locul 9: Cancer la stomac</p>
<p>În locurile în care oamenii nu au acces la apa potabilă sau condiții de salubritate corespunzătoare: diareea, infecțiile intestinale și tuberculoza ocupă primele locuri ca și cauze ale decesului.</p>		



# ODD 6

Numele întâlnirii: Apa curată și salubritate (igienă)

Aria de învățare: Cetățenie Activă

Modul IMPACT corespondent: Mediu

**Scopul întâlnirii:** membrii IMPACT ar trebui să plece de la această întâlnire conștienți de importanța extraordinară a protejării apei și asigurării igienei în contextul dezvoltării durabile a comunității și lumii.

## Obiective de învățare (Cunoștințe, Abilități, Atitudini și Valori)

La finalul acestei întâlniri, membrii vor fi capabili să:

- (C) Definească ce înseamnă dezvoltarea sustenabilă
- (C) Să plaseze rolul apei în contextul dezvoltării durabile (apa ca o condiție fundamentală a vieții)
- (A) Reflecteze cu privire la faptele și cifrele privind apa și salubritate la nivel global
- (A) Reflecteze critic asupra importanței calității și cantității apei, cauzele și consecințele reducerii și creșterii nivelului poluării apei
- (A) Să identifice care sunt cele mai vulnerabile grupuri țintă în ceea ce privesc problemele de acces la apa sau utilizarea apei la nivel național și local
- (A) Să selecteze o problemă legată de apă și salubritate pe care doresc să o abordeze printr-un proiect IMPACT
- (V) Se simtă mai responsabili cu privire la utilizarea apei

## Concepte-cheie

- **Apă vizibilă** se referă la apă pe care în mod concret o vedem, o atingem atunci când o folosim (la baie, la spălat vase, rufe, când gătim, etc.)
- **Apă invizibilă** se referă la apă pe care nu o vedem în mod concret în produsele pe care le utilizăm, însă ea a fost folosită în procesul de producție al acelor produse înainte să ajungă la noi.

**NOTĂ: această întâlnire IMPACT durează aproximativ 3 ore. Ea poate fi facilitată în două- trei întâlniri în funcție de contextul local al clubului IMPACT.**

## Planul întâlnirii

Activități	Metode utilizate	Timp	Materiale
Introducere cu apă de ploaie	Joc de sparghere a gheții	15 minute	
Evaluare inițială	Lucru individual	15 minute	
Probleme la nivel global	Discuție facilitată	10 minute	Foi de flipchart, markere
Cetățenie globală și dezvoltare durabilă	Bzz grup Discuție facilitată	15 minute	Foi de flipchart, markere, pixuri, foi
Obiectivele de dezvoltare durabilă	Prezentare	5 minute	Anexa
Ce știu despre apă	Concurs Lucru pe grupe	15 minute	Foi, pixuri, foi flipchart, markere, anexa



<b>Situația apei în lume</b>	Lucru pe grupe, Discuție facilitată, prezentare	30 minute	Foi, pixuri, anexe, decupaje
<b>Cine a murdărit apa</b>	Joc Poveste	35 minute	Cutii, foi, pixuri, scoth, markere, flipchart galeată, apă
<b>De ce avem nevoie?</b>	Lucru pe grupe	35 minute	Flipchart
<b>Încheiere</b>	Bzz group	5 minute	

Timpul total estimat: 3 ore

## Descrierea activităților

### 1. Introducere cu apă de ploaie (15 minute)

*Notă: Acest timp îi ajută pe tineri să se simtă confortabil și pregătiți pentru întâlnire, dar și să înțeleagă ce așteptări pot avea de la timpul petrecut împreună.*

Odată ce membrii IMPACT au ajuns, prezentați în câteva minute titlul întâlnirii: „Apă curată și igienă”. Spuneți-le că astăzi vor parcurge această tematică cu scopul de a-i ajuta în înțelegerea în profunzime a importanței apei și igienei/salubrității în contextul dezvoltării durabile, scopul final fiind de a decide dacă vor construi un proiect pe această problematică.

**Pregătire și facilitare:** Faceți un joc de energizare care să introducă participanții în tematică întâlnirii. Împărțiți participanții în grupe de maxim 7 persoane și faceți în fiecare grupă un cerc închis, persoanele stând umăr în umăr foarte aproape unul de celălalt. Pe rând, câte o persoană din grup intră în mijloc, închide ochii și își așază mâinile încrucișat pe piept pentru siguranță. Ceilalți participanți își poziționează degetele pe capul persoane din mijlocul cercului și îl ating. Încep doar cu buricele degetelor ca și cum i-ar picura apă de ploaie pe cap. Toți își imaginează că a venit ploaia și la *doi-trei-și* vor pune palmele pe capul persoanei și toți odată, ținând palmele lipite de corpul persoanei vor trage mâinile în jos pe corpul persoanei din mijloc ca și cum ar simula că plouă cu găleata pe el/ea. Pentru fiecare persoană se face această mișcare de 2 ori, după care vine o persoană în mijloc. Atenție să nu aibă cercei sau ceasuri de care s-ar zgâria când trag mâinile în jos. Dacă au, atunci e mai bine să le dea jos. La final discutați despre cum a fost să simtă apa ploii pe ei.

