

BRIDGEDALE



360

# Benvenuti a Bridgedale360 in lingua italiana!

Benvenuti a Bridgedale360 in lingua italiana, qui troverete 21 attività principali riguardanti il tema della sostenibilità. Per accedere alla lista completa delle attività proposte dal corso, fate riferimento alla versione in lingua inglese.

## Istruzioni

---

### Com'è strutturato il corso?

Effettua il login per accedere a Bridgedale360 in lingua italiana, dove troverai le 21 attività principali del corso. Cliccando sulla versione inglese del corso troverai, invece, la lista completa che comprende 80 attività.

### Come completare un'attività?

Per completare un'attività è necessario:

1. Un volta seguite le linee guida indicate nell'attività, inviare una riflessione personale per iscritto o un testo riassuntivo, in accordo a quanto richiesto; in alcuni casi è opportuno documentare il lavoro svolto anche per mezzo di fotografie. Occorre inoltre inviare le risposte alle domande presenti nella sezione "Riflessioni" alla fine di ogni attività, riassumendo il processo svolto e l'esperienza personale.
2. Consultare la presentazione di almeno uno dei partecipanti che abbia svolto la stessa attività e lasciare un feedback.

L'attività verrà automaticamente contrassegnata come completa non appena avrai finalizzato quanto sopra indicato.

### Come inviare un presentazione e/o un'immagine?

1. Trova e clicca sul pulsante "Aggiungi un argomento di discussione", alla fine di ogni attività.
2. Apri il modulo per la presentazione di lavori e foto. Scrivi la tua presentazione (sotto forma di riflessione scritta, riassunto dell'esperienza o altro tipo di testo, come richiesto dall'attività). Pensa ad una breve frase originale da inserire come "oggetto" - questa è l'unica parte inizialmente visibile agli altri studenti.
3. Seleziona la casella "Sottoscrizione della discussione", se desideri ricevere notifiche quando qualcuno invia un feedback al tuo post.
4. Carica una foto, quando richiesto, cliccando il simbolo nell'angolo in alto a sinistra.
5. La dimensione massima di upload è di 2 Mb. È possibile caricare 1 sola immagine per attività.
6. Nel caso in cui l'immagine superi i limiti massimi di dimensione puoi utilizzare un software di editing delle foto per ridimensionarla. È possibile utilizzare anche appositi strumenti on-line. Noi raccomandiamo:
  - a. per una singola immagine: <http://www.resize-photos.com/>
  - b. per ridimensionare più immagini allo stesso tempo: <http://birme.net/>
7. La larghezza dell'immagine raccomandata è di 1000 px.

8. Premere il tasto "Invia al forum". Troverete il tuo post in fondo l'attività.

### Come caricare un feedback?

1. Apri la presentazione di uno dei partecipanti.
2. Clicca sul pulsante "Rispondi" nell'angolo in basso a destra (sotto la foto, nel caso in cui sia stata caricata).
3. Scrivi il feedback seguendo le stesse istruzioni di invio della presentazione.

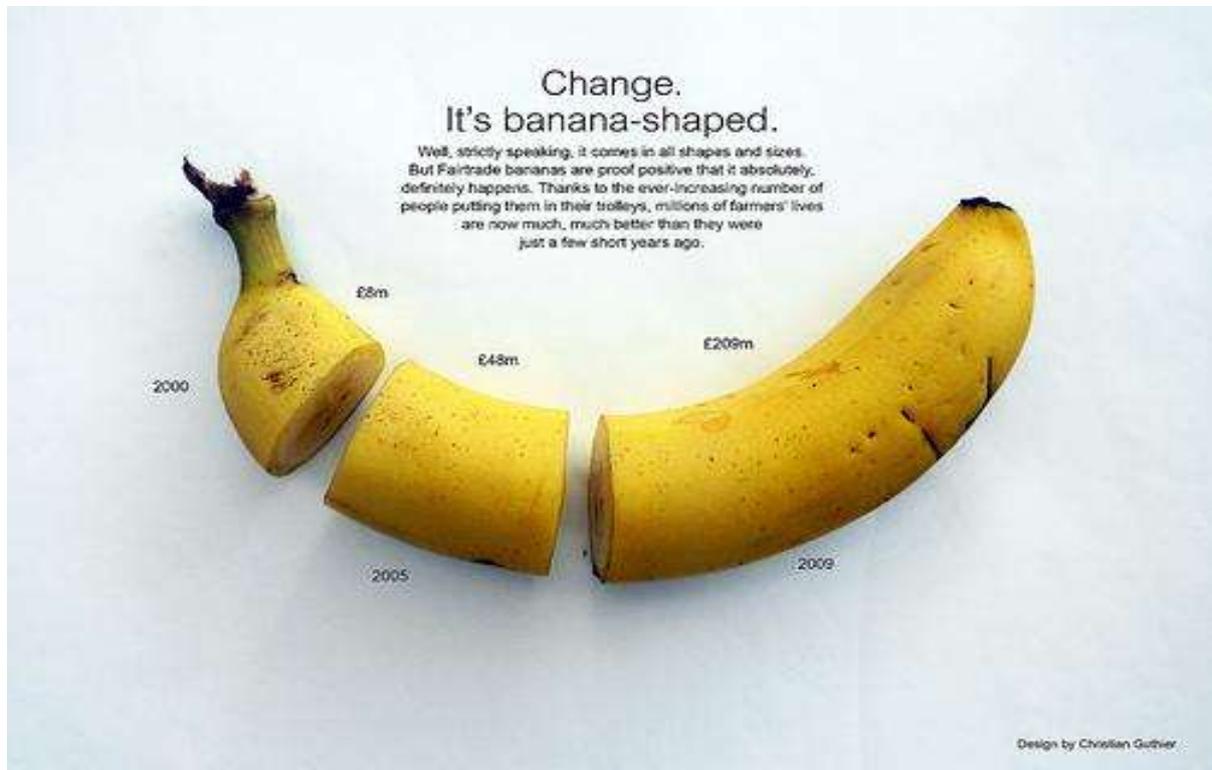
### Come completare il corso?

Per completare il corso e ricevere l'attestato di frequenza, è necessario completare le 21 attività principali. Poi vai alla pagina principale e premi questo tasto!

# Sommario

Benvenuti a Bridgedale360 in lingua italiana.....	2
Istruzioni .....	2
Sommario .....	4
Banana Split: come capire il Fair Trade.....	5
Il Negozio “prendi o porta”.....	8
Il gioco dei soldi .....	11
Disegna l’impresa sociale dei tuoi sogni.....	15
Come creare un cumulo di compost.....	19
Il bufalo .....	22
L’imprenditore della spazzatura .....	25
Misura la tua impronta idrica .....	27
Mini Ecosistema in bottiglia .....	28
Quanto è grande la tua impronta ecologica?.....	31
L’elezione sociocratica .....	33
Il potere delle donne!.....	36
Solidarietà, no carità! .....	39
Come interagire con i governi (locali) .....	42
Abbracciando le nostre ombre .....	45
Il cerchio .....	48
Il consiglio di tutti gli esseri.....	51
L’escursione.....	54
L’arte collettiva .....	57
Giocando con i sistemi .....	60
La Missione.....	63

# Banana Split: come capire il Fair Trade



[flickr photo](#) shared by [allispossible.org.uk](http://allispossible.org.uk) under a [Creative Commons \( BY-NC \) license](#)

## Introduzione

Il dogma dell'attuale meccanismo consumista, incentrato sulla crescita, afferma: "Il cliente ha sempre ragione!". I consumatori sanno ciò che vogliono e possono fare le proprie scelte, almeno così si dice. In realtà i consumatori sono esposti a una miriade di possibilità differenti: cosa succederebbe se il consumatore fosse bendato e scegliesse basandosi solo sul rapporto qualità-prezzo?

Una delle possibilità sarebbe, ad esempio, che comprerebbe senza esitare prodotti alimentari importati perché risultano molto più economici del cibo locale.

Il consumatore non ha la più pallida idea di chi produca il cibo che arriva sulla sua tavola, i produttori sono dei "fantasmi" dei quali non si sa nulla: non siamo a conoscenza del trattamento che essi hanno ricevuto durante il processo produttivo, ad esempio, o durante il rifornimento delle materie prime, se siano stati esposti a sostanze chimiche, se abbiano ricevuto o meno un salario adeguato etc.

Attraverso i prodotti alimentari che acquistiamo entriamo in relazione con tantissime altre persone, in ogni parte del mondo. Molti articoli venduti nei nostri supermercati sono stati realizzati con materie prime importate dal sud del mondo, e molti dei lavoratori che hanno prodotto queste materie prime non hanno ricevuto un salario dignitoso. Immaginate se ci fosse un modo per garantire davvero che i prodotti alimentari che acquistiamo provengano dal lavoro di persone sane e felici, che guadagnano abbastanza per assicurarsi degli standard di vita quantomeno accettabili. Questo è esattamente l'obiettivo del commercio equo-solidale: una maggiore uguaglianza dei diritti dei lavoratori a livello internazionale. Questa attività fornisce una panoramica sulla produzione delle banane e mette in luce la suddivisione del profitto tra i diversi attori che partecipano alla catena produttiva.

# Tipo di attività

Gruppo / esperienziale

## Durata

Da 30 a 45 minuti

## Risultati dell'apprendimento

- Comprendere il funzionamento della catena produttiva alimentare e la relativa distribuzione dei profitti
- Riflettere sulla responsabilità individuale dei consumatori riguardo la possibilità di influire positivamente sulla situazione attuale

## Istruzioni

### **Materiali e strumenti richiesti:**

- 6 banane, una per ciascun gruppo della catena alimentare (5 in totale) e una per la dimostrazione finale
- 5 coltelli, uno per ciascun gruppo
- Schede con la descrizione dei ruoli (opzionali)

### **Istruzioni dettagliate:**

1. Spiegate al gruppo che il gioco consiste nell'individuare il percorso che una banana deve tracciare per arrivare al consumatore finale – dalla produzione in America Latina alla vendita al dettaglio presso un supermercato.
2. Dividete il gruppo in 5 sottogruppi che rappresentino i diversi anelli della catena alimentare (l'operaio, il proprietario della piantagione, lo spedizioniere, l'importatore / grossista e il dettagliante). Fornite le istruzioni circa le responsabilità di ciascun gruppo all'interno della catena produttiva ed i relativi costi che dovrà sostenere. È possibile creare delle schede dettagliate su ciascun ruolo; nel materiale aggiuntivo (disponibile solo in lingua inglese) potrete trovare indicazioni utili per approfondire ciascun ruolo. Ogni gruppo deve analizzare il proprio ruolo e ciò che esso comporta, durante i 5 minuti assegnati. Chiedete a ciascun gruppo di pensare ai costi associati, ad esempio per i diversi lavoratori del settore: quante ore di lavoro investe quotidianamente l'operaio di una piantagione? Quanto denaro spende il proprietario della piantagione in pesticidi e fertilizzanti? Quanto spende l'importatore per il trasporto o le tasse sulla licenza di importazione? E quanto investe lo spedizioniere in una nave cargo utilizzata per il trasporto delle banane? Quali altri costi i supermercati (o altri rivenditori) devono sostenere oltre al costo del personale?
3. Chiedete ai partecipanti di immaginare che una banana costi 30 centesimi. Chiedete quindi a ciascun membro del gruppo di valutare la quantità di denaro che avrebbe incassato da ciascuna banana venduta. Date loro 5 minuti per discutere su questo tema e preparare il proprio resoconto, tenendo conto di tutto il lavoro e di tutte le risorse che tale ruolo necessita.
4. Ogni gruppo riceve una banana dalla quale dovrà tagliare il pezzo che rappresenta la propria parte, cioè quello che pensano sia giusto ricevere per il proprio ruolo. Formate poi una nuova "banana" con i pezzi apportati da ciascun gruppo (molto probabilmente sarà 2-3 volte più lunga del normale).
5. Ogni gruppo presenterà quindi le argomentazioni che hanno portato a stabilire la propria "porzione" di banana e la discussione probabilmente condurrà a definire un prezzo finale superiore a 30 centesimi. Seguiranno poi i negoziati nel tentativo di

raggiungere la somma di 30 centesimi. I negoziati possono richiedere fino a 15 minuti a seconda delle ragioni apportate da ciascun gruppo.

6. Alla fine rivelate quanto realmente ottiene ciascun anello della catena dalla banana venduta a 30 centesimi, e affettate una nuova banana per illustrare la reale ripartizione (lavoratore della piantagione 1 centesimo, proprietario della piantagione 6 centesimi, spedizioniere 4,5 centesimi, importatore/grossista 8,5 centesimi e rivenditore/supermercato 10 centesimi).

## File di supporto

[Risorse](#) che hanno ispirato questa attività.

## Risorse

- <http://www.rgs.org/OurWork/Schools/Teaching+resources/Key+Stage+3+resources/You+are+what+you+eat/Importing+and+exporting+food+case+study+kenya.htm>
- <http://www.globalexchange.org/fairtrade/fag>
- <http://www.fairtrade.org.uk/products.htm>

## Riflessioni

- Perché dei gruppi ricevono più benefici di altri, vi sembra di essere di fronte ad una situazione di equità?
- Chi avrebbe il potere di cambiare le cose in meglio?
- Confrontatevi sul concetto di divisione equa della ricchezza - Come possiamo contribuire a tutelare i diritti dei lavoratori nel mondo?

## Istruzioni per l'invio

Invia nella piattaforma di Moodle un breve resoconto circa la reazione dei ragazzi nei confronti di questo gioco: sono rimasti sorpresi dal fatto che ai lavoratori vada una porzione così ridotta? Sono aperti a conoscere e sostenere il fair trade? Le istruzioni su come caricare i file e presentare i propri lavori in Moodle potete trovarle [qui](#).

## Istruzioni per la valutazione

Fornire dei feedback ad almeno uno dei partecipanti tra quelli che hanno svolto questa attività. Le istruzioni su come fornire un feedback potete trovarle [qui](#).

## Autori

Creative Commons - ySI4R Content Team (Adattato da un gioco inizialmente pubblicato da Christian Aid)

# Il Negozio “prendi o porta”



[flickr photo](#) shared by [Vanessa Marie Hernandez](#) under a [Creative Commons \( BY-NC \) license](#)

## Introduzione

E' tempo di diventare un negoziante! Sì, si può fare!

L'intenzione è quella di creare il negozio dei sogni di tutti - un negozio dove tutto è gratis. Beh, quasi gratis .. Probabilmente non sarà uno di quei negozi dove troverai l'ultimo modello di gadget elettronici, ma molto probabilmente alcune vecchie edizioni. E questo negozio non potrà essere aperto 24 ore su 24, 7 giorni su 7; gli orari di apertura dipenderanno interamente da voi e da come voi volete progettare il vostro negozio.

Il negozio libero è un luogo dove tutti sono invitati a portare prodotti in buono stato per dare un dono agli altri. è dunque aperto a tutti coloro che hanno voglia di portare a casa questi doni. Ci può essere una scatola per le donazioni, poiché la manutenzione del negozio di solito comporta un certo lavoro e ci sono le spese di affitto e elettricità, che in certi luoghi sono più gravose.

Divertiamoci ad avviare un piccolo con la creazione di uno spazio per lo scambio di cose di cui abbiamo più o meno necessità. Forse questo semplice esperimento vi renderà famosi in ambito locale - preparatevi per un mondo di sorprese!

## Tipo di attività

Individuale o di gruppo / esperienziale

## Durata

1 giorno a stabilire, molti giorni per la manutenzione, 1 mese per l'osservazione.

## Risultati di apprendimento

- Conoscere il concetto di negozi liberi riproducendoli
- Sperimentare l'economia del dono
- Capire le possibilità di condivisione locale nella tua zona

## Istruzioni

### **Materiali richiesti e strumenti:**

- Vari strumenti e materiali per creare uno spazio per il tuo negozio gratuito

### **Istruzioni dettagliate:**

1. Trovate una posizione che sia facilmente raggiungibile per molte persone nella vostra zona. Una buona posizione è sicuramente quella in cui molte persone, compreso te stesso, passano la loro routine quotidiana. Il vostro cortile, ad esempio, potrebbe essere un buon luogo, come qualsiasi altro!
2. Progettate e costruite un luogo di deposito attraente. Potrebbe essere un mobile, un carro coperto, tavolo, ecc. Noi in realtà non ci aspettiamo di costruire un negozio, ma di avere uno spazio designato, che può essere completamente improvvisato; ciò che conta è che le persone sappiano di poter lasciare e prendere roba.
3. Fate la pubblicità necessaria su dei siti web e nella zona circostante. Ricordatevi di spiegare i principi fondamentali del negozio, per esempio che si tratta di condivisione, di riciclo e di cura! Ravvivate le informazioni con slogan intriganti oppure con citazioni.
4. Mettete almeno una parte dei vostri beni nel negozio. Potrete trovarli pulendo la vostra stanza, casa, garage, etc.
5. Invitate la gente a visitare, a lasciare roba per ricevere regali. Iniziate con i vostri amici e utilizzate i social media e/o le bacheche locali per ricordare alla gente di questa opportunità. Ci vorranno un paio di settimane per vedere i risultati di questa idea - dovete essere pazienti.

## Risorse

- Guida dettagliata su come creare il tuo negozio gratuito in Shareables <http://www.shareable.net/blog/how-to-start-your-own-free-store>
- Il sito web dei media dei negozi liberi. Un progetto di prima Transition Town di Pennsylvania <http://www.mediafreestore.com/>

## Riflessioni

Fare la riflessione dopo 1 mese di apertura del negozio gratuito!

