



Seniors in Green Action – from Hands to Minds to Souls

Project No.: 2022-1-BG01-KA220-ADU-000085169



Co-funded by
the European Union

WYTYCZNE
DOTYCZĄCE ZAANGAŻOWANIA SENIORÓW
W NIEFORMALNĄ EDYUKACJĘ ZWIĄZANĄ
Z RECYKLINGIEM I GOSPODARKĄ
OBIEGU ZAMKNIĘTEGO

Projekt ten został sfinansowany przy wsparciu Komisji Europejskiej. Niniejsza publikacja odzwierciedla wyłącznie poglądy autorów, a Komisja nie ponosi odpowiedzialności za jakiegokolwiek wykorzystanie informacji w niej zawartych.

Część 1 - Podstawowe zasady ochrony środowiska, zrównoważonego rozwoju, recyklingu i gospodarki o obiegu zamkniętym

Środowisko

Co znaczy środowisko? Jeśli mamy na myśli środowisko fizyczne, to jest ono definiowane jako otaczające warunki i elementy, z którymi żywa istota wchodzi w interakcje. Jednak oprócz elementów fizycznych istnieją także inne jego składniki. Są to właściwości chemiczne i biologiczne. Zatem środowisko zawiera wszystkie czynniki biotyczne i abiotyczne, które odgrywają istotną rolę w przetrwaniu, ewolucji i rozwoju zamieszkującego je organizmu. Termin „środowisko” definiuje się jako ogół elementów otoczenia. Zasięg środowiska jest różny – od skali mikro do skali globalnej.

Pojęcia „ekosystem” i „otoczenie” są powszechnymi synonimami słowa „środowisko”. Różnią się jednak w tym zakresie, że termin „ekosystem” obejmuje interakcje między organizmem a jego otoczeniem. Otoczenie z kolei odnosi się do tego, co otacza organizm lub populację. Pod tym względem środowisko jest szerszym zagadnieniem, natomiast otoczenie jest bardziej konkretnym.

Innym pokrewnym terminem jest pojęcie natury. Jaka jest różnica między środowiskiem a naturą? Definicja natury obejmuje wszystkie żywe i nieożywione istoty na Ziemi, ale to, co wyróżnia naturę, to to, że nie występują w niej wytwory ludzkiej działalności.

Można zatem powiedzieć, że środowisko jest tworzone przez relacje systemu utworzonego przez zespół elementów naturalnych i sztucznych, które oddziałują na siebie i są ze sobą powiązane. Ponadto zostały zmodyfikowane przez człowieka. Dlatego środowisko musi być chronione i zarządzane, ponieważ warunkuje sposób życia i zmusza nas do adaptacji.

Niestety, od dłuższego czasu oddziaływanie człowieka na środowisko osiągnęło punkt, w którym dochodzi do poważnych zakłóceń w jego funkcjonowaniu. Powoduje to wymieranie wielu gatunków zwierząt i roślin, zanieczyszczenie wody, powietrza i gleby, migrację populacji istot żywych, zanieczyszczanie i niszczenie naturalnych siedlisk itp. (Renewable Green).

Ochrona środowiska

Celem ochrony środowiska jest ochrona zasobów naturalnych i istniejącego środowiska naturalnego oraz, w miarę możliwości, naprawa szkód i odwrócenie trendów przez instytucje, organizacje i rządy.

Ochrona środowiska stanowi istotne wyzwanie dla prowadzonej przez człowieka działalności.

Znaczenie Ochrony Środowiska

Działalność na rzecz ochrony środowiska w ostatnich latach stała się bardzo istotnym problemem. Poniższe wskazówki określają zakres obszarów, w których należy podejmować działania na rzecz ratowania środowiska przed dalszą degradacją i szkodliwymi skutkami globalnego ocieplenia:

- zmniejszenie zanieczyszczenia powietrza, wody i ziemi.
- ułatwienie ochrony zasobów naturalnych dla naszych przyszłych pokoleń.
- zapewnienie ochrony różnorodności biologicznej.
- wdrażanie zrównoważonego rozwoju.
- przywrócenie równowagi ekologicznej (Leverage Edu).

Wydaje się, że wszyscy rozumieją potrzebę ochrony środowiska w codziennym życiu, zachowaniu Ziemi dla przyszłych pokoleń. Zielona planeta bez zanieczyszczeń to konieczność. Ponadto tylko chronione środowisko może zapewnić odpowiednie zasoby i miejsce do szczęśliwego i zdrowego życia.