### 2. Evaluare inițială (10 minute)

Scopul acestei activități este de a evalua cunoștințele participanților și anumite comportamente ale acestora vis-a-vis de problematica apei și igienei în contextul dezvoltării durabile.

**Pregătire și facilitare:** Asigurați-vă cu o zi înainte de atelier că elevii au telefoane cu acces la internet sau că aveți acces la laboratorul de informatică pentru această activitate. Rugați participanții să completeze chestionarul fără să discute cu ceilalți membri. Menționați că nu este un test sau un examen, nu se pun note și nu le afectează în nici un fel participarea la club. Formularul se poate accesa [AICI](#). Important este să aveți acces la internet. În cazul în care sunt elevi care nu au acces la un telefon smart, cereți formularul pentru varianta print, pe adresa de mail [lidia\\_bondiuc@noi-orizonturi.ro](mailto:lidia_bondiuc@noi-orizonturi.ro). Rugați participanții să își noteze obiectivele de dezvoltare personală deoarece vor reveni asupra lor. Este foarte importantă această etapă deoarece se va relua la finalul atelierelor și după implementarea proiectului de Service Learning. **Recomandăm ca liderii să testeze formularul înainte de a-l da spre completare membrilor, pentru a răspunde la neclarități.**

### 3. Probleme la nivel global (10 minute)

*Scopul activității: această activitate își propune să stimuleze participanții să identifice care sunt problemele cu care ne confruntăm la nivel global. Identificarea acestor probleme la nivel global îi va ajuta pe participanți să înțeleagă mai târziu cum protejarea apei contribuie la reducerea problemelor la nivel global.*

**Pregătirea și facilitarea activității:** Pregătește o foaie de flipchart pe care să scrii titlul mare- **Lumea astăzi-Probleme globale**. Rugați participanții să se gândească la problemele lumii în care trăim - de care au auzit, pe care le



cunosc sau le bănuiesc. După 1 minut de gândit individual, rugați participanții să împărtășească problemele pe care le cunosc. Aranjați pe flipchart problemele descrise de participanți ca un ciorchine în jurul titlului și menționați-le că pot să facă și legături de interdependențe între ele.

La final puteți veni și voi ca facilitatori cu o listă orientativă cu Probleme la nivel global care să completeze lista lor precum:

- Sărăcie
- Foamete
- Conflicte- războaie
- Migrație
- Educație
- Inegalitate
- Acces la apă și servicii de salubritate și igienă
- Probleme de sănătate și stare de bine
- Muncă și acces la muncă
- Schimbări climatice
- Consum iresponsabili
- Probleme cu viața acvatică
- Probleme cu viața terestră
- Poluare, etc

După finalizarea ciorchinului, puteți face o sumarizare a acestora, după care rugați-i să vă spună: *Care dintre aceste probleme simt ei că le influențează viața de zi cu zi și cum?* Încercuți cu o altă culoare cele pe care simt ei că le influențează viața de zi cu zi.

La finalul activității, încercuți **Accesul la Apă și servicii de salubritate și igienă** care este foarte probabil să fi apărut pe flipchart ca unul dintre elementele care îi afectează la nivel local, dar și la nivel global.

Menționați că în cadrul acestor ateliere ei vor lucra în special pe tematica **Apă/ igienă/salubritate cu scopul de la deveni cetățeni locali și globali responsabili contribuind la reducerea problemelor globale de acest tip sau la prevenirea apariției acestora.**

#### 4. Cetățeania globală și dezvoltarea durabilă (15 minute)

*Scopul activității este de a-i ajuta pe participanți să înțeleagă ce înseamnă dezvoltarea durabilă și ce face un cetățean pentru a contribui la dezvoltarea durabilă a lumii în care trăiește.*

*Pregătire:* Pe o altă foaie de flipchart scrieți: *dezvoltarea durabilă a lumii*. Rugați participanții să se așeze în grupe de câte două persoane și să încerce să definească sau să deseneze într-un mod cât mai clar ceea ce înseamnă *dezvoltarea durabilă a lumii* și care ar fi caracteristicile dezvoltării durabile. Timpul de lucru este 5 minute. După 5 minute rugați-i să-și prezinte desenele și să explice ce cred ei. După exprimarea cât mai multor idei faceți o punctare și o sumarizare a elementelor centrale care definesc dezvoltarea durabilă.