- Come sta andando il negozio gratuito in questo momento?
- Quali sfide avete affrontato?
- Vedete i benefici di scambio di cose che non servono con altre persone che potrebbero averne bisogno?
- Qual è stata l'impressione della gente del posto?
- Riflettere sui benefici sul piano economico, ecologico e sociale:
- Hai stretto nuovi contatti/amicizie?
- sei riuscita/o a risparmiare qualche soldo?
- Pensi di aver ridotto l'impronta ecologica?

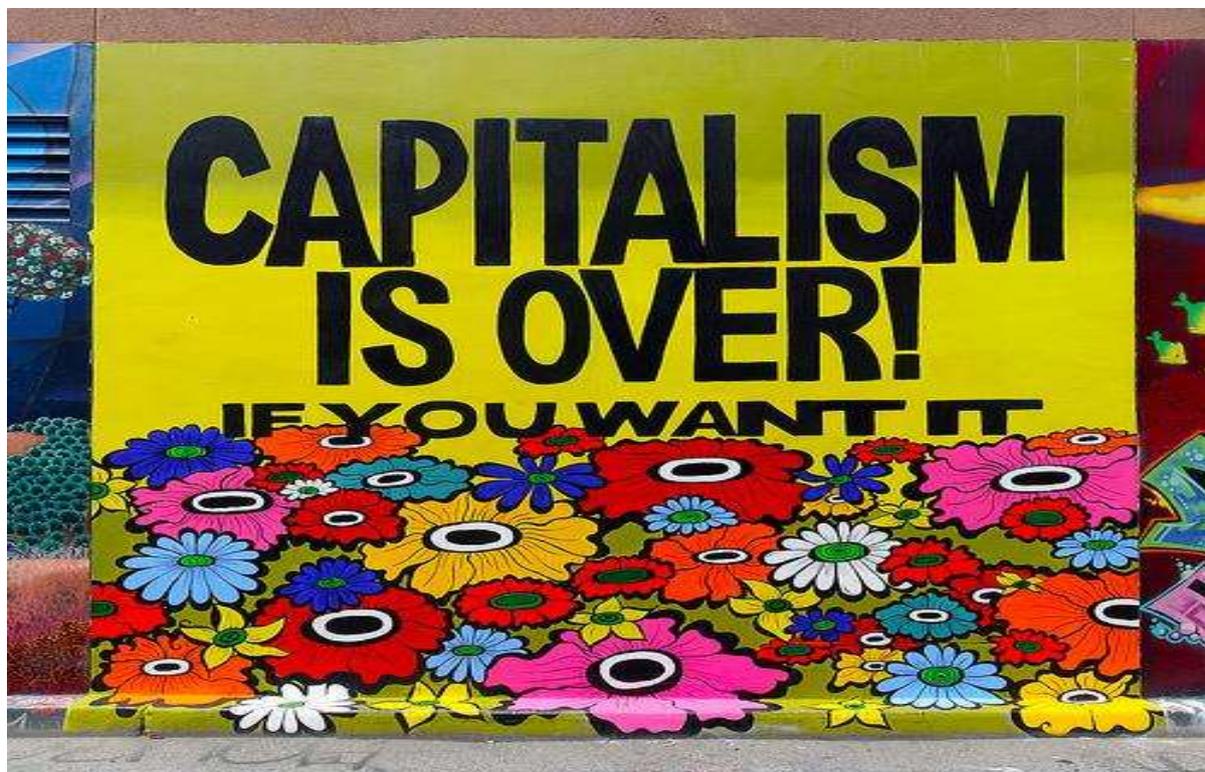
## Istruzioni per l'invio

Caricate 1 foto di Free Store e inviate la vostra riflessione scritta in Moodle (in modo che i vostri coetanei siano in grado di dare un feedback). Le istruzioni su come caricare una foto in Moodle o su come inviare la vostra riflessione scritta, potete trovarle [qui](#).

## Istruzioni per la valutazione

Fornite feedback per almeno un partecipante che abbia svolto questa attività. Le istruzioni su come fornire un feedback potete trovarle [qui](#).

# Il gioco dei soldi



[flickr photo](#) shared by [funkandjazz](#) under a [Creative Commons \( BY-NC-ND \) license](#)

## Introduzione

I ricchi diventano sempre più ricchi ed i poveri sempre più poveri - uno slogan che la maggior parte di noi conosce bene. Ma quali sono le ragioni del crescente divario tra ricchezza e povertà? Come fa l'attuale sistema bancario a favorire tale dinamica?

Immaginate che si desidera acquistare una casa, ma non si abbiano le risorse necessarie. Che fare? Si va in una banca a chiedere un prestito. Che grande invenzione le banche, giusto? Bene, osserviamo come funzionano: invece di limitarsi a pagare indietro la somma presa in prestito, il fruitore del servizio deve anche rimborsare gli interessi su quest'ultima - interessi che vanno sia alla banca che al creditore. Il creditore è colui il quale ha messo i propri soldi in banca per motivi di sicurezza e, tra le altre cose, per guadagnare dal prestito che verrà concesso alla povera gente che ne avrà bisogno - ecco il miracolo dell'*interesse*! Ed è così che la ricchezza si accumula nelle mani di pochi.

Quali sono le alternative? Non è un caso che storicamente [l'usura \(prestiti basati sul tasso di interesse\) è stata vietata nelle diverse culture](#), tra cui l'impero romano, l'antica Cina, l'antica Grecia ecc ed è stata di solito accompagnata con la [condanna di pagare gli interessi sul denaro prestato dal cristianesimo](#), l'Islam, il Buddismo ecc. Nel settore bancario [islamico](#), tutti i tipi di interesse, di sfruttamento e di guadagno da usura sono proibiti. [Ci sono anche le cosiddette banche senza interessi in Svezia, sulla base di un principio simile di banca etica, come ad esempio le banche JAK.](#)

Il denaro è associato con il potere e il controllo, così come la dipendenza o la sensazione che si prendano cura di noi. In questa attività esploriamo il nostro rapporto con il denaro e

possiamo osservare e comprendere come la maggior parte del denaro in circolazione viene creato e come funziona il meccanismo dell'interesse.

## Tipo di Attività

Di gruppo / Esperienziale

## Durata

Versione semplificata: 30 min; versione integrale: 2 ore

## Risultati dell'apprendimento

- Per capire meglio i sentimenti e le credenze che abbiamo di soldi nella nostra vita e nella società
- Per ottenere una più profonda comprensione di come il sistema bancario attuale e il lavoro di interesse

## Istruzioni

### **Materiali e strumenti richiesti:**

- Denaro reale, preferibilmente sia in monete che in banconote, la quantità dipende da voi; si può giocare con quantità variabili da \$ 1 a \$ 200.
- Un giornale e una penna o una matita
- Un orologio (time keeper)
- Una campana

### **Istruzioni dettagliate per la versione semplice:**

1. Ogni persona porta una certa quantità di denaro, preferibilmente sia monete che banconote. Non dovrebbe essere una somma troppo grande, in modo da non perdere tutti i propri soldi e andare in bancarotta, ma sufficientemente grande da causare disagio nel caso in cui si dovesse perdere. Se alcune persone non vogliono partecipare, va bene, purché non interferiscano con gli altri giocatori.
2. Dividere i partecipanti in gruppi di 4, 5 o 6 persone e chiedere loro di sedersi sul pavimento o intorno ad un tavolo in modo che possano chiaramente mettere i loro soldi di fronte a loro e raggiungere facilmente i soldi degli altri.
3. Chiedere ai partecipanti di preparare carta e penna per scrivere in seguito le loro riflessioni.
4. Spiegare che ci saranno diversi cicli di 1 minuto. Dopo ogni giro di 1 minuto, chiedere ai partecipanti di interrompere l'attività attraverso una campana o qualcosa di simile. L'intera attività dovrebbe svolgersi in silenzio.
5. Round 1: spiegare ai partecipanti che dovrebbero prendere i soldi di fronte a loro (ovvero i propri soldi) e dare l'intera somma agli altri partecipanti del loro gruppo (non importa a chi vengano dati i soldi). Dopo 1 minuto, suonare il campanello e chiedere ai partecipanti di interrompere l'attività. Successivamente, chiedere ai partecipanti di scrivere brevemente le proprie osservazioni personali. Come mi sono sentito dando via i miei soldi?
6. Round 2: spiegare ai partecipanti che ora dovrebbero prendere il denaro degli altri e metterlo di fronte a sé. Si dovrebbe cercare di prendere il più possibile e solo dalle persone del proprio gruppo. Anche in questo caso suonare la campana dopo un minuto e far loro scrivere come si sono sentiti in questo secondo turno.

7. Round 3: spiegare ai partecipanti che ora si possono prendere i soldi da chiunque e darli a chiunque. Anche in questo caso suonare la campana dopo un minuto e lasciare che scrivano come si sono sentiti.
8. Round 4: in primo luogo chiedere ad ogni partecipante di levare il 20% del proprio denaro. Il 20% di tutte le persone che giocano nel piccolo gruppo è posto in un luogo separato - una sorta di "banca" - e questo denaro non sarà incluso in questo round.  
8. Spiegare ai partecipanti che adesso si dovranno nuovamente prendere i soldi da altri e metterli nel proprio denaro. Dopo un minuto interrompere il processo e chiedere loro di verificare chi è la persona che ha la maggior parte dei soldi di fronte a sé. Questa persona riceverà anche quel 20% che tutti gli altri hanno messo in "banca". Spiegare l'accumulo di denaro relativo all'interesse del 20%, facendo riferimento al sistema bancario corrente - il più ricco diventa più ricco e il più povero sempre più povero. Chiedere alle persone di scrivere le proprie riflessioni e di riflettere anche su come sarebbe un sistema bancario senza interessi.
9. Si può condividere il fatto che nel mondo reale non interessa a nessuno come ci si sente rispetto ai soldi e che anche voi non volete sapere come si sono sentiti durante il gioco. Ogni persona può tenere per sé il denaro guadagnato durante il gioco. Naturalmente altre opzioni sono possibili se le persone non si sentono a proprio agio con questa, lasciatelo decidere al gruppo. (Es: ogni partecipante riprende l'importo che aveva all'inizio, oppure se qualcuno ha fatto soldi in più, lei / lui dovrà acquistare alcuni dolci e dividerli con il gruppo, o ancora tutti i soldi raccolti in ogni gruppo possono essere divisi in somme uguali tra tutti i partecipanti, oppure tutto il denaro raccolto nel gruppo può essere diviso in modo solidale, ovvero destinando di più a coloro i quali si trovano in una situazione economica precaria, ecc).
10. Invitate le persone a condividere in gruppo come si sono sentiti e che cosa hanno osservato durante l'intero processo. Usate le domande dalla sezione di riflessione.

Per riprodurre una versione più complessa del gioco trovate le istruzioni nella sezione "File di supporto".

## File di supporto

[Istruzioni per la versione integrale del gioco](#)

## Risorse

- Articolo - Why is it so hard to talk about money?  
[http://www.today.com/id/43543561/ns/today-money/t/why-it-so-hard-talk-about-money/#.Vksl57\\_4a1k](http://www.today.com/id/43543561/ns/today-money/t/why-it-so-hard-talk-about-money/#.Vksl57_4a1k)
- How Interest-free Banking Works - The Case of JAK;  
<http://www.feasta.org/documents/review2/carrie2.htm>
- JAK Members' Bank:  
[https://www.jak.se/sites/default/files/international/dokument/engelsk\\_sida.pdf](https://www.jak.se/sites/default/files/international/dokument/engelsk_sida.pdf)
- <http://www.margritkennedy.de/>
- Capital in the Twenty-First Century:  
[https://en.wikipedia.org/wiki/Capital\\_in\\_the\\_Twenty-First\\_Century](https://en.wikipedia.org/wiki/Capital_in_the_Twenty-First_Century)

## Riflessioni

- Quali ritenete siano le principali lezioni apprese durante questa attività?
- In che modo l'ultimo giro e il 20% destinato alla persona "più ricca" sono collegati al sistema bancario corrente?
- Come hanno deciso i partecipanti di distribuire i soldi, alla fine - ognuno ha ripreso indietro i soldi che aveva investito o è stato usato qualche altro modello solidale?

- Che tipo di riflessioni hanno condiviso i partecipanti, quale era il loro rapporto con il denaro?

## Istruzioni per l'invio

Caricare le proprie riflessioni in Moodle così da permettere ad altri partecipanti di offrire il proprio feedback. Le istruzioni su come caricare i file e presentare i propri lavori in Moodle potete trovarle [qui](#).

## Istruzioni per la valutazione

Fornire dei feedback ad almeno uno dei partecipanti tra quelli che hanno svolto questa attività. Le istruzioni su come fornire un feedback potete trovarle [qui](#).

# Disegna l'impresa sociale dei tuoi sogni

## Introduzione

"Le persone prima dei profitti"! Ma nella corsa al guadagno dei giorni d'oggi questo è un sogno utopico - possiamo veramente mettere le persone davanti ai profitti e guadagnare ancora abbastanza per vivere? Questo è esattamente ciò che chiamiamo "impresa sociale" - un business sviluppato creando un cambiamento positivo nella società e nel proprio ambiente. Può essere qualsiasi cosa, l'unica condizione è che le persone e l'ambiente vengano prima di tutto! Avete sentito parlare di Sophia Klumpp, la canadese conosciuta per il suo impegno nel lavoro contro l'abbandono scolastico delle ragazze in Uganda? La sua storia è semplice: Sophia rimane senza assorbenti mentre si trova in Uganda e non riesce a trovarne, sperimentando così i disagi di molte ragazze africane. "Ci siamo subito resi conto che le ragazze locali si arrangiano utilizzando pezzi di giornale, stracci e corteccia ogni mese e spesso non vanno a scuola per tutta la settimana durante il loro mestruo". Così Sophia ha deciso di creare [Afripad - un'impresa sociale rivoluzionaria che produce assorbenti riutilizzabili \(lavabile\) usando delle macchine da cucire a pedali! L'impresa sociale è attualmente la più grande fonte di lavoro della zona!](#)

E' dunque possibile implementare un business che metta le persone e l'ambiente prima del resto e che sia al tempo stesso redditizio.

In questa attività potremo familiarizzare con il concetto di impresa sociale e con il coraggio di progettare la nostra!

Avvertimento! Questa attività può scatenare i vostri talenti imprenditoriali e rendervi permanentemente felici!

## Tipo di attività

Individuale / teorica

## Durata

<2 ore

## Risultati dell'apprendimento

- Immaginare se stessi come imprenditori sociali
- Stabilire un collegamento tra i talenti personali, gli interessi, le opportunità di business e il vantaggio per la società
- Trarre ispirazione dagli altri e aprirsi a delle collaborazioni

## Istruzioni

### *Istruzioni dettagliate*

1. Iniziate a familiarizzare con concetti come "[imprenditoria sociale e Impresa in transizione](#)".
2. Decidete su quale idea di business lavorerete. Andate a fare una lunga passeggiata, fate un po' di brainstorming, meditazione, riflessioni, se necessario. Potete pensare di sviluppare l'attività usando l'attività "La vostra gioia più grande / il più grande bisogno del mondo". Un altro modo per trovare ispirazione potrebbe essere quello di visitare [www.kickstarter.com](http://www.kickstarter.com) o altri siti di finanziamento pubblico. Sono pieni di idee di business più o meno folli, molte delle quali sostenibili o etiche.
3. Create una presentazione della vostra idea di business includendo i seguenti punti (cercate di includerne il maggior numero possibile e includete anche qualsiasi altra informazione che potrebbe essere rilevante per convincere gli altri a sostenere la vostra idea):
  - a) Nome del progetto
  - b) Servizio / prodotto che si fornirà. Quanto costerebbe?
  - c) Progettazione del prototipo, se applicabile.
  - d) Descrivete gli aspetti innovativi della vostra idea.
  - e) Descrivete come il business risulta sostenibile?
  - f) Come avete pensato di sostenere il finanziamento iniziale? (Controllate i metodi di finanziamento alternativi su Internet, come il crowdfunding)
  - g) In quanto tempo stimate possa diventare redditizia?
  - h) Qual è la vostra strategia di marketing?
4. Pensate e progettate come descriverete il vostro progetto ad altri, potete seguire uno di questi due modi:
  - a) [Elevator pitch](#): questo aiuta a individuare l'essenza del progetto in modo da renderlo chiaro per gli altri e catturare il loro interesse. E' anche un ottimo esercizio per voi per sapere realmente qual è la base di partenza e l'obiettivo del progetto.
  - b) [Extended project pitch](#): nel caso in cui qualcuno sia interessato a conoscere meglio il vostro progetto o se avete la possibilità di presentarlo da qualche parte, è bene preparare una versione più lunga del vostro "elevator pitch" in cui mostrare ulteriori dettagli.
5. Pitching - presentate la vostra idea agli amici e alle persone di cui vi fidate, singolarmente o in gruppo.
6. I commenti e le possibilità:
  - a) Provate questo modo per ricevere un feedback e per trovare più possibilità: incoraggiate le persone a dare un feedback ( "Vi prego di dare un feedback alle mie idee.") Rimanete aperti e apprezzate il fatto che il feedback aggiunge valore.
  - b) Ora è importante che vi manteniate tranquilli!
  - c) Lasciate che la persona parli finché il suo discorso non si concluderà naturalmente.
  - d) Per incoraggiare ulteriori preziosi feedback chiedete: "Vi viene in mente qualcos'altro che potremmo avere dimenticato?" Continuare a rimanere tranquilli.
  - e) Non importa quello che dicono, annotate tutto. All'inizio potrà sembrarvi strano, ma in seguito risulterà molto prezioso.
  - f) Lasciate che ogni persona dia un feedback una seconda volta. Al termine, ringraziate!
7. Provate a vedere i vostri amici come potenziali "investitori" della vostra idea di business. L'investimento può avvenire in molte forme, come denaro, idee, materiali o co-working.