Dziesięć zasad dzięki, którym każdy może chronić środowisko przyrodnicze

1. Ogranicz to co wyrzucasz, ponownie użyj i poddaj recyklingowi. Postępuj zgodnie z tymi trzema zasadami, aby chronić zasoby naturalne i miejsce na wysypiskach śmieci.
2. Wolontariat. Zgłoś się do sprzątanía w swojej społeczności. Ty też możesz zaangażować się w ochronę środowiska, w tym zasoby wody pitnej.
3. Edukacja. Rozwijając własną edukację, możesz pomóc innym zrozumieć znaczenie i wartość naturalnych zasobów.
4. Oszczędzaj wodę. Im mniej wody zużywasz, tym mniej ścieków trafia ostatecznie do oceanu.
5. Wybierz towary, których wytwarzanie oparte jest o zasady zrównoważonej produkcji.

6. Kupuj mądrze. Kupuj mniej plastiku i zabierz ze sobą torbę na zakupy wielokrotnego użytku.
7. Używaj energooszczędnych żarówek. Żarówki te zmniejszają emisję gazów cieplarnianych. Wyłącz także światło, gdy wychodzisz z pokoju!
8. Zasadź drzewo. Drzewa dostarczają tlenu. Pomagają oszczędzać energię, oczyszczają powietrze i pomagają walczyć ze zmianami klimatycznymi.
9. Nie wyrzucaj produktów chemii gospodarczej do cieków i zbiorników wodnych. Wybieraj nietoksyczne chemikalia w domu i biurze.
10. Częściej jeździj na rowerze (National Ocean Service).

Zrównoważony Rozwój

W 1987 r. Komisja Brundtland Organizacji Narodów Zjednoczonych zdefiniowała zrównoważony rozwój jako „zaspokajanie potrzeb teraźniejszości bez uszczerbku dla możliwości zaspokojenia potrzeb przyszłych pokoleń”.

Oprócz zasobów naturalnych potrzebujemy również zasobów społecznych i gospodarczych. Zrównoważony rozwój to nie tylko ekologia. W większości definicji zrównoważonego rozwoju znajdujemy również troskę o sprawiedliwość społeczną i rozwój gospodarczy.

Cele Zrównoważonego Rozwoju i Agenda 2030

Aby zrozumieć zrównoważony rozwój i jego implikacje, należy wspomnieć o Celach Zrównoważonego Rozwoju i Agendzie 2030. Agenda 2030 jest następcą Milenijnych Celów Rozwoju (Millennium Development Goals) i jest ustrukturyzowana poprzez tzw. Cele Zrównoważonego Rozwoju (Sustainable Development Goals - SDGs), których jest łącznie 17. W związku z tym Organizacja Narodów Zjednoczonych (ONZ) publikuje coroczny raport analizujący postępy w realizacji każdego celu. Poniżej znajduje się krótki zarys aktualnej realizacji celów SDG na podstawie raportu z 2021 roku:

Rycina 2: Cele zrównoważonego rozwoju

Źródło: Komisja Europejska

Dostępne: https://international-partnerships.ec.europa.eu/policies/sustainable-development-goals_en**Gospodarka obiegu zamkniętego**

Według Organizacji Narodów Zjednoczonych ds. Rozwoju Przemysłowego gospodarka o obiegu zamkniętym to nowy sposób tworzenia wartości, a ostatecznie dobrobytu. Działa na zasadzie wydłużania żywotności produktu poprzez udoskonalone projektowanie i serwisowanie oraz przenoszenie odpadów z końca łańcucha dostaw na jego początek – w efekcie prowadzi to do efektywniejszego i wielokrotnego wykorzystania zasobów.

Ogólnie rzecz biorąc, dzisiejsza produkcja pobiera surowce ze środowiska i przekształca je w nowe produkty, które następnie są usuwane do środowiska po zużyciu. To liniowy proces z początkiem i końcem. W tym systemie istniejące w ograniczonym stopniu surowce ostatecznie się wyczerpią, natomiast odpady kumulują się. W związku z tym narastają koszty ich unieszkodliwienia i wzrost zanieczyszczenia. Ponadto procesy produkcyjne same w sobie są często nieefektywne, co prowadzi do dalszego marnotrawstwa zasobów naturalnych.