**Dezvoltarea durabilă** este despre:

- Aprecierea minunățiilor existente pe pământ și a oamenilor de pe planetă
- A trăi într-o lume unde toți oamenii au acces la resurse, astfel încât să fie suficiente și pentru generațiile următoare
- A avea acces, a ne păsa, dar și a contribui la reinstaurarea stării de bine a planetei
- A respecta, aprecia și conserva realizările trecutului
- A crea împreună și a ne bucura de o lume mai sigură și mai echitabilă
- A deveni **cetățeni globali responsabili** care își exersează dreptul și responsabilitățile lor la nivel local, național și global

După clarificarea definiției, întrebați participanții- *Cum credeți că un simplu cetățean (în cazul nostru un membru IMPACT) poate deveni cetățean responsabil care să contribuie la dezvoltarea durabilă a lumii?*

Adunați cât mai multe idei de la membri, după care, puteți completa cu ideile de mai jos acolo unde nu au fost menționate de membri.

#### Cum putem deveni cetățeni responsabili în dezvoltarea durabilă a lumii la la nivel local sau global?

- ✓ Informându-ne mai mult despre starea planetei și a lumii: participând la formări, citind articole, cărți, manuale, vizionând documentare sau alte filme relevante, vorbind cu specialiști în domeniu, etc;



- ✓ Fiind critici cu propriile decizii, comportamente, fiind deschiși la critica sau feedback-ul oamenilor de lângă ei, etc;
- ✓ Făcând schimbări în propriile comportamente, acest lucru implicând comportamente specifice ca: fiind atent la resursele pe care le folosesc, luând decizii mai responsabile cu privire la cumpărăturile făcute, reducând consumul, având grijă de sănătate, reutilizând resursele existente, reparând obiectele existente, reciclând obiectele, semnând petiții, făcând proiecte de învățare prin serviciu în folosul comunității etc;
- ✓ Reflectând mai mult cu privire la propriul rol în această lumea interconectată;
- ✓ Inițiând conversații și stimulând gândirea critică pentru oamenii din jurul vostru pe problematici care ne afectează pe noi toți;

## 5. Obiectivele de dezvoltarea durabilă (5 min)

*Scopul acestei prezentări este ca membrii IMPACT să conștientizeze că ceea ce fac ei în IMPACT contribuie și la îndeplinirea Obiectivelor de Dezvoltare Durabilă a lumii. Prezențați informațiile de mai jos membrilor IMPACT.*

În 25 septembrie 2015, Adunarea Generală a Organizației Națiunilor Unite a adoptat Agenda 2030 care reprezintă 17 Obiective de Dezvoltare Durabilă (ODD) ce descriu provocările majore ale dezvoltării umanității.

Scopul celor 17 ODD este de a asigura o viață durabilă, pașnică, prosperă și echitabilă pe pământ pentru toată lumea, în prezent și în viitor. Agenda 2030 pentru Dezvoltare Durabilă se adresează tuturor țărilor – de la Sudul Global la Nordul Global.

Toate țările care subscriu la Agenda 2030 trebuie să-și alinieze propriile lor eforturi de dezvoltare cu scopul de promovare a prosperității, protejând în același timp planeta pentru a realiza o dezvoltare durabilă.

Obiectivele acoperă provocările globale care sunt cruciale pentru supraviețuirea umanității. Fiecare poată să facă ceva în acest sens de la organizații internaționale, guverne, organizații, grupuri informale (IMPACT), cetățeni.

Obiectivele de Dezvoltare Durabilă ale lumii până în 2030 și după sunt: vezi **Anexa Probleme** în lume.

În această primăvară prin IMPACT ne propunem să contribuim prin intervenția noastră la **obiectivul 6 – Apă curate și salubritate**.

### Întrebări de procesare:

- Ce părere aveți despre aceste obiective?
- În ce fel credeți că noi ca și membri IMPACT am putea contribui la a rezolva o parte din provocările planetei pe care trăim?
- Care credeți că este rolul nostru în acest demers?

## 6. Ce știi despre apă ( 15 minute)

*Scopul activității este de a introducele conceptul de apă și câteva informații relevante despre apă.*

**Pregătirea și facilitarea activității:** Explică participanților că în această sesiune veți discuta despre apă. Poți introduce contextul prin a adresa câteva întrebări legate de apă:

- Câtă apă beți pe zi?
- Cât de importantă e apa în viața voastră?
- Cât de mult puteți trăi fără apă?
- În prezent avem mai multă sau mai puțină apă în lume?



**Facilitarea activității:** mai departe anunțați un mic concurs. Formați repede grupe de cât 4 persoane și spuneți-le că au la dispoziție 4 minute să afle cât mai multe și mai interesante lucruri despre apă. După 4 minute au la dispoziție 1 minut să spună aceste lucruri. Scrieți pe flipchart pe scurt ceea ce știu sau au aflat despre apă la care mai adăugați informații din **Anexa Despe Apă**.