#### \*FACOLTATIVO

Scegliete un'impresa o un'organizzazione con una visione o una causa che vi appassiona. Tenete a mente che deve essere collegata all'imprenditoria sociale, in modo da unire la

giustizia sociale, il bene comune e la sostenibilità con l'idea di guadagno! Questa può essere un'impresa senza scopo di lucro o a scopo di lucro, una cooperativa, un'organizzazione di mutuo aiuto, un social business, un'associazione di beneficenza, un'associazione di interesse comunitario o un'organizzazione caritatevole. Provate a entrare in contatto con l'impresa o organizzazione via e-mail, skype o addirittura programmando un incontro di persona. Cercate di organizzare una visita sul campo per sperimentare in prima persona il tipo di lavoro che queste persone fanno e parlate con loro! Non abbiate paura di porre tutte le domande che desiderate - sono apprezzate e voi siete lì per imparare e crescere! Se possibile, provate a fare un giorno (o più) di stage, volontariato o job-shadowing! Potrebbe essere un'esperienza che vi cambierà la vita!  
Per altre fonti di ispirazione, controllate l'attività "Quest for a crazy entrepreneur" in inglese.

## Risorse

- Un video per scoprire l'imprenditore che c'è in te: [http://www.ted.com/talks/cameron\\_herold\\_let\\_s\\_raise\\_kids\\_to\\_be\\_entrepreneurs?language=en#t-1009074](http://www.ted.com/talks/cameron_herold_let_s_raise_kids_to_be_entrepreneurs?language=en#t-1009074)
- L'articolo "Quali sono i migliori modi per pensare a un'idea di startup?" <http://www.forbes.com/sites/quora/2013/05/08/what-are-the-best-ways-to-think-of-ideas-for-a-startup/>
- La definizione ed i principi di un'impresa orientata alla transizione: <http://www.reconomy.org/inspiring-enterprises/whats-a-transition-enterprise>
- Un elenco di casi studio di aziende orientate alla transizione in Europa: <http://www.reconomy.org/inspiring-enterprises/more-inspiring-enterprises-from-around-europe/>
- Manuale dell'impresa di transizione: [http://www.reconomy.org/wp-content/uploads/2015/08/Transition\\_Enterprise\\_Handbook\\_FINAL-v2.pdf](http://www.reconomy.org/wp-content/uploads/2015/08/Transition_Enterprise_Handbook_FINAL-v2.pdf)
- Sostenibilità Globale: <http://planet.globalsustainabilityjam.org/>
- WeTheTrees piattaforma di crowdfunding di un progetto di permacultura: <http://www.wethetrees.com/>
- The Awesome Foundation: <http://www.awesomefoundation.org/en>
- Questi 8 punti sono l'unica formazione alla vendita di cui avrete bisogno: [http://www.sparkol.com/engage/these-8-selling-tips-are-the-only-sales-training-youll-ever-need/?\\_sacid=BlqWebvidPriFacJS1511txt+AUSUKCANADA](http://www.sparkol.com/engage/these-8-selling-tips-are-the-only-sales-training-youll-ever-need/?_sacid=BlqWebvidPriFacJS1511txt+AUSUKCANADA)
- <http://www.balticecovillages.eu/enterprising-ecovillager-achieving-community-development-through-innovative-green-entrepreneurship>
- Idee di progetto: [http://transitionproject.eu/wp-content/uploads/2013/11/TRANSITION-TRAVELERS\\_SIs-from-cohort1.pdf](http://transitionproject.eu/wp-content/uploads/2013/11/TRANSITION-TRAVELERS_SIs-from-cohort1.pdf)

## Riflessioni

- In che modo l'idea si collega alla vostra passione e al vostro talento?
- Quale sarebbe il vostro ruolo e il vostro coinvolgimento?
- Quali "bisogni del mondo" potrebbe soddisfare il vostro business, se fosse realizzato?
- In che modo la vostra idea di business è sostenibile ed etica?
- Quali sono i rischi e le opportunità?
- Di che tipo di supporto avete bisogno per continuare?

## Istruzioni per l'invio

Caricate una foto rappresentativa della vostra idea progettuale (o una presentazione power point della stessa) e una breve riflessione scritta, in modo che i vostri coetanei siano in grado di fornirvi un feedback. Le istruzioni su come caricare i file e presentare i propri lavori in Moodle potete trovarle [qui](#).

## Istruzioni per la valutazione

Fornire dei feedback ad almeno uno dei partecipanti tra quelli che hanno svolto questa attività. Le istruzioni su come fornire un feedback potete trovarle [qui](#).

# Come creare un cumulo di compost



[flickr photo](#) shared by [Willowtree2005](#) under a [Creative Commons \( BY-NC \) license](#)

## Introduzione

Il compostaggio è uno dei migliori esempi di ciclo virtuoso di elementi nutritivi. Grazie ad esso le sostanze nutritive provenienti dalla materia morta possono infatti generare nuova vita. Un semplice cumulo di sostanze compostabili, è uno strumento efficiente per trasformare i rifiuti organici in ottimo fertilizzante, necessario per la coltivazione biologica degli alimenti.

Questa attività mette in luce i principi fondamentali del compostaggio, utilizzando solo i rifiuti organici della nostra cucina. Diversamente, quando si eliminano tali rifiuti in modo tradizionale, ovvero tramite il sistema di spazzatura comune, una grandissima percentuale del nostro cibo finisce nelle discariche. Se decideremo di trasformarli in un ottimo fertilizzante, gratuito e auto prodotto, potremmo usarlo anche nel nostro piccolo giardino di casa!

Il metodo di compostaggio deve però adattarsi al vostro stile di vita e alle vostre esigenze, non esiste infatti un unico metodo valido per tutti! Quindi lasciate spazio alla creatività!

## Tipo di attività

Individuale o di gruppo / esperienziale

## Durata

1 giorno

## Risultati dell'apprendimento

- Imparare i principi di base del compostaggio ed il processo di trasformazione del suolo
- Prendere coscienza dell'importanza dei rifiuti alimentari e del loro ruolo nella gestione dei rifiuti
- Ottenere un livello base di conoscenza dei sistemi di riciclaggio degli alimenti e dei sistemi circolari di riciclaggio

## Istruzioni

### **Materiali richiesti e strumenti:**

- Qualsiasi compostiera pre-fabbricata o auto fabbricata
- Materiale compostabile

### **Istruzioni dettagliate:**

1. Osservate e valutate il vostro stile di vita e la vostra capacità di compostaggio; questo può essere fatto individualmente o in gruppo. Le seguenti domande guida potrebbero essere d'aiuto:
  - a. Producete sufficiente compost per una compostiera capiente o solo per un piccolo secchio?
  - b. Dove volete situare la vostra compostiera? In cucina, nel giardino, in balcone, etc?
  - c. In che modo volete impiegare il vostro compost una volta pronto? Per un orto, per il giardinaggio, per piante speciali?
2. Individuate le dimensioni, posizione e tipo di costruzione della compostiera.
3. Seguite le linee guida elencate sotto.
4. Dall'inizio alla fine della attività fate delle fotografie.

### Le principali linee guida del compostaggio:

- Il cumulo di compost dovrebbe rimanere all'ombra.
- Mantenere la presenza di elementi marroni e verdi in equilibrio! (gli elementi marroni sarebbero foglie morte, rami, fieno, paglia, carta ecc, quelli verdi sarebbero erba, scarti vegetali, scarti di frutta, concime animale, fondi di caffè, etc.). Un buon indicatore del giusto equilibrio è che il compost risulti caldo e non abbia un odore simile all'ammoniaca);
- Tenere il mucchio areato e umido. Per fare ciò si potrebbe mettere nel fondo della compostiera uno strato di ramoscelli. Potreste anche bagnarlo, aggiungendo un po' d'acqua di tanto in tanto, quando appare molto asciutto.
- Fate in modo che risulti come una torta a strati. Provate ad aggiungere materiale di scarto in strati sottili di diversa struttura / densità. Ad esempio, uno strato di erba seguito da uno di paglia e scarti vegetali in cima. Cercare di aggiungere scarti ben tritati per garantire il compostaggio più veloce.
- Non gettare: carne, pesce, uova, latticini, cibi oleosi o grassi, ossa, rifiuti di cani o gatti, piante malate e semi di piante infestanti. Non solo queste cose non si compostano bene, ma attirano anche i ratti!
- Il compost è pronto quando è nero, sciolto, terroso e ha un buon odore. Ci potrebbero essere ancora alcuni pezzi grossolani all'interno, che potranno essere inseriti in un nuovo compost.

## Risorse

- Guida per principianti compostaggio <http://www.plowhearth.com/blogs/composting-for-beginners.aspx#.Vh9mYCvuO1k>
- Guida compostaggio dettagliata per gli utenti avanzati. Include una tabella di possibili ingredienti verdi e marroni [http://eartheasy.com/grow\\_compost.html](http://eartheasy.com/grow_compost.html)
- Vari tipi di compostiere <http://www.stopfoodwaste.ie/home-composting/types-of-composters/>
- Tutto quello che sai sul compostaggio è sbagliato: Mike McGrath a TEDxPhoenixville <https://www.youtube.com/watch?v=n9OhxKlrWwc>

## Riflessioni

- Quali sfide avete dovuto affrontare?
- Cosa potreste suggerire ad un amico che volesse creare un buon cumulo di compost? Provate a fornire almeno un principio fondamentale della vostra esperienza.
- Come si potrebbe migliorare il vostro compost in futuro?

## Istruzioni per l'invio

Caricare una foto del compost in Moodle e inviare una riflessione per iscritto su Moodle. Le istruzioni su come caricare una foto in Moodle o inviare la vostra riflessione scritta le potete trovare [qui](#).

## Istruzioni per la valutazione

Fornire feedback per almeno uno dei partecipanti che ha svolto questa attività. Le istruzioni su come fornire feedback le trovate [qui](#).

# Il bufalo



[flickr photo](#) shared by [Shohei Hanazaki](#) under a [Creative Commons \( BY-NC-ND \) license](#)

*"Se tu sei un poeta, si vedrà chiaramente che c'è una nuvola che galleggia in questo foglio di carta. Senza una nuvola, non ci sarà pioggia; senza pioggia, gli alberi non possono crescere; e senza alberi, non possiamo fare la carta. La nube è essenziale per la carta di esistere. Se la nube non è qui, il foglio di carta non può essere neanche qui."*

*-Thich Nhat Hanh*

## Introduzione

Permettete alla vostra immaginazione di viaggiare, di viaggiare indietro nel tempo e in tutto il GreatPlains (quello che oggi è conosciuto come il centro degli Stati Uniti d'America), in un tempo in cui le tribù del popolo dei nativi americani chiamano questa casa paese. In particolare attirare la vostra immaginazione su ciò che probabilmente era la cosa più importante per loro, per le tribù di qualsiasi provenienza, il bufalo. L'uccisione di un bufalo era qualcosa di più che fornire cibo per i nativi americani, è stato un ingrediente integrante in quasi ogni parte della loro vita. Il loro rapporto con l'animale può essere utilizzato come un esempio quasi perfetto della forma di realizzazione della sostenibilità. La loro capacità di creare più cose (prodotti) da un bufalo (sorgente) è completamente l'inverso della civiltà di oggi (che utilizza più fonti per creare un prodotto)

## Tipo di attività

Gruppo / esperienziale

# Durata

1-2 ore

## Risultati di apprendimento

- Capire come siamo interconnessi al mondo naturale
- Per rendersi conto di quanto apparentemente oggetti semplici siano legati a una rete complessa di altre cose

## Istruzioni

### **Materiali richiesti e strumenti:**

- Un alimento moderno trasformato (useremo l'esempio di un sacchetto di patatine per tutta l'attività)
- Lavagna a fogli mobili e penna
- Foglio bianco
- Strumenti per disegno

### **Istruzioni dettagliate:**

1. Raccontate a tutto il gruppo una qualche forma della seguente storia: "Siamo una tribù di nativi americani che si è persa su The Great Plains, le nostre forniture di emergenza si stanno esaurendo e sono passati diversi giorni dall'ultima volta in cui abbiamo mangiato bene, stiamo iniziando ad avere sul serio fame! Sappiamo che per sopravvivere abbastanza a lungo da avere qualche possibilità di trovare la nostra strada di casa, dobbiamo trovare e uccidere un bufalo nel più breve tempo possibile. Proprio nel momento in cui abbiamo perso ogni speranza, finalmente, in lontananza, sentiamo il suono di tuono! Vediamo nuvole di polvere! E' una mandria di bufali! Siamo tutti bravissimi cacciatori, quindi in men che non si dica, siamo già seduti intorno a un bel falò e siamo già sazi e soddisfatti dopo un delizioso pasto di bistecca di bufalo. La maggior parte del bufalo, tuttavia, deve ancora essere usato. Siamo grati per il dono del bufalo e sappiamo che dobbiamo saggiamente usare una gran parte di esso con gli strumenti e per le necessità che abbiamo. Noi non sprechiamo niente di tutto ciò".
2. Ora chiedete al gruppo di proporre cos'altro si può fare con il resto del bufalo, cos'altro ci può fornire a parte il cibo. Mentre il gruppo grida le opzioni possibili, scrivete le risposte sulla lavagna a fogli mobili. *[Consentite 5-10 minuti]*
  - a. Se il gruppo è in difficoltà o è bloccato, si può dare una riletture [qui](#) e suggerire una o due opzioni ai partecipanti.
3. Ora dividere il gruppo in piccoli gruppi di 3-4 persone. Ciascun gruppo deve avere:
  - a. strumenti da disegno e carta,
  - b. un sacchetto di patatine o altri alimenti trasformati.
4. Chiedere al gruppo di disegnare il sacchetto di patatine al centro della loro pagina, poi di dedicare qualche minuto per esplorare e pensare al soggetto in questione: pensare alle sue origini, com'è stato prodotto, il suo uso corrente e la sua forma, il suo destino e il ciclo della sua vita. *Ora siamo pronti per creare la storia di questo oggetto. La questione centrale dunque è: quali risorse sono state impiegate per arrivare a questo oggetto finito, nel posto in cui si trova - di fronte a voi. Cercare di non dimenticare nulla.*
5. I gruppi dovrebbero raccontare gli aspetti che compongono la storia dell'oggetto e poi collegarli con l'oggetto al centro con una linea. *[20 minuti per tutto l'esercizio]*

- a. Un buon punto di partenza è quello di rompere l'oggetto nelle sue componenti individuali (cioè la borsa, il sale, gli altri ingredienti, le patatine stesse, i conservanti) e poi rintracciare le origini di ogni ingrediente/risorsa.
  - b. Da qui si può iniziare ad espandersi. ad es: Le patatine provengono da una patata. La patata è un tracciato (collegato da una linea) che va da un contadino, un trattore, il sole, l'acqua, il suolo, ecc. Il trattore richiede poi l'olio, l'acqua, il carburante e il metallo da produrre etc etc.
  - c. Incoraggiate il gruppo ad essere il più preciso e completo possibile, tenendo conto del trasporto dei singoli ingredienti in luoghi centralizzati, il processo di cottura, di imballaggio, di pesticidi, ecc tutto deve provenire da qualche parte.
6. Riunite tutto il gruppo e invitate i partecipanti a discutere, dando il tempo per ogni gruppo di guardare gli altri disegni e confrontarli con il proprio. A qualche gruppo può venire in mente qualcosa che invece è mancato ad altri? Hanno tutti lo stesso aspetto? Come è diverso il rapporto che avevano i nativi americani con il loro cibo, in generale, e il bufalo in particolare?

## Risorse

Attività tratta da: <http://www.personal.psu.edu/cfu1/CUhlpersonalwebsite/stepstones.shtml>

## Riflessioni

- Potete dare esempi di situazioni in cui i molteplici prodotti moderni sono realizzati da un'unica fonte?
- Come cambierebbe il nostro mondo se volessimo usare il principio del 'bufalo' nella maggior parte della produzione?

## Istruzioni per l'invio

Carica 1 foto dei disegni di ogni gruppo e inviare alcuni messaggi chiave emersi dalle discussioni di gruppo sulla piattaforma Moodle (in modo che i vostri coetanei siano in grado di dare un feedback). Le istruzioni su come caricare una foto in Moodle o inviare i messaggi chiave possono essere trovati [qui](#).

## Istruzioni per la valutazione

Fornire feedback per almeno un partecipante che ha svolto questa attività. Le istruzioni su come fornire un feedback possono essere trovate [qui](#).