Rycina 3: Gospodara Liniowa

Źródło: Metabolic

Dostęp: <https://www.metabolic.nl/what-we-do/circular-economy/>



Jednak w gospodarce obiegu zamkniętego produkty są projektowane z myślą o utrzymaniu jak najdłużej ich trwałości, ponownym wykorzystaniu i możliwości recyklingu, a materiały do nowych produktów pochodzą ze starych produktów. W miarę możliwości wszystko jest ponownie wykorzystywane, przetwarzane, ponownie przetwarzane na surowiec, wykorzystywane jako źródło energii lub w ostateczności utylizowane.

Rycina 4: Gospodarka Obiegu Zamkniętego

Źródło: Parlament Europejski

Dostęp:

<https://www.europarl.europa.eu/news/en/headlines/economy/20151201STO05603/circular-economy-definition-importance-and-benefits>



Redukuj, używaj ponownie, poddawaj recyklingowi

Aby jak najwięcej materiału nie trafiło na wysypisko, ważne jest, aby każdy z nas wykonał swoją część. Jednym ze sposobów wprowadzenia tego planu w życie jest zastosowanie zasady gospodarki odpadami, określonej zasadą **3R** (ang. Reduce, Reuse, Recycle), co w języku polskim odpowiada zasadzie **3 U opartej na następujących działaniach: Unikaj** kupowania zbędnych rzeczy, **Użyj** ponownie, **Utylizuj**. Stosowanie tej zasady staje się częścią zrównoważonego życia, ponieważ pomaga zmniejszyć ilość odpadów, które są wyrzucane. Uszczegółowienie tej zasady wiąże się z:

1. Zmniejszeniem ilości produkowanych odpadów.
2. Używaniu przedmiotów tak często, jak to możliwe, zanim zostaną wymienione.
3. W miarę możliwości poddawaniu recyklingowi produktów (Szkoły słoneczne).

Recykling

Recykling to proces przekształcania materiałów odpadowych w nowe materiały i przedmioty. Odzysk energii z materiałów odpadowych jest często uwzględniany w tej koncepcji. Możliwość recyklingu materiału zależy od jego zdolności do odzyskania właściwości, które posiadał w swoim pierwotnym stanie. Jest to alternatywa dla konwencjonalnego unieszkodliwiania odpadów, która pozwala zaoszczędzić materiał i pomóc obniżyć emisję gazów cieplarnianych. Może również zapobiegać marnotrawstwu potencjalnie użytecznych materiałów i ograniczać zużycie świeżych surowców, zmniejszając zużycie energii, zanieczyszczenie powietrza (spowodowane spalaniem) i zanieczyszczenie wody (spowodowane składowaniem).

Międzynarodowy Symbol Recyklingu

Międzynarodowy symbol recyklingu jest szeroko stosowanym symbolem używanym do oznaczania materiałów nadających się do recyklingu. Składa się z trzech „goniących” lub „goniących” strzałek, które tworzą tzw. wstęgę Mobiusa o trójkątnym zarysie symbolizującym krąg natury i zamknięty cykl („tworzenie - użytkowanie - przetwarzanie”).

Rycina 5. Międzynarodowy Symbol Recyklingu

Źródło: Nature.com

Dostęp: <https://www.nature.com/articles/s41393-019-0246-8>



Część 2 - Tworzenie warunków dla edukacji seniorów oraz podstawowych zasad skutecznego ich zaangażowania się w działalność edukacyjną i społeczną

Znaczenie i typy edukacji

Edukacja formalna

Edukację formalną określa się jako edukację zinstytucjonalizowaną, zamierzoną i zaplanowaną przez organizacje publiczne i uznane podmioty prywatne (Organizacja Narodów Zjednoczonych do spraw Oświaty, Nauki i Kultury - UNESCO, 2011).

Edukacja nieformalna

Edukacja nieformalna to forma edukacji prowadzonej w życiu codziennym, w pracy, w domu lub w czasie wolnym. Nie ma jasno określonej struktury i certyfikacji związanej z celami szkolenia lub czasem trwania szkolenia. Określenie „nieformalna” sugeruje, że taka działalność odbywa się bez formalnych procedur. Odpowiada możliwościom percepcji i edukacji osób dorosłych (Kominarets i in. 2022).

Edukacja pozaformalna

Edukację pozaformalną można jednak próbować zdefiniować w ramach cech edukacji formalnej i nieformalnej. Opierając się na tym podejściu, UNESCO zdefiniowało edukację pozaformalną jako dodatkową, alternatywną i/lub uzupełniającą istniejącą edukację formalną w procesie uczenia się przez całe życie. Często zapewnia się ją w celu zagwarantowania wszystkim prawa dostępu do edukacji. Jest przeznaczona dla osób w każdym wieku, ale niekoniecznie wiąże się z ciągłą ścieżką kształcenia; może być krótka i/lub o niskiej intensywności i jest zwykle prowadzona w ramach krótkich kursów, warsztatów lub seminariów.