## 7. Situația apei în lume (30 minute)

*Scopul activității este de a crește gradul de conștientizare a membrilor IMPACT cu privire la provocările apei pe planetă.*

Poți introduce câteva statistici despre apă și întreabă-i pe membri dacă le știau dinainte și ce înseamnă acestea pentru ei. Ascunde informațiile decupate din **Anexa Situației apei în lume** (printate) prin cameră. Spune-le că au la dispoziție 3 minute să găsească cele 16 bilețele ascunse.

După ce le-au citit adresați următoarele întrebări:

- *Care concluzionați că ar fi principalele provocări cu apa și igiena în lume?* (resurse insuficiente de apă, poluarea apei, consumul iresponsabil de apă, lipsa unor sisteme de management al apei, lipsa accesului la spații de igienizare, igiena precară sau educația despre igienă precară, etc)
- *Ce sentimente sau gânduri aveți în legătură cu aceste informații aflate?*
- *Ce legătură vedeți între aceste probleme și consumul de apă din comunitățile voastre sau chiar cu consumul vostru personal?*
- *Ce tipuri de apă există?* Întreabă grupul dacă știu faptul că apă se clasifică în apă vizibilă și apă invizibilă (sau virtuală)? Sau consum de apă directă și consum de apă indirectă. Explică pe scurt conceptele (verifică site-urile de mai sus pentru informații mai aprofundate):

**Apă vizibilă** se referă la apa pe care în mod concret o vedem, o atingem atunci când o folosim (la baie, la spălat vase, rufe, când gătim, etc.). **Apa invizibilă** se referă la apa pe care nu o vedem în mod concret în produsele pe care le utilizăm, însă ea a fost folosită în procesul de producție al acelor produse înainte să ajungă la noi.

Poți exemplifica conceptul printr-un produs (poate fi sugerat de ei: cartof, masă, banană, etc...orice- alimentar sau nealimentar).

Roagă-i să se gândească la câte un produs, împărțiți membrii în 3 grupe de lucru la tot procesul de realizare al aceluși produs și să identifice momentele sau etapele în care este utilizată apa. Fii atent să nu îți scape nicio etapă din producție și transport. *De exemplu, pentru cafea:* plantarea, creșterea și îngrijirea tufișului, procesul de recoltare, curățarea boabelor, procesarea boabelor, îngrijirea uneltelor necesare în proces, ambalarea (mai multe ambalaje înseamnă mai multă apă utilizată), transport, curățarea, gătitul, etc.

În acest moment al discuției cu ei nu contează exact câtă apă este folosită în tot acest proces, ci este important ca elevii să înțeleagă procesul complex din spatele unui produs, ambalajul său și apa necesară în acest proces. Opțional poți să faci această analiză pentru 2 produse dacă simți că este necesar. Le poți scrie pe flipchart.

Pentru informare și conștientizare puteți să proiectați sau să spuneți informații despre câtă apă invizibilă se consumă pentru realizare anumitor produse (vezi Anexa Apa invizibilă).

### După ce au finalizat puteți să adresați următoarele întrebări:

- Ce părere aveți despre apa vizibilă și invizibilă?
- Ce vă surprinde cel mai mult?
- Cum vă simțiți în raport cu aceste informații?
- Ce puteți face voi personal legat de apa vizibilă și invizibilă? Cum ați putea folosi mai responsabil apa la voi acasă?
- Ce v-ar fi mai ușor să faceți de acum înainte? Ce ar fi cel mai greu?



- Cum ați putea să-i încurajați pe alții să folosească apa în mod responsabil? (reducere consumului acasă, alegerea produselor cu un consum mai redus de apă invizibilă).

### 8. Cine a murdărit apa! (35 minute)

*Scopul acestei activități este să creeze o stare de conștientizare în rândul participanților și să informeze despre sursele specifice de poluare a apei. Participanții vor deveni mai conștienți de rolul lor și a tuturor oamenilor în poluarea apei.*

Notă: această poveste interactivă va pune participanții în diferite roluri care au contribuit istoric în poluarea unui lac din România. Pe măsură ce povestea va fi citită de către lider, fiecare va vărsa materialul său poluant în apa lacului care în poveste va fi reprezentat de un lighean cu apă.