## Autore

Creative Commons - ySI4R Content Team (ispirato a Chris Uhls "Transforming the Ordinary")

# L'imprenditore della spazzatura

## Introduzione

Rifiuti Zero è un concetto che a molti può sembrare del tutto irrealistico: una filosofia per ridisegnare lo stile dei consumi e il ciclo di vita delle risorse in modo che tutti i rifiuti vengano riutilizzati, niente si butta o viene scartato. Mentre questo concetto è abbastanza raro nella nostra società, ci sono alcuni esempi di persone che vivono già in questo modo, dimostrando che si può fare! L'idea di rifiuti inutilizzabili è puramente umana, abbiamo solo bisogno di guardare fuori dalle nostre finestre e farci ispirare dai cicli naturali a residuo Zero della natura, riutilizzando e riciclando tutto.

Questa attività esplora le modalità con cui possiamo riutilizzare dei materiali che vengono comunemente gettati via come rifiuti, attraverso un processo chiamato 'Upcycling'. Upcycling aggiunge valore ad un oggetto o materiale che altrimenti sarebbe considerato privo di valore, questo può essere fatto attraverso la combinazione con altri 'rifiuti' o anche solo trovandogli un nuovo uso senza doverlo modificare molto! Fare una borsa da un vecchio pneumatico di una moto, creare oggetti d'arte da vecchi dischi in vinile, utilizzare materiale di scarto delle costruzioni per costruire mobili e trasformare i rifiuti organici in fertilizzante, sono tutti esempi di 'Upcycling'.

Ora è il momento di essere creativi! È ora di trasformare i cosiddetti rifiuti in qualcosa di utile!

## Tipo di attività

Individuale / Esperienziale

## Durata

Può richiedere da alcune ore ad alcuni giorni

## Risultati dell'apprendimento

- Cambiare il nostro rapporto con rifiuti e risorse e ridefinirne il significato, vedendo la potenziale bellezza di quello che altrimenti sarebbe pensato come inutile

## Istruzioni

### ***Materiale richiesto e strumenti:***

- Rifiuti/scarti
- Strumenti per creare e riparare

### ***Istruzioni dettagliate:***

1. Lasciatevi ispirare! Individualmente o in gruppo, fate qualche ricerca online, leggete alcuni articoli, guardate alcuni video cercando esempi di "Upcycling" che vi attirino. Sentitevi liberi di utilizzare le risorse previste nella sezione "Risorse" di seguito.

2. Visitate alcuni centri di riciclaggio locali, discariche o cantieri di demolizione, date un'occhiata in giro per trovare cose che si possano utilizzare per "Upcycle". Sentitevi liberi di proporre le vostre idee o semplicemente di copiare qualcosa che avete trovato nella vostra ricerca. *[Nota: E' sempre una buona idea controllare dove si sta andando, ci sono spesso diverse regole su ciò che si può prendere gratuitamente ecc. Ricordatevi che potete sempre usare la vostra spazzatura o quella del vostro amico e vicino di casa/famiglia/lavoro.]*
3. Ora è il momento di creare! Anche se si è deciso di copiare qualcosa che avete trovato on-line, permettetevi di essere creativi e di produrre la vostra creazione personale! Ricordate che è sempre una risorsa lavorare in squadra e se vi trovate in difficoltà, sentitevi liberi di ritornare un momento alle risorse di nuovo e modificare la vostra idea, come vi va! Soprattutto la prima volta, l'operazione potrebbe richiedere un po' di tempo, ma alla fine si spera, avrete qualcosa di cui essere molto orgogliosi.
4. Una volta fatto, prendetevi il tempo per la riflessione. C'era qualche parte del processo che sarebbe potuto essere più efficiente? Come pensate di procedere in modo diverso la prossima volta?
5. Pensate a queste domande: "Posso usare 'up-cycling' nel mio lavoro? "Può essere un lavoro o un'attività a tutti gli effetti?" Dibattete la risposta da soli o in gruppo. Pensate a chi potrebbe essere necessario, quale oggetto e come potrebbero usarlo. Quanto sarebbe costato potenzialmente o con cosa potrebbe essere scambiato?

## Risorse

- <http://www.upcyclethat.com/>
- <http://homestead-and-survival.com/how-to-build-pallet-houses/>
- <https://www.facebook.com/upcyclista/>
- <http://hipcycle.com/what-is-upcycling>
- <https://www.pinterest.com/ecodivastv/50-ways-to-reuse-bottles-jars/>
- <http://www.boredpanda.com/plastic-bottle-recycling-ideas/>
- Film: Waste Land (2010)
- Guardate I principi delle 3R (Ridurre - Riusare - Riciclare)

## Riflessioni

- Perché abbiamo bisogno di riciclare?
- Qual è stato l'aspetto più sorprendente del processo?
- Sai di qualcuno che sta svolgendo upcycling come lavoro?
- Pensi che sia una competenza utile saper creare cose nuove dai materiali di scarto?

## Istruzioni per l'invio

Caricate 1 foto della vostra creazione e un testo di promozione su di essa in Moodle (in modo che gli altri partecipanti siano in grado di dare un feedback). Il testo promozionale sulla vostra creazione dovrebbe spiegare perché altre persone dovrebbero comprare o scambiare la vostra creazione? Le istruzioni su come caricare una foto in Moodle o inviare il testo di promozione si possono trovare [qui](#).

## Istruzioni per la valutazione

Fornite un feedback per almeno un partecipante che abbia svolto questa attività. Le istruzioni su come fornire un feedback le potete trovare [qui](#).

# Misura la tua impronta idrica

## Introduzione

A cosa ti fa pensare il termine “water footprint” (impronta idrica)? Pensi all’acqua che bevi dal rubinetto della tua abitazione? L’acqua che usi per lavare i piatti o per fare la doccia? Questo è ciò che comunemente si definisce “water footprint diretto”, ma la maggioranza del tuo water footprint è attualmente composto dal “virtual water footprint” (impronta idrica virtuale) - l’uso di acqua sottinteso nel nostro consumo. Può riguardare qualsiasi cosa, dai jeans che compriamo, agli hamburger che mangiamo, il riscaldamento nelle nostre case, i trasporti che usiamo e addirittura l’acqua risparmiata dalla carta e dalla plastica che ricicliamo.

[Le nostre magliette nuove costano 2650 litri di acqua.](#) [Servono circa 302833 litri di acqua per l’acciaio necessario a produrre una macchina.](#) In più utilizziamo benzina e servono [circa 45 litri d’acqua per produrre 20 litri di benzina.](#) Sapevi che il cibo che consumiamo assorbe la maggior parte della nostra impronta idrica?  $\frac{2}{3}$  Ciò è vero soprattutto per la carne, [la produzione di mezzo kg di carne necessita 6814 litri di acqua](#) contando l’erba che si fa crescere e la lavorazione della carne. A questo consumo d’acqua va sommato l’acqua per consumata dall’animale nel corso della sua vita.

Diventare consapevoli di come usiamo e ricicliamo gli oggetti e come potremmo abbassare i nostri livelli di consumo sono passi importanti per la riduzione del nostro water footprint. [Possiamo risparmiare fino a 133 litri di acqua solamente riciclando giornalmente un quotidiano!](#) In questa attività esploreremo modi diversi per abbattere il nostro water footprint.

## Tipo di attività

Di gruppo o individuale / Esperienziale

## Durata

3 giorni

## Risultati dell’apprendimento

- Imparare a diminuire il nostro water footprint

## Istruzioni

### ***Istruzioni dettagliate:***

1. Avvia una ricerca su internet su modalita' per diminuire il tuo water footprint. Includi sia il risparmio di acqua diretto sia quello virtuale. Per esempio, lava i piatti riempiendo il lavabo o una pentola con dell’acqua invece di usare continuamente l’acqua corrente, fai una doccia di 4 minuti invece di una più lunga. Chiudi l’acqua mentre ti lavi i denti, installa sistemi di raccolta dell’acqua piovana sulla casa,

addirittura lascia scorrere meno l'acqua nel bagno ect... questo per cio' che riguarda la conservazione diretta dell'acqua. Ancora Più importante è cercare di ridurre il nostro water footprint virtuale. Per esempio eliminar o se non possibile, diminuisci l'uso della macchina e degli autobus nella routine quotidiana e per tre giorni utilizza solo la bicicletta, cerca di riciclare il più possibile, cerca di non comprare prodotti in plastica e perchè no diventare vegani per 3 giorni!

2. Scegli 3 differenti pratiche di risparmio dell'acqua che abbiano un impatto sul tuo water footprint e mantienile per 3 giorni.
3. Alla fine dei 3 giorni, riflettere - pensare a quali sono gli obblighi e cosa si potrebbe eliminare? Fai una lista, forse ti piace la carne ma potresti diminuire la quantità di consumo del vitello (visto che il vitello è uno dei maggiori consumatori d'acqua)? O forse devi guidare per andare a lavoro ma potresti considerare di condividere il tragitto? Cerca di trovare compromessi ai quali abituarti sul lungo periodo, ricorda - non si tratta di rinunciare completamente a delle cose ma piuttosto cercare di ridurre il nostro consumo generale.

## Risorse

- <http://www.gracelinks.org/825/water-footprints>
- <http://thewaterproject.org/why-water>
- <http://www.un.org/waterforlifedecade/scarcity.shtml>

## Riflessioni

- Hai scoperto cose nuove mentre svolgevi questa attività?
- Senti che potrebbe non servirti l'acqua che sei riuscito a risparmiare mentre adottavi abitudini di risparmio dell'acqua?
- Hai notato il collegamento tra le nostre abitudini e l'acqua utilizzata da altri ecosistemi e persone in altri luoghi?

## Istruzioni per l'invio

Scrivi un breve sommario di ciò che pensi sia la più facile e la più difficile tecnica di risparmio dell'acqua che hai svolto e invialo in moodle. Le istruzioni per l'invio sono [qui](#).

## Istruzioni per la valutazione

Dai un feedback ad almeno un partecipante che abbia svolto quest'attività. Le istruzioni su come dare feedback sono [qui](#).

# Mini Ecosistema in bottiglia

## Introduzione

Mettendo della terra e delle piante in una stanza chiusa si creano le condizioni per ottenere una più profonda comprensione dei processi vitali naturali e dell'interazione in natura. Fenomeni precedentemente osservato in merito alla fotosintesi e la respirazione Nelle piante diventa improvvisamente più difficile quando le sigilliamo! Riusciranno a sopravvivere e se ci riusciranno come é possibile?

Il processo che si sviluppa all'interno della bottiglia può in effetti essere spunto di discussione dall'asilo alle scuole superiori o a livello universitario. Agli stadi iniziali gli alunni potrebbero solo osservare la bellezza e la magia del "giardino al chiuso". Più avanti, potrebbero discutere sui diversi tipi di circolazione che permettono al sistema di vivere, o anche sull'autorganizzazione e le dinamiche sistemiche. La bottiglia ci permette di avere un panorama semplificato di come un ecosistema o l'intera biosfera funziona. Questo è anche un modello utile quando discutiamo di "carbon dioxide sinks", effetto Serra e cambiamento climatico.

## Tipo di attività'

Di gruppo o individuale / Esperienziale

## Durata

2 ore

## Risultati dell'apprendimento

- Comprensione delle fondamentali componenti della vita biologica
- Comprensione esperienziale di come gli ecosistemi si comportano in un sistema chiuso

## Istruzioni

### **Materiali richiesti e strumenti:**

- Una bottiglia di vetro che possa essere chiusa
- Terra
- Piante (a foglie piccole, per esempio ficus pumila, hederia elix, sedum spp.)
- Un imbuto con un'apertura larga o un giornale arrotolato
- Un'asta o una stecca abbastanza lunga per raggiungere il fondo della bottiglia

### **Istruzioni dettagliate:**

1. Assicurarsi che la bottiglia sia pulita.
2. Mettere all'interno della bottiglia una sufficiente quantità di terra usando l'imbuto e l'asticella. Fare attenzione a non avere troppo terreno sui lati della bottiglia. Spesso è consigliabile utilizzare terreno fresco, con un alto contenuto organico, direttamente da un negozio di materiali da giardino. (ovviamente, se si pianta un cactus nella bottiglia sarà scelto un tipo di terreno adatto al tipo di pianta scelta).
3. Prendere l'asticella e fare un piccolo foro nel terreno dove si desidera piantare la pianta
4. Se la pianta è troppo grande per entrare nella bottiglia, dividerla attentamente e pressare il terreno intorno alla stessa
5. Tenere la pianta dalle foglie superiori e mettere le radici compresse all'interno della bottiglia. Lasciar cadere la pianta all'interno del buco precedentemente preparato. Usare l'asticella per assicurarsi che le radici abbiano contatto sufficiente con il suolo nella bottiglia. Ripetere l'operazione se si vuole piantare più piante nella bottiglia.
6. Quando si è soddisfatti chiudere la bottiglia e lasciarla in un luogo con una buona esposizione alla luce ma non al sole diretto!
7. Di solito non si deve aggiungere acqua, ma se non si vede acqua condensata nella bottiglia in qualsiasi momento dopo averla chiusa, potrebbe essere necessario aggiungerne una piccola quantità.

Mantenere il sistema: Luce e acqua

Da quando la bottiglia viene chiusa è molto semplice prendersene cura. Il fattore più importante è assicurarsi che il sistema abbia luce sufficiente ma senza rischiare il surriscaldamento. Ciò significa proteggerla da un'esposizione esagerata alle radiazioni solari durante l'estate ed esporla maggiormente alla luce durante la stagione invernale.

L'esperienza insegna che il sistema collassa maggiormente durante la stagione invernale, quindi in presenza di luce e calore minore. Un altro elemento di rischio è l'aggiunta di troppa acqua. Siamo così abituati a prenderci cura delle nostre piante innaffiandole una o due volte a settimana che tendiamo a dare troppa acqua alla nostra pianta in bottiglia sin dal principio. Solitamente la condensa del terreno basta, considerando che si tratta di "acqua metabolica" creata dall'azione dei batteri che cominciano a decomporre il suolo.

## Risorse

- [Istruzioni di Wolfgang Brunner](#) [in inglese]
- [Youtube video con Wolfgang Brunner](#)

## Riflessioni

- Credi che sopravviverà?
- Per quanto tempo potrà crescere?
- Cosa accade quando lo spazio vitale nella bottiglia si riempirà?
- Cosa tiene il sistema in equilibrio?
- Come funziona la circolazione dell'acqua e dei minerali?
- La bottiglia si appesantirà con il crescere della pianta?
- Chi o cosa regola la quantità di ossigeno e l'anidride carbonica all'interno della bottiglia?

## Istruzioni per l'invio

Caricare una fotografia della bottiglia accompagnata da alcune riflessioni scritte in moodle (così che gli altri partecipanti possano dare dei feedback). Le riflessioni scritte si basano sulle domande della sessione "riflessioni" in Moodle. Le istruzioni su come caricare i file e presentare i propri lavori in Moodle potete trovarle [qui](#).

## Istruzioni per la valutazione

Fornire dei feedback ad almeno uno dei partecipanti tra quelli che hanno svolto questa attività. Le istruzioni su come fornire un feedback potete trovarle [qui](#).

## Autore

Creative Commons - ySI4R (Ispirata dal lavoro di Wolfgang Brunner)

# Quanto è grande la tua impronta ecologica?

## Introduzione

Nella versione semplificata della “Teoria del Caos”, l’effetto farfalla è presentato come il concetto di piccoli cambiamenti a volte anche impercettibili, (per esempio, una farfalla che batte le ali) e come questi possano in realtà alterare il mondo circostante in modo molto significativo ed inaspettato (nel caso della farfalla, il risultato potrebbe essere cambiare il corso di un uragano dall’altra parte del pianeta). Oggi abbiamo a che fare con le enormi conseguenze di decisioni prese nel corso della storia su come utilizzare le risorse del nostro pianeta, decisioni che sembravano al tempo poco rilevanti.

I piccoli cambiamenti che facciamo nella nostra vita e nelle case in cui abitiamo possono contribuire a creare un mondo più sostenibile e resiliente per tutti. La decisione di utilizzare ancora per un anno il nostro smartphone e non comprare l’ultimo modello appena uscito, Può avere un effetto enorme sulla vita delle centinaia di minatori e delle loro famiglie in Africa centrale, coinvolte nell’estrazione dei minerali rari che compongono il cellulare. La decisione di andare a lavorare in bicicletta uno o due giorni alla settimana invece di andarci sempre in macchina: Potrebbe sottrarre dall’ambiente abbastanza anidride carbonica da fermare lo scioglimento dell’ultimo ghiacciaio!

## Tipo di attività

Di gruppo o individuale / esperienziale

## Durata

3 giorni

## Risultati dell’apprendimento

- Imparare a calcolare l’impronta ecologica e capire come ridurla
- Capire l’impatto che le singole azioni, gli stili di vita e le scelte individuali di consumo hanno sul mondo
- Capire i concetti di superamento del limite e di capitale naturale, e comprendere che la nostra specie sta utilizzando più risorse di quanto il pianeta può fornire ad un ritmo sostenibile

## Istruzioni

### ***Istruzioni dettagliate:***

1. Cercate un sito web che calcoli l’impronta ecologica, ad esempio il Fondo mondiale per la natura <http://footprint.wwf.org.uk/>

2. Analizzate le cose e le azioni che ritenete necessarie per sopravvivere nella vita quotidiana, e poi le cose di cui potete fare a meno. Scrivete queste cose in due liste diverse, facendo un confronto tra "desideri contro bisogni".
3. Nella lista dei desideri scegliete diverse voci (come ad esempio l'auto, l'acqua in bottiglia ecc.) che rendono la vita migliore ma a cui potreste rinunciare senza troppe difficoltà.
4. Fate un esperimento e provate a vivere per 3 giorni senza questi elementi. Allo stesso tempo, mettete in pratica alcune delle abitudini ecologiche che trovate elencate nel calcolo dell'impronta (per esempio fare docce più brevi, comprare meno vestiti, fare aggiustare un elettrodomestico in un laboratorio di riparazioni invece di comprarne uno nuovo, prendere l'autobus, ecc).
5. Fate il test di nuovo dopo 3 giorni e confrontate i risultati del calcolo della nuova impronta ecologica con i precedenti.