Cykl uczenia się Kolba i jego zastosowanie w edukacji nieformalnej i pozaformalnej seniorów

Wśród wielu metod uczenia się, rozwijanych głównie w latach 70. i 80. XX w. (np. Learning Together and Alone Teams-Games-Tournaments (TGT) czy Group Investigation) znalazła się metoda zaproponowana przez Davida Kolbe w 1974 r. Opiera się ona na teorii uczenia się przez doświadczenie, zgodnie z którą osoby starsze mogą ją zaadaptować, aby usprawnić proces uczenia się. Metoda wykorzystuje projektowanie doświadczeń pozwalających zdobywać wiedzę.

Teoria uczenia się przez doświadczenia jest modelem rozwoju osoby dorosłej, który zakłada, że doświadczenia odgrywają istotną rolę w edukacji. Teoria uczenia się przez doświadczenie postuluje, że uczenie się jest procesem, w którym wiedza jest tworzona poprzez transformację doświadczenia (Kolb, 2014)

Rycina 6: Cykl uczenia się dorosłych wg. Kolba

Source: Kazimierska, I., Lachowicz, I., Piotrowska L., (2014), Kolb, D. A. (2014)



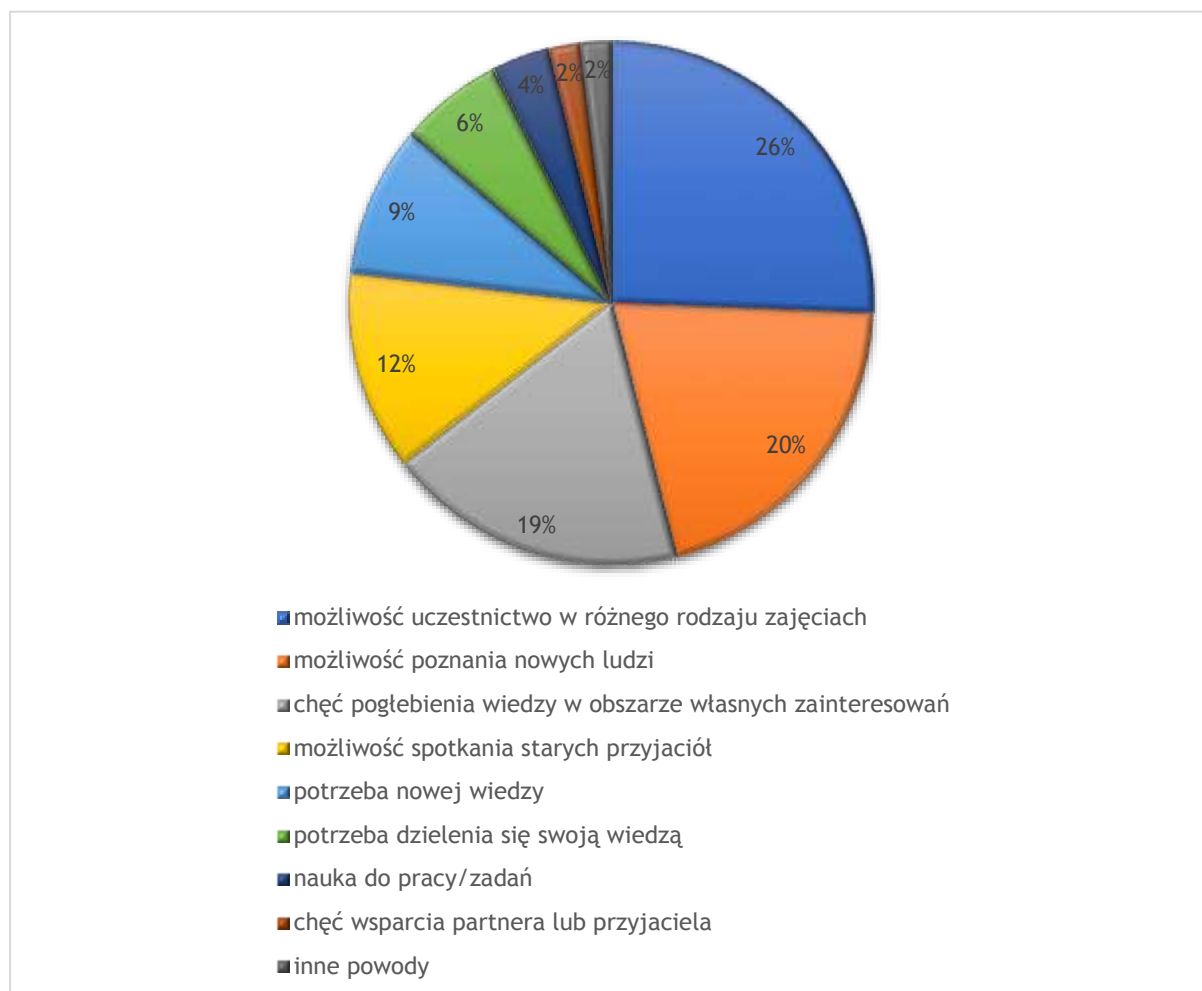
Doświadczenia nauczycieli paracujących z seniorami - przegląd