#### Materiale necesare:

- Un lighean sau o găleată curată cu apă curată și potabilă - care reprezintă lacul
- 15 dispozitive care reprezintă niște containere cu materiale poluante: pot fi cutiute din carton sau hârtie sau orice altceva care ar putea să reprezinte un material poluant
- Scotch de hartie
- Marker
- Un băț de amestecat
- Materiale poluante (dacă aveți), dacă nu, pot fi scrise măcar denumirile materialelor poluante pe o hârtie care se pune în cele 15 dispozitive

#### Pregătire:

Pregătește cele 15 dispozitive scriind pe fiecare sau lipind cu scotch de hartie următoarele roluri și materiale poluante aferente:

#### **ROLUL-----POLUATORUL**

Râul-----conține Nisip  
Iarbă uscată -----conține Iarbă uscată  
Crustacee-----conține scoici sparte  
Minunari-----conține scoici sparte  
Coloniști-----conține Gunoși organici  
Fermieri-----conține Pământ arabil  
Case-----conține hârtie igienică  
Pescari-----conține nailon de pescuit, plase de pescuit  
Cel care se plimbă cu bărcile-----conține Ambalaje de plastic  
Spălătorii-----conține Detergent de vase și haine  
Curățătorii-----conține Bicarbonat de Sodiu  
Turistii la plajă-----conține Hartie, Plastic, substanțe chimice din produse de igienă  
Cei care lucrează la fabrică-----conține Oțet  
Port-----conține Uleiuri diverse

Umple găleata cu apă și pune-o undeva la vedere. Distribuie cele 15 dispozitive cu rolul lor și conținutul de poluant (în mod real sau scris pe o hârtie). Dacă sunt mai mulți participanți pot să fie și două persoane cu un rol.

Explică-le participanților că ei vor deveni personaje într-o poveste și că tu vei spune o poveste. Când își vor auzi rolul vor trebui să vină în față și să arunce conținutul cutiei lui în găleată și să spună ce au aruncat înăuntru. După ce fiecare persoană și-a aruncat poluatorul în apă, învârtiți apa cu un băț și continuați să spuneți povestea. Povestea trebuie să fie citită destul de încet, permițând fiecărui participant să vină în față. Din când în când se repetă o serie de 3 întrebări lăsând câteva secunde ca grupul să răspundă.



**Poveste:**

A fost odată ca niciodată un teritoriu foarte frumos. Avea în apropierea sa un lac mare și frumos care se forma la capătul unui râu limpede de munte (arată spre găleată). Peștii, mulți, trăiau în apa lacului și pământul era acoperit de o pădure verde frumoasă. Și apa și pădurea era plină de viețuitoare.

*Ați vrea să înotați în apa lacului?  
Ai mânca pești din apa lacului?  
Ați merge într-o plimbare pe apa lacului?*

Un RÂU curgea în lac aducând sedimente și nisip cu el. (vine Râul și lasă nisipul și sedimentele). Iarba uscată creștea pe malul lacului. Aceasta se lăsa în lac și oferea mâncare pentru pești.

Crustacee creșteau în apele mici ale lacului.

Un grup mic de oameni locuiau pe pământul din apropiere. Au numit acest teritoriu Minunea. Oamenii de aici se numeau Minunari. Minunarii pescuiau pește și crustacee din lac, dar lăsașu și o parte din resturile de la pescuit pe marginea lacului. Chiar și acum mai găsim resturi de crustacee lângă lac.

*Ați vrea să înotați în apa lacului?  
Ai mânca pești din apa lacului?  
Ați merge într-o plimbare pe apa lacului?*

După mulți ani au venit niște Coloniști să locuiască și ei în Minunea. Ei au construit un oraș mai mare decât satul minunariilor. O parte din gunoiul din oraș era lăsat în râu sau în lac.

Pe măsură ce orașul creștea au folosit din ce în ce mai mult teren. Fermierii au tăiat din păduri ca să cultive pământ și astfel, fără copaci și iarbă uscată, ploaia a cărat pământ în lac distrugând malul.

*Ați vrea să înotați în apa lacului?  
Ai mânca pești din apa lacului?  
Ați merge într-o plimbare pe apa lacului?*

Tot mai multe și mai multe case au fost construite și Minunea s-a transformat în orașul Minunea Nouă. Au fost construite conducte să ia gunoiul din bucătării și băi. Toate aceste deșeuri se duceau în râu și lac. Și pentru că nu mai era iarbă ucată și copaci, toată poluarea de pe străzi se scurgea în lac.

Pescarii au descoperit că plasele din plastic erau mai rezistente decât cele din sfoară. Câteodată acestea se pierdeau în apă și peștii rămâneau blocați în ele sau le înghițeau.

Pescarii și alții care se plimbau cu barca aruncau gunoi peste bord.

*Ați vrea să înotați în apa lacului?  
Ați mânca pești din apa lacului?  
Ați merge într-o plimbare pe apa lacului?*

Minunea Nouă continua să crească. Orașul a început să amenajeze spălătorii. Detergentul de la hainele spălate se scurgea prin canalizarea în lac.

Oamenii care își curățau casele, foloseau substanțe/detergenți otrăvitori care iarăși se scurgeau prin canalizare în lac.

Chiar și cei care veneau să înoate la lac lăsașu gunoaie în jurul lacului.