## Risorse

- <http://footprint.wwf.org.uk/>
- [http://www.wwf.org.au/our\\_work/people\\_and\\_the\\_environment/human\\_footprint/footprint\\_calculator/](http://www.wwf.org.au/our_work/people_and_the_environment/human_footprint/footprint_calculator/)
- [http://wwf.panda.org/how\\_you\\_can\\_help/live\\_green/](http://wwf.panda.org/how_you_can_help/live_green/)
- [http://rprogress.org/ecological\\_footprint/reducing\\_your\\_footprint.htm](http://rprogress.org/ecological_footprint/reducing_your_footprint.htm)
- <http://ecocentricdesign.ca/earth-day/>
- <http://www.carbonnegative.eu/Ideas%20to%20Reduce%20your%20Carbon%20Footprint.html>
- <http://www.improntawwf.it/main.php>
- [http://www.wwf.ch/it/attivi/vivere\\_meglio/impronta\\_ecologica/](http://www.wwf.ch/it/attivi/vivere_meglio/impronta_ecologica/)

## Riflessioni

- Cosa ci insegna questo esercizio sul tema della interconnessione tra tutte le specie? Le nostre azioni quotidiane influenzano le altre persone e la Terra stessa? Come?
- Come veniamo colpiti dalle azioni e dalle decisioni prese da altre persone in tutto il mondo?
- Come vi siete sentiti a rinunciare ad alcuni oggetti o attività non di prima necessità?

## Istruzioni per l'invio

Utilizzando Moodle, inviate un breve testo (fino a 200 parole) sulla la vostra esperienza ed elencate alcune cose a cui avete deciso di rinunciare tra quelle elencate nella lista "desideri". Riportate il risultato della vostra impronta ecologica in modo che altri utenti possano confrontarlo con il proprio. [Qui](#) trovate le istruzioni su come inviare i documenti con Moodle.

## Istruzioni per la valutazione

Fornire il feedback ad almeno un partecipante che abbia svolto questa attività. [Qui](#) trovate le istruzioni su come fornire il feedback.

# L'elezione sociocratica

## Introduzione

La Sociocrazia è un processo decisionale che dà la possibilità ad ogni membro di un'organizzazione di esprimere la propria voce. In questo modo incrementa il così detto feedback loop di un sistema, favorendo il flusso informativo sia dai vertici alla base che dalla base ai vertici. Poiché ogni individuo è parte dell'intero sistema (che sia un'organizzazione o una comunità), la sociocrazia celebra la voce di ogni individuo, sapendo che il consenso di ognuno è necessario per prendere una decisione. Questo non significa che tutti siano necessariamente d'accordo pienamente con la decisione in questione; significa che per il momento è possibile dare via libera ad una decisione, nessuno ha obiezioni assolute in merito, cioè tutti possono tollerare la proposta data e le persone sanno che in qualche settimana/mese (così come accordato durante il processo decisionale) si può tornare alla decisione e, se necessario, modificarla. La decisione è "abbastanza buona e abbastanza sicura per adesso per essere testata".

Ciò che rende la sociocrazia differente dalla maggior parte dei processi di voto sono le caratteristiche di uguaglianza e libertà di espressione; sottolinea l'inclusività e la cooperazione tra tutti coloro che sono coinvolti. Contrariamente alla maggioranza di voto, i partecipanti possono discutere maggiormente le tematiche in questione fino a trovare un primo consenso, senza che qualcuno rimanga insoddisfatto. Nel sistema di voto a maggioranza, dove "sì" o "no" sono le chiavi del processo decisionale, possiamo concludere con un 60% dei partecipanti che esprimono consenso ed un 40% molto contrari ma la proposta sarà ugualmente implementata poiché la maggioranza è raggiunta. In questa attività, i partecipanti potranno sperimentare il modello sociocratico come processo elettivo.

## Tipo di attività

Di gruppo / Esperienziale

## Durata

Circa 40 minuti a seconda della dimensione del gruppo.

## Risultati dell'apprendimento

- Partecipare ad un processo elettivo trasparente e abilitante
- Imparare come facilitare un'elezione di gruppo utilizzando i principi sociocratici

## Istruzioni

### ***Materiali e strumenti richiesti:***

- Post-it o fogli (almeno uno per partecipante)
- Penne

### ***Istruzioni dettagliate:***

1. Scegli un facilitatore per l'elezione, la persona dovrebbe conoscere bene la procedura così da poter guidare il procedimento.
2. Definisci il ruolo che la persona eletta dovrà avere: compiti da portare a termine, abilità preferite o richieste, durata del ruolo; quante volte e quanto spesso la persona sarà valutata nello svolgimento del suo compito e quali sono i criteri di valutazione.
3. Distribuisci penne e fogli.
4. Ogni persona compilerà un foglio con il proprio nome sulla parte superiore della pagina ed il nome della persona che vorrà eleggere al di sotto del proprio nome. Solo una persona potrà essere nominata, è possibile l'auto nomina.
5. Round di nomina: il facilitatore raccoglierà i fogli seguendo l'ordine del cerchio e chiederà ad ogni persona di argomentare la propria scelta (le nomine sono scritte sul foglio così che i membri non possano cambiare la loro nomina durante il round). Uno alla volta i membri daranno le ragioni della nomina all'intero gruppo. Le ragioni dovranno avere una chiara connessione con le abilità indicate per ricoprire il ruolo. Il facilitatore scrive quante nomine ha ricevuto ciascun membro del gruppo e pone l'attenzione sulle ragioni delle nomine (possibilmente annotandole).
6. Il round di chiarimento: ciascun partecipante può esprimersi riguardo a come si sente in merito alla propria nomina o si possono fare domande alle persone che sono state nominate, ad esempio chiedendo a chi ha ottenuto il maggior numero di voti se sia effettivamente adeguato e disposto ad assumere il ruolo.
7. Il round di cambio: dopo aver ascoltato tutti, il facilitatore presenterà i risultati delle nomine e comincerà un secondo giro chiedendo ad ogni persona se sceglie di mantenere la nomina invariata o se desidera cambiarla sulla base delle motivazioni sentite nel gruppo. Il facilitatore modificherà il numero di voti a seconda delle risposte ricevute in questo round.
8. Il facilitatore proporrà una persona sulla base dell'opinione e della discussione del gruppo (non necessariamente la persona che ha ricevuto il maggior numero di voti), piuttosto la persona che sembra essere più portata, o che ha più possibilità di apprendere, di essere creativa....
9. Il facilitatore presenterà tre opzioni di voto:
  - a. Assenso (pieno consenso)
  - b. Assenso con riserva ("acconsento ma ho qualche dubbio che non impedisce comunque al processo elettivo di continuare")
  - c. Obiezione ("sono in disaccordo: non posso appoggiare la proposta poichè..."). L'obiezione aiuta il gruppo ad esprimere importanti dubbi, qualcosa che si ritenga possa danneggiare il gruppo, devono dunque esserci delle ragioni oggettivamente valide.
10. Il facilitatore ricorda che la decisione deve semplicemente essere "abbastanza buona e abbastanza sicura per adesso per essere testata", potrà sempre essere cambiata e gli interessi in gioco tutelati tramite la valutazione e il processo di monitoraggio dei progressi del candidato nello svolgimento delle sue funzioni.
11. Round di consenso: partendo dalla sinistra del candidato nominato, ad ogni persona sarà chiesto di esprimere il proprio assenso/obiezione. La persona nominata è l'ultima ad esprimere la sua opinione. La persona verrà eletta se tutti voteranno con assenso o assenso con riserva. Se la persona è stata eletta e ci sono stati dei dubbi è questo il momento di dar loro spazio. Si prende atto e ci si adatta in base al tipo di dubbio espresso. Se la persona non è stata eletta si devono prima di tutto ascoltare le obiezioni. Il facilitatore integra i feedback nella proposta o chiede a qualcuno del gruppo di farlo. Con questa nuova proposta si procederà ad un nuovo round di assenso. E così via ripetendo il processo finchè non sarà raggiunto il assenso pieno o l'assenso con riserve.
12. Celebrazione!

## Risorse

- [www.thriveincommunity.co.uk](http://www.thriveincommunity.co.uk)
- [www.sociocracy30.org](http://www.sociocracy30.org)
- Protocollo per un'elezione sociocratica:  
<https://www.youtube.com/watch?v=IR8z4ctDPoQ&list=PLyjZRYWaEawEZsrMYjrM6o6rghnLXU0Od>
- <https://www.youtube.com/watch?v=QSOc7gNYuGg>

## Riflessioni

- Che differenze hai notato tra questo modo di eleggere qualcuno e il modo convenzionale al quale sei abituato?
- Quali potrebbero essere i vantaggi di usare questo strumento?
- Come credi si senta la persona eletta? Credi sia più motivata al lavoro o al compito assegnato?

## Istruzioni per l'invio

Carica una foto, la descrizione del ruolo e un resoconto dell'elezione, mettendo in luce le parti positive del processo e quelle da migliorare. Scrivi una riflessione personale sui vantaggi e gli svantaggi di tale metodo ed i punti chiave emersi dalle riflessioni dei partecipanti. Le istruzioni su come caricare i file e presentare i propri lavori in Moodle potete trovarle [qui](#).

## Istruzioni per la valutazione

Fornire dei feedback ad almeno uno dei partecipanti tra quelli che hanno svolto questa attività. Le istruzioni su come fornire un feedback potete trovarle [qui](#).

# Il potere delle donne!



[flickr photo](#) shared by [lolololori](#) under a [Creative Commons \( BY-SA \) license](#)

## Introduzione

La rivoluzione “sostenibile” nella società è stata guidata dai giovani. E’ imprescindibile però che sia guidata sia da donne che da uomini. L’uguaglianza di genere e la sostenibilità vanno mano nella mano. In questo senso sviluppare qualità da leader fin da giovani è forse ancora più impotante per le donne che per gli uomini. E’ infatti importante agire per eliminare la [disuguaglianza di genere ancora presente in alcuni contesti scolastici](#), nei quali i metodi di insegnamento usati dagli insegnanti, più o meno consapevolmente, continuano ad alimentarla (vedi l’utilizzo del genere maschile a tutti i costi, la “socializzazione” della femminilità – gli insegnanti consigliano alle studentesse di aderire ad un ideale femminile - per non parlare dei pregiudizi di genere presenti nei libri di testo). Ogni volta che diciamo "i ragazzi saranno ragazzi" noi sosteniamo la disuguaglianza di genere. Ogni volta che nominiamo una ragazza "maschiaccio" noi promuoviamo la disuguaglianza di genere.

In questa attività insegnanti e operatori giovanili vengono incoraggiati ad usare delle tecniche per promuovere l’uguaglianza di genere e le capacità di leadership nelle ragazze, sia nell’educazione formale che in quella informale.

## Tipo di attività

Esperienziale / Gruppo

## Durata

Due ore per diversi mesi

## Risultati dell'apprendimento

- Conoscere ed adottare strumenti per l'uguaglianza di genere per sviluppare nelle ragazze le qualità della leadership nell'educazione
- Sensibilizzare i giovani circa i problemi relativi alla disuguaglianza di genere e le relative soluzioni

## Istruzioni

### **Materiali e strumenti richiesti:**

- Bastone della parola, carta per le presentazioni e pennarelli
- Computer o proiettore per il video introduttivo

### **Istruzioni dettagliate:**

1. Dividere i partecipanti in piccoli gruppi di massimo sei/sette persone; assicurarsi che ci sia la stessa percentuale di uomini e donne nel gruppo. Ricorda: le piccole discussioni collaborative incoraggiano nel gruppo la partecipazione sia dei maschi che delle femmine.
2. Iniziare l'attività mostrando un video sull'uguaglianza di genere (si possono usare i video forniti nella sezione Risorse di seguito).
3. Dare ai partecipanti 15-20 minuti per riflettere sul video e discutere in gruppo le proprie riflessioni. Per facilitare il dibattito si possono proporre le domande fornite nella sezione Riflessioni di seguito.
4. Per promuovere l'uguaglianza di genere durante l'interazione tra studenti/insegnanti può essere usato un bastone della parola – chi parla esprime le sue opinioni e poi passa il bastone alla persona accanto. In alternativa se si decide di non usare il bastone della parola, si conceda tempo sufficiente (3/5 secondi) prima di dare la parola: spesso i ragazzi alzano la mano più velocemente, mentre solitamente le ragazze aspettano fino ad avere una risposta ben formulata. Occorre porre l'attenzione sul fatto di chiamare tanto le ragazze quanto i ragazzi (secondo gli studi effettuati [gli insegnanti chiamano involontariamente e inconsapevolmente più spesso i ragazzi che le ragazze](#)). Un buon modo per controllare il proprio lavoro con i ragazzi è di riprendere-registrare una lezione/seminario. Naturalmente occorre assicurarsi di usare un linguaggio neutro nei discorsi in cpn o gruppi di giovani.
5. Adesso i piccoli gruppi tornano insieme e devono pensare alle donne che nella storia hanno sfidato le proprie norme e consuetudini locali (si possono includere donne anche del presente). E' possibile effettuare ricerche su internet, dare circa 20 minuti. Ogni gruppo deve presentarne due o tre, possono essere: scienziate, attiviste, combattenti della resistenza, chiunque da Marie Curie a Giovanna D'Arco. Ogni gruppo avrà a disposizione 10 minuti, nella presentazione possono essere inclusi disegni, foto, qualche parola sul foglio o addirittura qualche articolo preso da vecchi giornali.

\*Se questa attività viene svolta in una classe si può creare un angolo chiamato "potere femminile" dove questo materiale possa essere esibito sul muro. [La percentuale di donne nella scienza e nella matematica è più bassa di quella degli uomini](#) e questo spesso è attribuibile a come le attitudini dei bambini si sono formate durante l'infanzia. Le ragazze, a differenza dei ragazzi, hanno bisogno di identificarsi in alcuni ruoli prima di riuscire ad immaginarsi in essi. Un'altra ottima attività consiste nel portare in classe scienziate, matematiche, ingegneri dando la possibilità ai ragazzi di ascoltare le loro storie. In aggiunta potete organizzare dei viaggi alle società STEM (Science, Technology, Engineering and

Math education) e proporre alle ragazze di partecipare ad un tirocinio formativo presso il settore STEM per giovani.

## Risorse

- Equitable Classroom Practices: <http://www-bioc.rice.edu/precollege/ei/Equitable%20Classroom%20Practices.pdf>
- Childhood Gender Roles In Adult Life: <https://www.youtube.com/watch?v=381belOZreA>
- Why Gender Equality Is Good for Everyone - Men Included: <https://www.youtube.com/watch?v=7n9IOH0NvyY>

## Riflessioni

- Riflettendo sui video. Quali sono i ruoli di genere durante l'infanzia?
- Qual è la differenza tra il genere e il sesso?
- Perché dovremmo preoccuparci per l'uguaglianza di genere - qual è la sua correlazione con la povertà, l'occupazione femminile, ecc?
- Come beneficiano gli uomini della parità di genere?

## Istruzioni per l'invio

Invia nella piattaforma di Moodle le risposte alla sessione Riflessioni. Le istruzioni su come caricare i file e presentare i propri lavori in Moodle potete trovarle [qui](#).

## Istruzioni per la valutazione

Fornire dei feedback ad almeno uno dei partecipanti tra quelli che hanno svolto questa attività. Le istruzioni su come fornire un feedback potete trovarle [qui](#).

# Solidarietà, no carità!



[flickr photo](#) shared by [dkantoro](#) under a [Creative Commons \( BY-NC \) license](#)

## Introduzione

"Non è che siano cattive persone, quando le guardiamo o conversiamo con loro ci accorgiamo che esistono e che dovremmo prendercene cura. Ma è molto più facile chiudere semplicemente gli occhi e proteggere il nostro cuore dalla loro esistenza".

La maggior parte di noi ha incontrato, ad un certo punto della propria vita, persone che vivono per la strada, senza una casa o semplicemente un gruppo di minoranza emarginata, come i Rom. Il "sottoproletariato", "gli indesiderati", "la feccia della società" ...li vediamo, gli passiamo di fronte, alcuni di noi lanciano una moneta o due, mentre altri semplicemente distolgono lo sguardo.

Ma quanti di noi hanno avuto il coraggio di parlare con loro? Quanti di noi li riconoscono come esseri umani dando loro un saluto al mattino o riconoscendo la loro esistenza con un semplice cenno del capo?

In questa attività ci viene ricordato che queste persone emarginate non sono "casi da carità", ma esseri umani come noi. Cercheremo di mostrare solidarietà parlando con loro come fossero amici.

## Tipo di attività

Individuale/ di gruppo

# Durata

Indefinita

## Risultati dell'apprendimento

- Connettersi con le persone emarginate, mostrando loro ascolto ed empatia
- Cambiare le nostre percezioni su di essi

## Istruzioni

### **Lavoro preparatorio:**

Trovate nella vostra zona residenze per persone senza fissa dimora, offrite loro il vostro lavoro volontario per poter familiarizzare con i gruppi emarginati. In alternativa, si può semplicemente camminare in un qualsiasi quartiere ed individuare eventuali persone che vivono o dormono per la strada. E' possibile portare gli scacchi, le carte, uno strumento musicale o qualsiasi altro supporto all'attività ricreativa.

### **Istruzioni dettagliate:**

1. "Buongiorno!" O "Ciao!" è un modo semplice ma efficace per avviare una conversazione. Assicuratevi di guardare la persona dritto negli occhi. "[Le persone "non homeless" non guardano quasi mai i senzatetto negli occhi. Guardare una persona negli occhi e fargli un cenno con il capo è ciò che di più rispettoso si possa fare](#)".
2. E' consigliabile avere una tazza di caffè o di tè da offrire. Tuttavia, assicuratevi di portare 2 tazze, una per la persona per strada e una per voi - si vuole mostrare solidarietà e non fare la "carità ". Invece di limitarci ad offrirgli una tazza di caffè caldo, mostriamo solidarietà dicendo: "Ti piacerebbe condividere una tazza di caffè con me?" Se la persona accetta, sedetevi con loro, evitate di stare in piedi. Se vi sentite disagio seduti, potete tentare di accovacciarvi accanto alla persona.
3. È possibile continuare la conversazione chiedendo: "Come stai? Come ti chiami?" "Se la persona è cosciente, si può lentamente passare a parlare di argomenti leggeri come quanto è buono il caffè, se fa freddo o qualsiasi cosa venga in mente. Una volta che si riesce a rompere lentamente il ghiaccio, si può chiedere: "Vedo che sei seduto qui ogni tanto, mi chiedo dove dormi di notte" cercate di scoprire la storia di questa persona, perché è per strada, cosa è gli successo, com'era la sua vita in precedenza? Ricordate che se la persona è per la strada, spesso, non necessariamente significa che sia senza casa.
4. Cercate di essere empatico piuttosto che simpatico, essere pienamente presente in ogni interazione e conversazione, ascoltare profondamente tutto ciò che la persona dice, guardarla negli occhi, essere sinceramente curioso. Non occorre offrire soluzioni, empatia significa mostrare comprensione su come la persona si sente, semplicemente dicendo: "Ti ascolto, deve essere molto difficile essere passato attraverso quello che mi racconti. Grazie per averlo condiviso con me " questo può essere molto più potente che qualsiasi soluzione magica. Naturalmente, è positivo chiedere come si potrebbe essere di aiuto, informare la persona circa eventuali posti dove poter dormire (se ve ne sono), ma cercate di non passare subito alle soluzioni.
5. Sorridete alla persona. Non abbiate paura di toccarla, anche solo con un leggero colpetto sulla spalla (ma attenzione - non a tutte le persone piace questo approccio, quindi è necessario capire prima se è il caso). E 'importante riconoscere la persona come un essere umano, alla pari. E perché no, quando si saluta, offrire un abbraccio.

OPZIONE 1

Se possibile, provate a scrivere la storia della persona e pubblicatela in qualche rivista. Si tratta di un potente strumento per dare voce alle persone senza fissa dimora. La scrittura è un buon modo per agire indirettamente quando si tratta di attivismo sociale.

#### OPZIONE 2

Ci sono molte iniziative di solidarietà in tutto il mondo che incoraggiano i “non senzatetto” a dormire fuori casa per una notte. Se vi sentite di fare un’esperienza simile, rimanete per una notte accanto ad una persona senza fissa dimora. Se vi sentite a disagio a farlo da soli, potreste invitare i vostri amici ad unirsi a voi! O meglio ancora, fate un evento on-line (ad esempio su facebook) e organizzate una “dormita” all’aperto di solidarietà, come protesta pacifica politica! Questo è un modo efficace per aumentare la consapevolezza nella gente e per sperimentare direttamente, almeno in parte, il vissuto difficile che queste persone si trovano ad affrontare: “una notte nei loro panni”.

## Riflessioni

- Cosa avete imparato sulle persone emarginate?
- Quali storie hanno condiviso con voi?
- Fare questa esperienza ha modificato la vostra percezione circa le persone che vivono per la strada?
- Pensate che in futuro cambierà la vostra percezione dei senzatetto?

## Istruzioni per l'invio

Fornite le risposte alle domande sotto la voce “Riflessioni” e caricatele in Moodle. Le istruzioni su come caricare le foto e come presentare i lavori su Moodle possono essere trovate [qui](#).

## Istruzioni per la valutazione

Fornite feedback per almeno un partecipante che ha svolto questa attività. Le istruzioni su come fornire un feedback possono essere trovate [qui](#).

# Come interagire con i governi (locali)



[flickr photo](#) shared by [chrisjohnbeckett](#) under a [Creative Commons \( BY-NC-ND \) license](#)

## Introduzione

Tu sei giovane, ardente per il cambiamento verso un mondo migliore... ma senti che spesso la tua voce cade nel vuoto quando si tratta di parlare ad istituzioni e governi. Come si può dunque realizzare quel cambiamento desiderato? Quali strumenti usare? Se da un lato le petizioni e le proposte progettuali, all'interno dei comuni, possono essere ancora considerate delle forme valide di interazione con le autorità locali / nazionali, dall'altro vi è una crescente necessità di andare oltre e di esplorare mezzi più creativi di comunicazione con i politici e con le parti interessate.

Per esempio, la gente del Sud Africa ha utilizzato la [danza toyi toyi](#) come una danza di protesta politica, sbattendo i piedi e pronunciando slogan politici per esprimere il loro malcontento verso il governo e promuovere il cambiamento. Le proteste non devono necessariamente essere espressioni di rabbia, si può effettivamente essere divertenti nel fare una dichiarazione ai governi. Per fare un esempio, [l'associazione CIRCA](#) ("I pagliacci manifestanti") stanno usando l'umorismo durante le loro manifestazioni. Le lezioni apprese da Occupy Wall Street e da Arab Spring sottolineano l'importanza di un'altra forma di organizzazione dei cittadini e di attivismo moderno, basata sull'uso delle diverse piattaforme di social media, come Facebook, Twitter, MoveOn.org ecc. Altri metodi più controversi vanno dalla resistenza civile (una resistenza non violenta) alla nudità come forma di protesta, utilizzata per esempio da parte del [gruppo di protesta FEMEN](#) per iscenare proteste contro il sessismo, il turismo sessuale, le agenzie matrimoniali internazionali, ecc. Uno strumento meno diffuso, ma piuttosto controverso è stato lo sciopero del sesso, usato ad esempio dalle donne dalla città colombiana di Barbacoas ("[il movimento gambe incrociate](#)") per convincere gli uomini di unirsi a loro nell'attività di lobbying verso il governo per la costruzione di strade sicure per la loro città; dopo lo sciopero il governo ha finalmente prestato un orecchio amichevole per la loro situazione e ha iniziato a ricostruire le strade.

Questa attività si propone di esplorare metodi alternativi di interazione con le autorità locali per stimolare la partecipazione dei giovani nelle comunità locali.

## Tipo di attività

Di gruppo / Esperienziale

## Durata

Per tutta la vita! :)

## Risultati dell'apprendimento

- Ispirare i giovani a diventare cittadini politicamente attivi
- Sperimentare forme alternative di cittadinanza attiva per contribuire allo sviluppo sostenibile delle comunità locali

## Istruzioni

1. Create connessioni con persone che vorrebbero combattere per una causa comune. Trovate degli obiettivi comuni che richiedano una certa influenza politica locale, come infrastrutture o questioni rilevanti che influiscono negativamente sulla vostra comunità. Da un sogno comune il gruppo dovrebbe creare una visione relativa al problema in questione, definire gli obiettivi, le attività da porre in essere e ricordarsi di ricavarsi dei momenti per festeggiare. Per esempio prendere in considerazione domande come:
  - a) Perché la politica locale, le infrastrutture, o la pratiche promosse dal governo sono state disegnate in tal modo?
  - b) Come potrebbero essere migliorate con il minimo costo iniziale e in un'ottica di lungo termine?
2. Effettuate una ricerca sulla tematica in questione. Indagate online o tramite una conversazione con gli ufficiali preposti dal governo locale. Quali sono le differenti strategie possibili per ottenere il cambiamento desiderato? Prendete in considerazione il dialogo diretto con i politici, come un evento mediatico idoneo a sollevare l'attenzione e la mobilitazione dei cittadini per sostenere la vostra causa. Cercate dei modi creativi per fare arrivare il vostro messaggio - i politici sono spesso molto impostati nei modi e nelle forme, potrebbero essere impiegati ad esempio:
  - a) [L'arte come protesta](#) (Project Orange, Guerilla Girls etc)
  - b) [La resistenza civile](#)
  - c) [Smart mob](#)
  - d) [L'attivismo digitale \(hashtag activism\)](#)
  - e) [Danza come protesta](#)
  - f) [Teatro politico](#)
  - g) [Sit-in](#)
  - h) [Il lavoro volontario come un metodo per dare origine alle voci inascoltate dei comuni cittadini da parte delle istituzioni e degli enti governativi.](#)
3. Nel caso in cui vi mancasse il sostegno della popolazione locale, cercate di organizzare campagne di sensibilizzazione usando l'arte per sensibilizzare verso il problema (vedi sopra), scrivendo sul giornale locale, offrendo collaborazione comunitaria, creando spazi aperti dove le persone abbiano la possibilità di discutere con senso critico le questioni sociali che gli stanno a cuore.
4. Quando si arriva al punto di dialogo diretto con i politici o le parti interessate, occorre assicurarsi di aver disegnato una proposta concreta con un certo anticipo. La vostra proposta è a vantaggio di più persone, saranno in molti a sostenere il vostro punto di vista? Perché il governo locale dovrebbe adottare la vostra proposta?

Ecco i passi da seguire:

- Individuare un problema fortemente sentito.
- Proporre una modifica concreta del sistema attuale, realizzabile.
- Scegliere la strategia adeguata per la progettazione di una campagna di sensibilizzazione verso il cambiamento desiderato.
- Testare la strategia attraverso la realizzazione di una azione / evento / incontro / pubblicità.

## Riflessioni

- Che tipo di difficoltà avete incontrato nell'approccio con i rappresentanti dei governi locali?
- Quali problemi i giovani ritengono fondamentali da integrare nel lavoro del governo locale?
- Quali modalità di interazione con le autorità (locali) si sono impiegate?
- Che tipo di raccomandazioni fareste al governo locale per creare meccanismi di coinvolgimento dei giovani nella vita politica locale?

## Istruzioni per l'invio

Fornire le risposte alle domande poste come riflessioni e caricarle in Moodle. Le istruzioni su come caricare ed inviare materiale su Moodle le trovate [qui](#).

## Istruzioni per la valutazione

Fornire feedback per almeno un partecipante che ha svolto questa attività. Le istruzioni su come fornire un feedback le trovate [qui](#).

# Abbracciando le nostre ombre



[flickr photo](#) shared by [Michelle Brea](#) under a [Creative Commons \( BY-NC-ND \) license](#)

## Introduzione

[Il processo 3-2-1](#) è stato sviluppato da Ken Wilber e dai suoi colleghi dell'Istituto Integrato come strumento semplice ed efficace per lavorare con la propria "ombra". Questo processo aiuta ad affrontare la nostri aspetti "ombra": quella parte di noi che si manifesta come pensieri ed emozioni inconscie, con l'obiettivo di diventarne consapevoli e poterci quindi lavorare. Ci vuole una straordinaria quantità di energia per mantenere nascosti gli aspetti di noi stessi che non desideriamo vedere, e l'energia utilizzata per reprimere o negare questi lati rimossi potrebbe essere re-indirizzata verso attività più costruttive. Quando facciamo luce sulla nostra ombra stiamo integrando aspetti di noi stessi che rinneghiamo e di conseguenza stiamo liberando l'energia che usavamo in precedenza per nasconderli, che può poi essere utilizzata per altri scopi più costruttivi.

Questo esercizio coinvolge i partecipanti attraverso un processo curativo di scrittura, che ha come scopo l'analisi delle forme in cui l'ombra può manifestarsi nella vita quotidiana.

*\*Si prega di tenere in considerazione che questa attività può far emergere forti emozioni. E' necessario garantire uno spazio sicuro e accogliente, e chiedere ai partecipanti di affrontare il lavoro sull'ombra in modo graduale e a piccoli passi.*

## Tipo di attività

Individuale / di gruppo, esperienziale.

[I partecipanti possono scegliere di lavorare da soli o in coppia, in ogni fase dell'esercizio].

## Durata

90 minuti

## Risultati dell'apprendimento

- Riconoscere le proprie modalità di reazione e capire quali parti rifiutiamo di noi stessi, manifestandole nelle persone che incontriamo
- Aumentare la nostra consapevolezza rispetto alle modalità con le quali ci relazioniamo con gli altri e mettere in pratica metodi di risoluzione dei conflitti
- Approfondire la comprensione del concetto di inter-connesione

## Istruzioni

### **Materiali e strumenti richiesti:**

- Un quaderno
- Penne

### **Istruzioni dettagliate:**

1. Invitate i partecipanti a pensare ad una situazione o ad una persona che gli ha causato una reazione emotiva (positiva o negativa) nel mese precedente. *[Dai ai partecipanti 3 minuti per pensarci, individualmente].*
2. Chiedere ai partecipanti di mettere per iscritto il proprio "racconto" personale, senza pensarci troppo, lasciando fluire il pensiero senza giudizio. *[10 minuti]*
3. Invitarli a condividere la loro esperienza per 5 minuti, in coppia.
4. Chiedere ai partecipanti di tornare al proprio "racconto" e riflettere sulle seguenti domande, come se ci fosse un dialogo aperto con la persona in questione:
  - a. Perché stai facendo questo?
  - b. Di cosa hai bisogno?
  - c. Cosa stai cercando di farmi vedere?
  - d. Cosa hai da insegnarmi?
5. In un secondo momento, chiedere ai partecipanti di immaginare le risposte della persona e scriverle. *[Dare ai partecipanti 15 minuti per le annotazioni].*
6. Invitate i partecipanti a immedesimarsi nell'altro, assumendo in sé le qualità che provocano fastidio o affascinano e dando corpo e voce a questi tratti; scrivere quindi le risposte come se le avesse date l'altra persona *[10 minuti].*
7. Al termine dell'annotazione, chiedere ai partecipanti di tornare alle coppie originali ed analizzare insieme l'elaborato, chiedendosi se pensano di possedere loro stessi le qualità "negate", o se hanno avuto altre intuizioni su se stessi. *[5 minuti a persona].*
8. Infine riunire tutto il gruppo per 20 minuti per la condivisione in plenaria, usando gli spunti di riflessione.

## In allegato file di supporto

[Video introduttivo per l'esercizio](#) (2 minuti) [in inglese]

## Riflessioni

- Nel corso dell'esercizio è emerso qualcosa che ha messo in luce qualcosa di nuovo su te stesso?
- Ti sembra di avere affrontato le emozioni che ritieni possano bloccarti?
- Hai notato dei cambiamenti nei sentimenti verso te stesso e verso questa persona?

## Istruzioni per l'invio

Carica 5 immagini del gruppo che lavora insieme. Carica una breve riflessione su come è andato il processo. Le istruzioni su come caricare i file e presentare i propri lavori in Moodle potete trovarle [qui](#).

## Istruzioni per la valutazione

Fornire dei feedback ad almeno uno dei partecipanti tra quelli che hanno svolto questa attività. Le istruzioni su come fornire un feedback potete trovarle [qui](#).

## Argomenti correlati

- Risoluzione del conflitto
- Own Side / Other Side
- Auto-riflessione

## Autore

Creative Commons - ySI4R Content Team. (Ispirato al processo di Ken Wilber 3-2-1)

# Il cerchio

*"Quando i nativi parlano, non parlano con la testa, rifacendosi a qualche teoria, menzionando quello che hanno letto su un libro, o ciò che qualcun altro ha detto loro. Piuttosto, parlano partendo dal cuore, dalle tradizioni del loro popolo e dalla conoscenza della loro terra: essi parlano di ciò che hanno visto, sentito e toccato e ciò che è stato trasmesso loro dalle tradizioni del loro popolo. E' il silenzio interiore che permette loro di ascoltare il suggerimento dei loro cuori e delle risonanze sottili che si trovano all'interno di ogni parola di una lingua e che, una volta pronunciata, riverberano in tutto il mondo."*

- David F. Peat

## Introduzione

Per migliaia di anni, gli esseri umani si sono seduti insieme in cerchio per condividere la propria verità, per capirsi meglio gli uni con gli altri e capire il mondo. Molte culture di tutto il mondo hanno utilizzato una qualche forma di "spazio comune" per condividere, consentendo ai partecipanti di diventare più intimi, ascoltare l'altro, crescere attraverso le sfide e la risoluzione dei conflitti. 'La Via del Cerchio' è una tecnica sviluppata sulla base dei principi fondamentali di questa antica pratica di condivisione di gruppo. Il Cerchio è un potente metodo di unione di un gruppo per conoscere l'altro e ascoltare profondamente. Il Cerchio si tiene sempre in cerchio.