Fabricile construite în jurul râului își deversau rezidurile chimice tot în lac, iar Minunea Nouă și-a construit un mic Port și din când în când mai deversau uleiuri în apă.

*Ați vrea să înotați în apa lacului?  
Ați mânca pește din apa lacului?  
Ați merge într-o plimbare pe apa lacului?*





### Întrebări de procesare:

- Cum vă simțiți acum?
- Cine a murdărit apa?
- Cine sunt cei mai afectați de apa poluată?
- Cine e responsabil să curețe apa?
- Care sunt principalele surse de poluare a apei?
- Care sunt efectele apei poluate?

### 9. De ce avem nevoie? (35 minute)

Scopul activității este de a-i stimula pe participanți să se gândească la elemente foarte concrete ce țin de individ, dar și de comunitate, care pot asigura sau nu accesul la apă curată și salubritate.

**Pregătire și facilitare:** Împărțiți participanții în 4 grupe. Fiecare grupă primește o sarcină.

**Grupul 1:** de ce are nevoie/ sau ce trebuie să facă un om (oarecare) din comunitatea noastră să aibă apă curată și acces la salubritate?

**Grupul 2:** care sunt factorii care ne permit să avem acces la apă curată și sănătate acum și în viitor?

**Grupul 3:** care sunt factorii care nu ne permit să avem acces la suficientă apă curată și salubritate acum și în viitor?

**Grupul 4:** care sunt grupurile de oameni din comunitatea noastră care întâmpină provocări cu apa și salubritatea?

Fiecare grup are la dispoziție 10 minute să se gândească la aceste elemente și primește 10 jumătăți de foi de hârtie pentru a scrie răspunsurile - câte un răspuns pe fiecare foaie de hârtie.

Se împarte spațiul de activități pe podea în 4 cadrane și în fiecare cadran se trece una din cele 4 întrebări.

După ce participanții au reflectat, își așază răspunsurile pe jos și le prezintă (încercați să implicați câți mai mulți membri ai grupului în prezentare). După ce fiecare grup prezintă, ceilalți au șansa să completeze și cu alte idei dacă nu au fost menționate.

La final, tot în cele 4 grupuri, vor avea la dispoziție 5 minute individual să se uite pe podea la tot ce s-a menționat, să se gândească la comunitatea lor și să decidă care ar fi cele mai importante două probleme cauzate de insuficiența de apă sau consum excesiv de apă, sau apa poluată sau orice altceva legat de apă, care ar considera ei că ar merita abordate într-un proiect IMPACT în următoarea perioadă. *De exemplu*, pot observa din cele prezentate și scrise pe podea că în comunitatea lor: un anumit grup de oameni consumă excesiv și iresponsabil apă și că un alt grup de oameni nu au suficientă apă și o igienă precară.

Așadar, în cele 4 grupuri vor analiza informațiile din cadrane, vor propune, vor discuta, vor analiza și vor alege doar 2 tematici și grupuri țintă per grup pe care ar dori să le propună ca tematică pentru acest proiect IMPACT pe care încep să-l construiască. La final le prezintă, și liderul trece pe un flipchart cele 8 nevoi/ probleme alese de cele 4 grupuri.

**Notă:** Pentru a ne potrivi cât mai tematicile competiției de proiecte, se vor prezenta în acest moment de către lideri ce tipuri sau idei de proiecte pot fi finanțate:

Tipuri de proiecte pe tematica apă și salubritate:

- De prevenție (informare, educare)
- De intervenție și suport
- De prevenție și intervenție

Proiectele pe problematica apei și salubrității pot adresa următoarele tematici sau nevoi:

- Îmbunătățirea administrării apei și salubrității în comunitate
- Poluarea apei
- Ciclul global al apei și distribuția apei
- Eficiența utilizării apei
- Accesul echitabil la apa potabilă
- Ecosisteme legate de apă
- Probleme legate de secetă sau inundații
- Colectarea apei, desalinizare, tratarea apei reziduale
- Drepturile omului la apă
- Apa virtuală



- Apa și inegalitatea
- Apa și sănătatea
- Apa și orașele
- Apa și energia
- Apa și securitatea alimentară
- Apa și schimbări climatice
- Apa și economia verde
- Apa și locuri de muncă
- Waterfootprint
- Monitorizarea calității apei
- Consumul responsabil de apă
- Altele în directă legătură cu apa și salubritatea

Membrii IMPACT se vor uita dacă cele 8 idei propuse de ei se încadrează în una sau mai multe din tematicile de mai sus.

După ce se prezintă cele 8 idei, fiecare participant va avea dreptul la 2 voturi. Fiecare va veni și își va scrie numele în dreptul a doar două idei de pe flipchart. Primele 2 idei cu cele mai multe punctaje vor fi finalistele și se vor argumenta de către participanți, pentru a vă pregăti de pasul următor.