Ci sono quattro regole base che rendono lo spazio di un cerchio - che da ora in poi chiameremo "Consiglio" - più sicuro e in grado di portare avanti verità e fiducia all'interno di un gruppo (più una aggiuntiva):

1. L'ascolto dal cuore significa ascoltare veramente, non giudicare ciò che viene detto, guardando al futuro o usando la mente per analizzare e valutare. E' l'essere pienamente presente all'altro, per sentire ciò che è vero per lui e per cercare di capire e vedere la persona anche attraverso le sue parole e il suo silenzio. Questo richiede l'utilizzo del cuore per sentire, piuttosto che delle sole orecchie.
2. Parlare dal cuore è dire ciò che per qualcuno è vero in quel momento. E' mostrare realmente quello che è vivo nel cuore, essendo presente, e quindi offrendo al gruppo una verità personale. Può essere una parola, una storia, una canzone, una poesia, o qualsiasi altra cosa emerga. Parlare dal cuore significa non pensare precedentemente a ciò che si vuole dire e riconoscere che il silenzio può essere altrettanto potente che una dichiarazione di parole.
3. Essenzialità di espressione è essere succinti, chiari, andare al punto. L'intento è quello di dire l'essenza di ciò che si vuole esprimere e condividere. Questo non significa "fretta", ma semplicemente dire quello che c'è senza essere ripetitivo. Questo aspetto del Consiglio serve per dar modo a tutti i presenti nel cerchio di condividere, facendo sì che emergano le cose più importanti e in modo chiaro e diretto. Essa aiuta anche a mantenere l'attenzione dell'ascoltatore.
4. La spontaneità rafforza l'idea di non pianificare ciò che si sta per dire. Si crea la libertà di non cadere in vecchi schemi di pensiero e di parole, lasciando spazio a variazioni del discorso seguendo ciò che viene condiviso. Non vi è alcuna necessità di seguire dei 'normali' modelli di conversazione e consente di seguire il momento.
5. Riservatezza. Pur non essendo una delle quattro regole base del Consiglio, è richiesta confidenzialità anche nello spazio al di fuori del cerchio. Questo crea un più profondo senso di fiducia e di rispetto per ciò che viene detto nel cerchio.

[Questa attività](#) offre l'opportunità di sperimentare il "Consiglio", dove poter ascoltare e parlare dal cuore o essere silenziosamente presenti.

## Tipo di attività

Di gruppo / esperienziale

## Durata

Di solito 1-2 ore

## Risultati dell'apprendimento

- Per capire e sperimentare, in prima persona, il potere di ascoltare e di parlare con il cuore, in uno spazio protetto e sicuro

## Istruzioni

### **Materiali e strumenti richiesti:**

- Un oggetto per parlare: un bastone, una pietra o un altro oggetto naturale che sia facile da tenere in mano. Può anche essere un oggetto con un significato specifico. Nel corso del Consiglio, solo la persona che detiene l'oggetto per parlare dovrebbe farlo. L'oggetto per parlare rappresenta un segno di rispetto verso la verità che ogni individuo esprime nel gruppo.
- Una posizione seduta confortevole: cuscini, tappeti o sedie da utilizzare per fare il cerchio.
- Un oggetto in centro al cerchio se lo si desidera: fiori, una candela o qualcosa per abbellire lo spazio e creare un senso di solennità, calma e concentrazione.

### **Istruzioni dettagliate:**

1. Preparare lo spazio. Dovrebbe essere un ambiente comodo, tranquillo e riservato.
2. Raccogliere il gruppo: la gente dovrebbe sedersi in cerchio, in modo che ogni persona possa facilmente vedere tutte le altre persone nel cerchio.
3. Aprire lo spazio:
  - a) Il responsabile del Consiglio introduce le regole del Consiglio, l'oggetto per parlare e si accerta che tutti abbiano capito, rispondendo a tutte le domande.
  - b) Il Consiglio è molto ampio e inclusivo: il tema o l'argomento della condivisione possono riguardare un problema specifico che ha bisogno di essere discusso, o più in generale, essere uno spazio dove le persone possono condividere ciò che stanno pensando o provando in un dato momento. Un'idea è quella di invitare i partecipanti a parlare dei propri alti e bassi nella giornata o settimana, dei propri pensieri o si può verificare se c'è qualcosa che sentono di voler condividere nel gruppo. Se c'è un argomento specifico o tema su cui il Consiglio dovrebbe concentrarsi, assicurarsi di spiegarlo chiaramente.
  - c) Decidere quanto tempo dare ad ogni persona per parlare e concordare le modalità per evidenziare la scadenza del tempo. Spesso si usano un carillon o una campana.
  - d) Posizionare l'oggetto per parlare nel mezzo del cerchio e invitare tutti ad ascoltarsi e sentire se qualcuno vuole iniziare. È possibile avviare il gruppo con questa idea: un buon modo per sapere se si è pronti a parlare per primi è ascoltare se il vostro cuore batte forte o veloce.
4. La prima persona che si sente pronta a parlare può avvicinarsi al centro e prendere l'oggetto per parlare. La persona quindi condivide tenendo conto delle regole del

- Consiglio (vedi sopra). Una volta finito, sceglie una direzione verso cui passare il bastone per parlare, il quale continuerà fino a aver fatto un giro completo del cerchio.
5. Consigliate alla persona successiva di tenere l'oggetto per parlare per un momento per vedere se ha qualcosa da condividere. Se non emerge nulla, la persona è invitata a sedersi in silenzio fino a quando non avrà da condividere: non vi è alcun obbligo di parlare. In questo modo, ogni persona nel cerchio riceve l'oggetto per parlare e ha la possibilità di condividere. Dopo che l'oggetto per parlare ha fatto il giro completo del cerchio, l'ultima persona deve riporlo al centro.
  6. Se c'è ancora tempo si può anche valutare di riaprire lo spazio per una seconda condivisione, o per coloro che non hanno parlato nel primo giro.
  7. Una volta che è stato detto tutto il necessario, o il tempo a disposizione è scaduto, chiudete lo spazio facendo attenzione a ringraziare tutti i partecipanti.

## Risorse

- <http://council-network.eu>

## Riflessioni

- E' stata un'esperienza utile per la maggior parte del gruppo?
- E' stato difficoltoso o bizzarro?
- Il Consiglio ha permesso alle persone nel gruppo di sentirsi più unite?
- Quali cose potrebbero essere cambiate (nel gruppo o nella facilitazione) nei futuri Consigli?
- Ci sono stati conflitti o problemi che sono stati risolti durante il Consiglio?
- Il gruppo ha mostrato interesse a tenere ulteriori Consigli?

## Istruzioni per l'invio

Caricate una foto del consiglio con qualcuno che tiene il bastone della parola. La foto non dovrebbe essere fatta durante il consiglio stesso e dovrete avere il permesso da tutti coloro il cui volto appare nella foto. Inviare una breve descrizione, almeno 200 parole, del Consiglio e di quello che è stato per il gruppo. Le istruzioni su come caricare i file e presentare i propri lavori in Moodle potete trovarle [qui](#).

## Istruzioni per la valutazione

Fornire dei feedback ad almeno uno dei partecipanti tra quelli che hanno svolto questa attività. Le istruzioni su come fornire un feedback potete trovarle [qui](#).

# Il consiglio di tutti gli esseri

## Introduzione

Gli esseri umani sono diventati una presenza dominante su questo pianeta: vivono in quasi tutti gli ecosistemi e hanno rapidamente distrutto il proprio habitat naturale, con l'obiettivo di fare spazio ad altri esseri umani e di ottenere le risorse necessarie a sostenere lo stile di vita moderno. Ma gli esseri umani sono soltanto una tra le migliaia di specie esistenti nel pianeta che, tra l'altro, risultano in qualche modo danneggiate o minacciate dall'agire umano. Nonostante tale evidenza ci soffermiamo di raro ad ascoltare le voci degli esseri con i quali condividiamo l'esistenza nel mondo e a riflettere sui loro bisogni.

Il Consiglio si riferisce a uno strumento di comunicazione con il quale le persone ascoltano e parlano con il cuore. Creando intuitivamente una connessione con altre forme di vita e condividendo il loro messaggio in un cerchio, diamo voce ai numerosi abitanti del mondo naturale, sostenendoli nella loro espressione. Questa attività ci permette di capire i messaggi degli altri esseri del pianeta e di rivedere le nostre azioni dalla loro prospettiva.

## Tipo di attività

Di gruppo / esperienziale

## Durata

Da 1 a 3 ore

## Risultati dell'apprendimento

- Sperimentare come si potrebbe sentire un essere "non umano" nel condividere con gli esseri umani la vita sulla Terra
- Stimolare l'espressione creativa e artistica come strumento di denuncia verso la crisi ecologica del pianeta
- Approfondire la relazione che esiste tra gli esseri umani e le altre specie del pianeta

## Istruzioni

### ***Materiali e strumenti richiesti:***

- Lo svolgimento dell'attività dovrebbe avvenire in un posto tranquillo, all'aperto o in una stanza in cui non sarete disturbati. Se svolgete l'attività in uno spazio chiuso o in una classe, evitate le camere con luci troppo forti o portate con voi una piccola lampada per creare l'atmosfera appropriata.
- [Materiali per creare](#): carta rigida o cartone (da costruzione), colori, matite colorate, pietre, conchiglie, o altri oggetti trovati e/o riciclati, forbici, colla, qualsiasi altro strumento utile per la creazione artistica.

### ***Istruzioni dettagliate:***

1. Spiegate l'intero processo prima dell'inizio dell'attività, in modo che i partecipanti sappiano cosa sta per accadere.
2. Invitate i partecipanti a sedersi o sdraiarsi in modo che siano confortevoli. Chiedete loro di chiudere gli occhi e lasciare che l'immagine di un animale, umano o parte della natura o di paesaggio, gli venga in mente. Ricordate loro di non costringersi a pensare a un certo animale o a un particolare della natura, ma piuttosto che lascino che l'essere in questione gli faccia visita nei loro pensieri in maniera naturale e non forzata.
3. Chiedete ai partecipanti di "diventare" gli esseri che gli hanno fatto visita nella loro immaginazione. Chiedete loro come si sentono trasformandosi in quell'animale o in quell'elemento della natura (si può diventare una nuvola, una montagna, un albero, un lupo, un ragno, o un altro essere umano). Fate loro riflettere su alcune domande: "Cosa mi sta accadendo? Come mi sento? Qual è la mia vita? Come sono i miei giorni? E le mie notti? Come sono le mie interazioni con altri esseri? E con il mio ambiente circostante? Cosa voglio? Cosa mi viene da dire? Cosa vorrei dire alla gente? Che tipo di saggezza o di buon senso sento di aver appreso?" Ricordate loro di ascoltare dentro di sé le risposte.
4. Dopo aver dato ai partecipanti un po' di tempo per "diventare" veramente l'essere da loro scelto, portate gli strumenti artistici al centro del cerchio e invitate i partecipanti ad aprire gli occhi e a fare in silenzio una maschera per rappresentare se stessi come l'essere prescelto. La maschera non deve apparire come l'essere, la maschera deve infatti essere solo rappresentativa. Alcuni partecipanti saranno tentati di trascorrere molto tempo sulla creazione della loro maschera. Ricordate loro che la maschera è solo una rappresentazione. Dategli un tempo indicativo di cinque minuti per la costruzione e di un minuto per la rifinitura della maschera. Questa esperienza permette ai partecipanti di sperimentare una formula abbreviata del Consiglio di tutti gli esseri, nella formula integrale i partecipanti dovrebbero avere qualche ora per preparare il proprio costume e la propria maschera.
5. Ricordate alla gente che il Consiglio si riferisce a un metodo di comunicazione in cui ascoltiamo e parliamo con il cuore. Invitate le persone a parlare spontaneamente, senza pianificare e senza pensare troppo a quello che diranno. E' inoltre importante esprimersi in modo chiaro e conciso e mantenere il silenzio durante il turno degli altri membri del Consiglio.
6. Ciascuno membro del Consiglio degli esseri dovrebbe presentarsi, raccontare la propria vita: chi è, come vive, come trascorre il proprio tempo. A seguito di ogni presentazione, il Consiglio dovrebbe rispondere dicendo, "Ti ascoltiamo \_\_\_\_ (nome dell'essere)."
7. Chiedete ad ognuno degli esseri di parlare di nuovo, questa volta dicendo al Consiglio ciò che sta accadendo loro, cosa hanno subito da parte degli esseri umani e che messaggio vorrebbero gli arrivasse. Ancora una volta, il resto del gruppo risponde dicendo "Ti abbiamo ascoltato \_\_\_\_ (nome dell'essere)."
8. Dopo che ogni essere ha parlato, chiedete loro di parlare ancora una volta, e di condividere qualsiasi saggezza, conoscenza, o regalo che vogliono offrire al consiglio e ciò che potrebbero insegnare alle persone che sono disposte ad ascoltarli. Il gruppo risponde dicendo "Ti ringraziamo \_\_\_\_ (nome dell'essere)."
9. Infine, dopo che ogni essere ha parlato per l'ultima volta, chiedete ai partecipanti di togliere la maschera uno per uno. Appena ognuno di loro si è tolto la maschera, invitateli a trasformare le proprie maschere in se stessi e a fare una piccola promessa di cambiare un aspetto della loro vita, che fa male all'essere che hanno interpretato.
10. Il Consiglio si conclude dicendo "Queste promesse fatte, non saranno infrante. Grazie di cuore a tutti gli esseri che si sono uniti oggi per condividere sentimenti, emozioni, sogni, speranze e la propria saggezza."

## Risorse

- <http://www.earthwell.com.au/a-council-of-all-beings-for-students/>
- <http://www.earthregenerative.org/earth-empathy/hope-cat.html>
- <http://granadur.net/blog/the-council-all-beings>

L'ISTITUTO PER L'EDUCAZIONE UMANA

P.O. BOX 260

Surry, Stati Uniti 04.684

207.667.1025

info@HumaneEducation.org

[www.HumaneEducation.org](http://www.HumaneEducation.org)

## Riflessioni

- Come è stata questa esperienza per te?
- Siete riusciti a ottenere una maggiore conoscenza del modo in cui altri esseri non umani percepiscono il mondo?
- Ti senti più vicino/a ad altre forme ora?

## Istruzioni per l'invio

Caricate in Moodle una foto rappresentativa dell'esperienza e un breve testo contenente le risposte alla sezione "Riflessioni". Le istruzioni su come caricare i file e presentare i propri lavori in Moodle potete trovarle [qui](#).

## Istruzioni per la valutazione

Fornire dei feedback ad almeno uno dei partecipanti tra quelli che hanno svolto questa attività. Le istruzioni su come fornire un feedback potete trovarle [qui](#).

# L'escursione



[flickr photo](#) shared by [lorenkerns](#) under a [Creative Commons \( BY \) license](#)

## Introduzione

La natura è sia una grande maestra che la aula ideale dove apprendere. Osservando gli schemi della natura abbiamo capito come funziona il mondo e quanti elementi diversi si intreccino. Quale posto migliore per imparare di più su riciclaggio e riutilizzo se non dalla natura? Niente va sprecato, ogni parte degli esseri viventi viene mangiata, digerita e degradata e da inizio a un nuovo ciclo: la materia morta diventa fonte di nuova vita.

Oltre a questo, la natura è anche il mezzo per liberare la nostra mente dalle costrizioni sociali e distrazioni della vita in città. Questa attività offre l'opportunità non solo di esplorare l'ambiente naturale e ristabilire il contatto con esso, ma anche di migliorare le nostre abilità sociali e la conoscenza di noi stessi.

## Tipo di attività

Gruppo / Esperienziale

## Durata

Da 2 a 6 giorni di escursione in base alla scelta del gruppo.  
Da 2 a 4 giorni di preparazione a seconda del percorso.

## Risultati di apprendimento

- Capire ed apprezzare le altre persone e la diversità sociale, per un maggiore impegno sociale
- Conoscere gli ecosistemi e modelli naturali
- Sviluppare attitudini di leadership e maggior resistenza personale

## Istruzioni

### **Materiali e strumenti necessari:**

Informazioni dettagliate sulla località scelta: mappe, itinerari escursionistici, GPS (opzionale), ecc., informazioni sulle condizioni meteo nella zona. Informazioni sui partecipanti del gruppo (problemi di salute qualora presenti).

### **Istruzioni dettagliate:**

1. L'escursione può essere organizzata nella zona o in un'altra area naturale. Tutta la fase di pianificazione fa parte del compito e della sfida. Assicurarsi che l'escursione sia fattibile, ma sufficientemente dura per sviluppare le qualità sopra descritte.
2. Organizzare il gruppo per pianificare l'escursione. Preparare alcune opzioni per l'escursione, che siano accessibili per il gruppo ma in grado di costituire una sfida di buona durata.
3. Insieme al gruppo decidere il luogo, la durata e requisiti generali.
4. Preparare i diversi ruoli che possono avvicinarsi in tutta l'escursione: organizzatori percorso, responsabili per l'acquisto di cibo, cuochi, farmacisti, organizzatori di attività sportive, organizzatori dei giochi, cronometrista, facilitatore delle discussioni, fotografo, blogger, ecc. Consigli: verificare se le persone del gruppo abbiano abilità specifiche come, ad esempio, fare video o suonare. Accendete la creatività! Non dimenticatevi di includere un ruolo che svilupperà l'apprendimento attraverso l'osservazione della natura.
5. Dividete i ruoli e create uno schema di rotazione che permetta ad ognuno di cambiare il proprio ruolo durante l'escursione. L'organizzazione dell'escursione può richiedere da poche ore ad alcuni giorni a seconda dei ruoli delle persone (il percorso, cibo, attività e così via). Facilitare il processo e controllare che la pianificazione dell'escursione rimanga sicura e gioiosa.
6. Pensate a quali altre attività di questo corso possano essere sviluppate durante tutta l'escursione. Controllate la pianificazione e la preparazione del gruppo.
7. Via, partite per l'escursione! Ricordatevi di facilitare il gruppo, ma lasciate che si sviluppino le dinamiche interne.
8. Osservate e documentate ciò che sta accadendo durante l'escursione, prestando attenzione al processo di rotazione dei ruoli.