Pentru întâlnirea următoare elevii vor avea sarcina să afle cât mai multe despre cele două problematice alese din comunitatea lor. *De exemplu: dacă e o problemă cu consum excesiv de apă - câți oameni fac asta, câtă apă consumă un om pe zi/săptămână, care sunt cauzele, ce dificultăți întâmpină acești oameni, care sunt cele mai bune strategii pentru a preveni sau a lupta cu această problemă. Dacă e o problemă de poluare, care e sursa poluării, cât de poluat e, care sunt cauzele poluării, cine sunt cei mai afectați oameni sau elemente de ecosistem, etc.*

Se vor da aceste sarcini individual sau pe grupuri pentru a afla cât mai multe informații pe ambele idei alese.

#### 11. Evaluare și încheiere (5 minute)

*Notă: Încercați să creați o atmosferă pozitivă și stimulativă pentru săptămâna următoare!*

*Pregătire și facilitare:* Pentru a încheia întâlnirea de azi și pentru a fi siguri că tinerii vor continua să aplice informațiile învățate, cereți-le să-și găsească un partener și să discute timp de 5 minute despre următoarele întrebări:

- Cât de multă apă consumi tu pe zi/ săptămână?
- Care sunt cele mai mari provocări ale tale și familiei tale privind salubritatea și gestionarea deșeurilor familiei tale?

După ce partenerii termină discuția, urmează pasul al doilea în evaluare pentru a verifica progresul elevilor. Vor fi aceleași întrebări ca la primul formular de evaluare. Formularul se poate accesa [AICI](#) (este important să folosiți exact acest formular).

**Pregătire și facilitare:** Asigurați-vă cu o zi înainte de atelier că elevii au telefoane cu acces la internet sau că aveți acces la laboratorul de informatică pentru această activitate. Rugați participanții să completeze chestionarul fără să discute cu ceilalți membri. Menționați că nu este un test sau un examen, nu se pun note și nu le afectează în niciun fel participarea la club. Important este să aveți acces la internet. În cazul în care sunt elevi care nu au acces la un telefon smart, cereți formularul pentru varianta print, pe adresa de mail [lidia\\_bondiuc@noi-orizonturi.ro](mailto:lidia_bondiuc@noi-orizonturi.ro). Rugați participanții să revină la obiectivele de dezvoltare personală pentru a verifica progresul. Este foarte importantă această etapă deoarece se va relua la finalul atelierelor și după implementarea proiectului de Service Learning. Recomandăm ca liderii să testeze formularul înainte de a-l da spre completare membrilor, pentru a răspunde la neclarități.

La final discutați toate detaliile administrative și anunțați-i când și unde va avea loc următoarea întâlnire când veți decide idea de proiect și veți planifica/scrie proiectul. **La următoarele întâlniri de planificare a proiectului, ghidați-vă după cele 9 Episoade din serialul realizat de Fundația Noi Orizonturi: Proiectul de serviciu în folosul comunității. Le găsiți gratuit, [AICI!](#)**

Mulțumiți-le participanților pentru prezența la această întâlnire și salutați-l călduros pe fiecare membru IMPACT la despărțire.

#### Bibliografie:

- <https://www.howtosmile.org/resource/smile-000-000-002-779> (Who dirted the water inspiration)
- <https://sustainabledevelopment.un.org/sdg3>
- <http://www.unwater.org> și <https://sustainabledevelopment.un.org/sdg6> (2019) <https://www.nrdc.org/stories/water-pollution-everything-you-need-know#whatis> (2019)
- <https://bunadimineata.ro/de-dimineata/10-lucruri-interesante-despre-apa/>
- <http://www.knowyourlifestyle.eu/>



- <http://waterfootprint.org/en/water-footprint/>
- <http://www.unwater.org>
- <https://sustainabledevelopment.un.org/sdg6>

#### Anexe:

1. Despre apă
2. Situația apei în lume
3. Apa invizibilă

Denumire anexă	Denumire întâlnire	Denumire modul
1.Despre apă	Apă curată și salubritate	Apă curată și salubritate

(sursa <https://bunadimineata.ro/de-dimineata/10-lucruri-interesante-despre-apa/>)

1. În organismul uman există apă în proporție de 70%.
2. Apa se găsește în proporție de 75% într-o banană și 95% într-o roșie.
3. În Finlanda se află cea mai pură apă de pe glob.
4. O persoană poate să trăiască aproximativ o lună fără mâncare, însă doar o săptămână fără apă.
5. Un om are nevoie, în medie, de 2.5 litri de apă.
6. Două treimi din apa utilizată într-o locuință este consumată la baie.
7. La spălarea manuală a vaselor consumăm cu 37% mai puțină apă decât prin folosirea mașinii de spălat vase.
8. Consumul de apă de toaletă poate fi redus cu 15-40% prin plasarea unei cărămizi în vasul de toaletă.
9. Apa caldă îngheață mai repede decât apa rece.
10. Cea mai mare parte din apa potabilă a planetei o putem găsi în ghețari.

#### Bonus

1. Planeta este acoperită de apă în proporție de 71%, din care mai puțin de 1% este apă potabilă sau dulce și poate fi consumată în starea ei naturală.
2. Consumul unui pahar de apă înainte de duș sau baie ajută la menținerea unui ritm cardiac sănătos.
3. Cea mai mare afacere din domeniul alimentar este reprezentată de apa îmbuteliată.
4. Apa dizolvă mai multe substanțe decât orice alt lichid.
5. Sunetul se propagă mai rapid prin apă decât prin aer.
6. Consumul suficient de apă previne apariția cariilor dentare.
7. Un copac oferă aproximativ 265 de litri de apă prin evaporare



Denumire anexă	Denumire întâlnire	Denumire modul
2.Situația apei în lume	Apă curată și salubritate	Mediu

- Prea mulți oameni încă nu au acces la resurse de apă și facilități de igienă sigure.
- Resursele restrânse de apă, indunațiile și provocările în a administra apa produc probleme la nivel de dezvoltare economică și socială.
- Creșterea utilizării eficiente a apei și managementul resurselor de apă sunt critice pentru a balansa competiția care va urma pe resurse de apa ale planetei în viitorul apropiat.
- În 2015, 29% în populația planetei ducea lipsă de resurse sigure de apă potabilă.
- În 2015, 61% din populația planetei nu avea acces la servicii de igienă sigure. În 2015, 892 de milioane de oameni practicau defecarea în spații deschise fără acces la igienă corespunzătoare (în natură, în spații publice, etc)
- În 2015, doar 27% din oamenii de pe planetă au acces la facilități de spălare a mâinilor după mersul la wc/ toaletă.
- Chiar și în țările în care oamenii au venituri medii și mari, doar 59% din populație au acces la apa tratată corespunzător pentru serviciile din casă.
- În 22 de țări din lume (în special din Africa de Nord și Asia Centrală și de Vest), nivelul de stres datorat lipsei de apă este de 70%, lucru care indică în viitor o mare problemă de acces la apă potabilă și pentru igienă.
- În 2018, din 157 de țări din lume care aveau un sistem integrat de management doar 48% din țări aveau acest sistem funcțional.
- În jur de 700 milioane de oameni în 43 de țări suferă de probleme cu apă.
- Utilizarea apei a crescut de două ori mai repede decât rata populației în ultimul secol.
- Până în 2025 aproape 2 miliarde de oameni vor trăi în țări și regiuni care suferă de lipsa apei, și 2/3 din populația lumii va trăi în condiții de stres în cea ce privește apă.
- 70% din apă extrasă merge în agricultură. Agricultură intensivă este cel mai mare poluator al apei.
- 80% din apa folosită de om acasă sau la locurile de muncă se întoarce în apă poluată, netratată.
- Apa netratată omoară anual mai mulți oameni decât toată războaiele sau conflictele toate la un loc de pe fața pământului.
- Până în 2050 nevoile de apă ale pământului vor crește cu o treime.
- 

\*informațiile sunt de pe site-ul UNWATER din 2014- <http://www.unwater.org> și <https://sustainabledevelopment.un.org/sdg6> (2019) <https://www.nrdc.org/stories/water-pollution-everything-you-need-know#whatis> (2019)



Denumire anexă	Denumire întâlnire	Denumire modul
3.Apa invizibilă	Apă curată și salubritate	

**INSTRUCIUNI:** Puteți oferi acest table participanților ca informare pentru a conștientiza cât de multă apă invizibilă se consumă.

#### Mâncare

1 kg pâine	1,300 litri
1 kg brânză	5,000 litri
1 ou	200 litri
1 kg zahăr	1,500 litri
100 g ciocolată	225 litri
1 portocală	50 litri
1 măr	58 litri
1 cană ceai	30 litri
1 cană cafea	168 litri
1 pahar de lapte	200 litri
1 kg banane	359 litri
1 kg căpșuni	276 litri
1 hamburger	2,400 litri
1 kg vită	15.500 litri
1 kg porc	4,.800 litri
1 kg pui	3.900 litri

#### Obiecte

1 kg hârtie normală	2.000 litri
1 kg hârtie reciclată	20 litri
1 calculator	20.000 litri



1 telefon mobil	3.000 litri
1 tricou	2.700 litri
1 pereche blugi	1.000 litri
1 pereche de pantofi piele	3.000 litri

Sursa:

<http://www.knowyourlifestyle.eu/>

<http://waterfootprint.org/en/water-footprint/>

<http://www.unwater.org>

<https://sustainabledevelopment.un.org/sdg6>