## Riflessioni

- Che cosa avete imparato?
- Qual è stata la cosa più difficile per voi?
- Quali ecosistemi avete osservato?
- Quali attività sociali hanno svolto un ruolo importante per voi?

## Istruzioni per l'invio

Caricate una foto dell'escursione e inviate un breve racconto del viaggio in Moodle. Sentitevi liberi di menzionare le sfide e ciò che ha maggiormente impressionato il gruppo. [Qui](#) trovate le istruzioni su come caricare le foto e come presentare le riflessioni in Moodle.

## Istruzioni per la valutazione

Fornite il feedback per almeno un partecipante che abbia svolto questa attività. Le istruzioni su come fornire un feedback le potete trovare [qui](#).

## Argomenti correlati

- Gaia Walk
- NVC: Comunicazione non violenta
- Ecologia profonda
- Raccogliere tutte le attività da altri moduli che possano essere sviluppate durante l'escursione, ad esempio la sera o le pause

# L'arte collettiva



[flickr photo](#) shared by [B Darling](#) under a [Creative Commons \( BY-NC-SA \) license](#)

## Introduzione

L'Europa sta affrontando [uno dei piu' significativi episodi di migrazione dei tempi moderni](#). Nonostante ci siano stati risultati positivi, anche grazie al melting pot che ne è derivato, emersi attraverso i tanti messaggi significativi di solidarietà, la voglia di abbattere le barriere culturali, l'abbraccio alla diversità culturale che queste migrazioni hanno portato, tutto ciò è accaduto attraverso un processo che non sempre è stato facile e felice. Con l'accentuarsi in tutta Europa del sentimento islamofobico, antisemita e anti-emigrante, l'estrema destra ha guadagnato popolarità in molti paesi causando un vero e proprio "effetto valanga" di molteplici attacchi violenti ai profughi, sia fuori che dentro i centri d'accoglienza. E' dunque indispensabile offrire risposte adeguate a tale scenario politico e sociale, che vede in primis una malsana tensione tra culture.

La tanto agognata integrazione tra popoli e culture risulta, ai giorni d'oggi, una meta tanto necessaria quanto ambiziosa e occorre mettere insieme tutte le forze per creare un profondo senso di unione e fratellanza tra i popoli. L'Arte essendo parte integrante di tutte le culture del mondo è uno strumento fantastico per integrare le molteplici visioni, al di là delle parole. La Co-creazione artistica, nota anche come arte collettiva o arte partecipativa, promuove la tolleranza e la condivisione tra culture diverse, crea la magia del lavoro di gruppo e diffonde la cultura della collaborazione, in tutti gli ambiti della vita. Dirigere il focus dell'arte su una causa sociale può essere un potente strumento per favorire dinamiche positive di cambiamento; coinvolgere gli artisti in un processo creativo agisce come un catalizzatore per il cambiamento sociale.

## Tipo di attività

Esperienziale/ di gruppo

## Durata

Preparazione: un paio d'ore a seconda delle opzioni disponibili

Durata: 2-3 ore

## Risultati dell'apprendimento

- Stimolare la propensione ad accogliere le differenze culturali
- Utilizzare il potere dell'arte per promuovere la solidarietà e la tolleranza in casi di conflitti

## Istruzioni

1. Individuate un gruppo di giovani all'interno di un campo profughi nella vostra regione (se non riuscite ad averne accesso, visitate un centro giovanile o qualsiasi altra organizzazione che lavora con persone di differenti culture);
  - a) Contattare in anticipo l'associazione per pianificare l'incontro e verificare se esistono già dei momenti di condivisione pensati per i ragazzi;
  - b) Organizzare il trasporto e allo stesso tempo cercare di coinvolgere il più possibile i partecipanti durante la fase di pianificazione, così da poter dare l'ora la sensazione di essere parte del progetto.
  - c) Un'altra opzione è quella di invitare i partecipanti ad un punto d'incontro comune, come un parco o una piazza della città.
2. Proporre attività che abbiano lo scopo di integrare i partecipanti nel gruppo, come i giochi rompighiaccio, fondamentali affinché tutti si sentano sicuri ed entusiasti.
3. Preparare la base sulla quale creare l'opera d'arte, usando ad esempio un muro, una grande tela, carta etc.
4. Introdurre l'attività raccontando la storia dell'isola deserta, dove l'intero gruppo è stato abbandonato dagli alieni. Spetta ora al gruppo progettare il proprio paese / mondo ideale, insieme.
5. Sottolineare che non ci sono regole pre confezionate, non ci sono confini, non esistono paesi o stati, possono progettare tutto quello che vogliono, purché sia insieme. Tutti dovrebbero essere felici dell'opera d'arte finale.
6. Inizio!
7. Dopo che l'opera d'arte è stata creata, organizzare lo spazio per le discussioni seguendo le domande di riflessione (vedi sotto).
8. Ricordatevi di fare delle foto (chiaramente con il consenso da parte dei partecipanti)

## Risorse

- <http://inspireart.org/en/resources/communityart>
- [http://www.artheals.org/inspiration/community\\_projects.html](http://www.artheals.org/inspiration/community_projects.html)

## Riflessioni

- È cambiato qualcosa nella vostra relazione con le persone durante tutto il processo creativo?
- Hai imparato qualcosa di nuovo sulla cultura con cui oggi sei entrato in contatto?
- Come vi siete sentiti durante il momento creativo collettivo, vi siete sentiti una squadra?
- È stato difficile prestare attenzione ai bisogni culturali degli altri?

## Istruzioni per l'invio

Caricare una foto dell'opera d'arte creata e inviare la vostra riflessione scritta in Moodle. Le istruzioni su come caricare i file e presentare i propri lavori in Moodle potete trovarle [qui](#).

## Istruzioni per la valutazione

Fornire dei feedback ad almeno uno dei partecipanti tra quelli che hanno svolto questa attività. Le istruzioni su come fornire un feedback potete trovarle [qui](#).

# Giocando con i sistemi

## Introduzione

In seguito allo sviluppo della società occidentale si è arrivati alla conclusione che il mondo è un sistema meccanicistico dove le varie componenti sono separate da chiari confini. Esiste infatti la tendenza a dividere le cose in piccoli pezzi e a guardare ad ogni singolo pezzo, dimenticando come esse siano connesse tra loro. Seguendo una visione così riduttiva, un sistema o un oggetto è generalmente analizzato e compreso attraverso lo smembramento dello stesso in una serie di pezzi separati: lo sforzo risiede poi nel cercare di capire come questi pezzi possano stare insieme. Questo modo di pensare è stato applicato anche agli esseri viventi, agli ecosistemi, alle società e agli eventi storici interpretati come una serie di reazioni lineari. Per esempio l'attuale migrazione di rifugiati nel mondo è vista solo come il risultato dello scoppio di guerre in terre lontane, senza tener presente l'insieme di fattori socio economici ed ambientali che anche influenzano le migrazioni. Così diventa conveniente definire l'attuale fenomeno migratorio come "la crisi dei rifugiati" invece di guardare alla situazione attuale in connessione con il contesto economico e sociale del capitalismo moderno occidentale.

Se da una parte la prospettiva lineare ha fornito molteplici vantaggi e ha permesso l'avanzare del progresso tecnologico, nel campo scientifico e non solo, da un'altra parte pone la sfida di tenere presente la reale complessità del quadro realistico generale. Una serie di organi incollati insieme non crea un organismo funzionale e la linea di questa logica è responsabile per il modo in cui trattiamo il pianeta e facciamo fronte al sistema sociale umano.

In realtà sistemi complessi hanno specifiche qualità e modelli di riferimento. Guardando a quanto sia intricato un tumulo di termiti o un nido d'api può essere un eccellente esempio per capire questo tipo di sistemi. Per esempio le termiti regolano la temperatura nel loro tumulo sulla base di una serie di segnali chimici scambiati tra le termiti a livello individuale, tutto ciò include l'utilizzo strategico dell'acqua inserito come fattore di raffreddamento o l'incremento del movimento (tramite vibrazione) per riscaldare il tumulo. Questa complessa struttura biologica e sociale non potrebbe mai essere capita esaminando una sola termite. Perché gli esseri umani continuino ad esistere sul pianeta è cruciale che essi guadagnino una comprensione più sofisticata della terra e di tutti gli esseri viventi che la popolano. Abbiamo bisogno di guardare ai nostri sistemi economici e sociali, così come all'ecosistema centrale che rende la vita possibile su questo pianeta, attraverso le lenti della complessità. Dovremo poi interagire con questi sistemi sulla base della comprensione degli stessi e delle loro sottili interazioni.

## Tipo di attività

Di gruppo (almeno 10 persone) / esperienziale

## Durata

Ogni attività dura circa 30 minuti

## Risultati dell'apprendimento

- Acquisire un senso di “coscienza collettiva” dove nessuno è il leader
- Osservare la complessità dei sistemi
- Notare come un sistema risponde quando le condizioni cambiano
- Imparare giochi che dimostrino i concetti di sistema e complessità

## Istruzioni

### **Materiali e strumenti richiesti:**

- Un ampio ambiente dove muoversi liberamente

### **Istruzioni dettagliate:**

Persone che si muovono in diversi sistemi

1. Invita i partecipanti a scegliere segretamente altre due persone nel gruppo
2. Chiedi a tutti i partecipanti di muoversi liberamente cercando di tenere la stessa distanza dalle due persone che hanno scelto. Il gruppo comincerà a muoversi poiché le persone si sistemano in modo da mantenere la stessa distanza dalle persone scelte
3. Chiedi ai partecipanti di cercare di osservare gli schemi che condizionano il movimento mentre cercano di mantenere la stessa distanza dalle persone che hanno scelto
4. Cambia le regole: ora chiedi ai partecipanti di scegliere segretamente due persone. Questa volta una delle persone scelte dovrà fargli da scudo e dovrà sempre rimanere tra loro e l'altra persona scelta.
5. Ancora una volta chiedi ai partecipanti di osservare gli schemi che condizionano il movimento. Indaga se hanno osservato delle differenze negli schemi del comportamento motorio del gruppo tra il primo ed il secondo esercizio.

Muoversi come un tutto

1. Parte 1: Invita i partecipanti a muoversi silenziosamente e liberamente nello spazio.
2. Quando una persona sente il bisogno di fermarsi può farlo. Quando qualcuno si ferma tutti gli altri dovranno anche fermarsi
3. Quando una persona sente il bisogno di muoversi ancora, il resto del gruppo si muoverà di conseguenza
4. Parte 2: continua a camminare nonostante qualcuno decida di fermarsi e osserva se il gruppo può muoversi o star fermo senza essere condizionato dalle singole scelte di movimento
5. Parte 3 : ripeti le parti da 1 a 3 ma i partecipanti dovranno svolgere l'esercizio ad occhi chiusi facendo riferimento solo sugli altri sensi, così da sentire se qualcuno nel gruppo si è fermato.

## Risorse

- The Systems Thinking Playbook (Linda Sweeney and Dennis Meadows) 2010
- Thinking in Systems: A primer (Donella Meadows) 2008
- The Myth of Progress: Toward a sustainable future (Tom Wessels) 2006
- Gaian Democracies: Redefining globalization and people power (Roy Madron and John Jopling) 2003
- [http://www.thinking.net/Systems\\_Thinking/OverviewSTarticle.pdf](http://www.thinking.net/Systems_Thinking/OverviewSTarticle.pdf)
- <http://www.systemicleadershipinstitute.org/systemic-leadership/theories/>

## Riflessioni

- Persone che si muovono in diversi sistemi: hai notato degli schemi emergere dal movimento comune? Se si quali?
- Persone che si muovono in diversi sistemi: cosa hai notato nel movimento del gruppo?
- Muoversi come un tutto: se ti sei fermato o hai cominciato a camminare cosa hai provato ad avere un impatto sulle azioni degli altri?
- Muoversi come un tutto: Come ti è sembrato muoverti insieme a tutto il gruppo?
- Muoversi come un tutto: Quando hai chiuso gli occhi come ti sei sentito quando il gruppo si è fermato o a ha cominciato a muoversi?
- C'è qualcos'altro che vorresti condividere a proposito di quest'esperienza?

## Istruzioni per l'invio

Invia una riflessione sull'esperienza (massimo 200 parole). Invia una foto sull'attività. Le istruzioni su come caricare i file e presentare i propri lavori in Moodle potete trovarle [qui](#).

## Istruzioni per la valutazione

Fornire dei feedback ad almeno uno dei partecipanti tra quelli che hanno svolto questa attività. Le istruzioni su come fornire un feedback potete trovarle [qui](#).

# La Missione

## Introduction

"[La missione](#)" è un'attività di creazione del gruppo in cui i partecipanti hanno il compito di progettare il sistema operativo interno di una nave spaziale che dovrà viaggiare per 6000 anni. Questo crea un emozionante e divertente processo creativo di gruppo in cui i partecipanti possono imparare insieme come avviare la costruzione di sistemi sostenibili. Il lavoro porta in primo piano le questioni di sostenibilità ecologica e sociale e sfida i partecipanti a pensare a lungo termine e in un più ampio quadro della sopravvivenza umana e delle esigenze di base.

## Tipo di attività

Gruppo / Esperienziale

## Durata

1.5-2.5 ore

## Risultati dell'apprendimento

- Sviluppare un'idea dei "mattoni" necessari per la sopravvivenza umana e dei complessi sistemi che sono necessari per sostenere la vita, sia a bordo della nave, ma anche sul nostro pianeta
- Lavorare insieme come gruppo nel risolvere il problema presentato dall'attività (capacità di team-building)
- Per sviluppare creativamente possibili metodi di sopravvivenza umana (sostenibile) a lungo termine

## Istruzioni

### **Materiali e strumenti richiesti:**

- Fogli di carta di grandi dimensioni per disegnare la nave spaziale
- Pennarelli, matite colorate, pastelli di colori diversi

### **Istruzioni dettagliate:**

1. Dividete i partecipanti in gruppi di 5-7 persone.
2. Date ai partecipanti le seguenti istruzioni: *"Siete stati nominati dal Consiglio planetario per pianificare e partecipare alla più grande avventura della storia del genere umano: dovete preparare ed equipaggiare una navicella spaziale gigante per fare un viaggio senza precedenti. Queste sono le condizioni:*
  - a. *Il viaggio durerà 6000 anni.*
  - b. *Non dovete preoccuparvi né della propulsione della nave né dello scafo esterno.*
  - c. *Avete accesso all'energia solare durante tutto il viaggio.*

- d. A bordo della nave spaziale non possono salire più di 100 persone contemporaneamente. Che cosa porterete?"*
3. Inizialmente, chiedete ad ogni persona di fare singolarmente un breve brainstorming per 10 minuti, elencando tutto ciò che immagina possa essere utile portare.
  4. Poi date 20 minuti per discutere queste liste con il loro gruppo, non etichettate nulla come "sbagliato", semplicemente date lo spazio per condividere in modo creativo le proprie idee ed il perché hanno deciso di portare ogni oggetto. Spendete qualche minuto per ogni gruppo, ascoltando e facendo brevi commenti se necessari per aiutarli a iniziare a condividere.
  5. Successivamente date ad ogni gruppo un grande foglio di carta e fate loro scegliere i materiali per disegnare (pennarelli, ecc) e invitateli a iniziare insieme a creare il design degli interni della nave spaziale. Il gruppo deve trovare una modalità di lavorare insieme, ascoltandosi l'un l'altro, e prendendo decisioni su ciò che porteranno sulla nave. Date loro almeno 45 minuti per questa parte, compreso il disegno della nave.
  6. Trascorrete del tempo con ogni gruppo ponendo domande che li aiutino e evidenzino punti critici per stimolare il processo. Evitate di dare risposte dettagliate e soluzioni. Siate preparati alle varie fasi di elaborazione attraverso cui i partecipanti passeranno - vedere il file di supporto allegato qui sotto. Date spazio a tutte queste fasi.
  7. Chiedete ai gruppi di presentare i loro progetti dando circa 10 minuti per gruppo. Ogni gruppo può scegliere di presentare il lavoro con un poster, una presentazione di PowerPoint o in un altro modo che ritenga interessante per creare la storia.

## File di supporto

[Le fasi del processo di elaborazione](#) del lavoro nella Missione

## Riflessioni

- Quali sono gli spunti principali che questo gioco ha dato, a te e agli altri giocatori?
- Com'è stato lavorare insieme, come gruppo, alla creazione del design dell'astronave? Facile? Divertente? Difficile?
- Cosa hai imparato da questo lavorare insieme?
- Che cosa hai imparato in merito alla progettazione sostenibile, ai sistemi e alla complessità?

## Istruzioni per l'invio

Invia una riflessione scritta e carica una foto del progetto migliore, in modo che gli altri partecipanti possano dare un feedback. Trovi le istruzioni su come caricare le foto e come presentare le cose in Moodle [qui](#).

## Istruzioni per la valutazione

Fornite un feedback per almeno un partecipante che abbia svolto questa attività. Le istruzioni su come dare un feedback le trovate [qui](#).

## Autore

Creative Commons - ySI4R Content Team (per gentile concessione di Wolfgang Brunner)