Wykazano, że seniorzy preferują pozaformalne działania edukacyjne (Jenkins, Mostafa, 2015; Bjursell, 2018). Ponadto ważne jest, aby mogli oni kontrolować swój własny czas i wybierać aktywności, w które chcą się zaangażować. Starsi dorośli są gotowi zrobić bardzo wiele w tym obszarze, jeśli tylko mogą to zrobić na własnych warunkach, ponieważ w miarę starzenia się, autonomia jest jeszcze bardziej artykułowaną potrzebą (Bjursell, 2019).

Istnieją różne powody, dla których starsi dorośli mogą chcieć podjąć naukę. Można jej jednak podsumować jako chęć utrzymania aktywności i socjalizacji, co potwierdzają liczne badania, np. Bjursell, 2019 podaje argumenty wskazujące dlaczego starsi dorośli uczestniczą w działaniach edukacyjnych (patrz Rycina 7).

Rycina 7: Powody, dla których seniorzy mogą chcieć się uczyć

Źródło: Opracowanie własne na podstawie Bjursell, C. (2019)



Organizacja modelowych warsztatów z recyklingu dla seniorów - zalecenia ogólne

- **Warsztaty - kanały informacyjne** - różne kanały informacyjne - prasa, radio, telewizja, ulotki, aplikacja, marketing szeptany, grupa wolontariuszy informacyjnych.
- **Wychowawca/Edukator** - Musi starannie przygotowywać się do zajęć - osoby starsze należą do najbardziej wymagających, ekscytujących i dociekliwych grup edukacyjnych. Tutor może zaproponować swoje zasady, np. „nie osądzamy siebie i innych” oraz używamy terminu „umowa” lub „zbiór zasad”. Edukator przedstawia efekty kursu przed jego rozpoczęciem. Prowadzący warsztat powinien odpowiadać na pytania, ale też umieć przyznać, że czegoś nie wie, przeprosić i szukać odpowiedzi. Każdy starzeje się inaczej i dobry wychowawca powinien umieć sobie z tym poradzić; musi znać specyfikę pracy z osobami starszymi. Podczas warsztatu prowadzący stara się poznać grupę, interesuje się uczestnikami, dopasowuje język, wyrazistość i głośność wypowiedzi do potrzeb uczestników. Wychowawca powinien być miłą osobą, tworzącą pozytywną atmosferę. Powinien przekazywać wiedzę, a nie ją przywłaszczać, kłaść nacisk na kreatywne myślenie i metody łączenia wiedzy z doświadczeniem, np. „porozmawiajmy o twoich doświadczeniach z...”. Stymuluje zaangażowanie uczestników. Stosuje dobre praktyki w pracy wychowawczej z seniorami: współczucie, szacunek, cierpliwość, brak krytycyzmu, zaangażowanie, partnerstwo, wsparcie, empatia, motywacja, poczucie humoru, asertywność, wdzięczność.
- **Tytuł i opis warsztatu** - warsztat powinien mieć zachęcającą nazwę, tj. chwytliwy, „seksowny” tytuł, a jednocześnie sensowny temat/y; treść merytoryczną należy przekazać „przy okazji”, np. „porozmawiajmy o...” Konieczne jest przedstawienie celu, planu i efektów warsztatu.
- **Treść warsztatu** - przekazywana wiedza powinna być jak najlepszej jakości, a forma warsztatu nie może wykraczać poza treść.
- **Lokalizacja warsztatu** - osoby starsze preferują zajęcia, które nie wymagają dłuższej podróży. Warsztaty mogą być prowadzone zarówno w pomieszczeniach jak iw plenerze. Blisko miejsca, w którym mieszkają; bezpieczne sąsiedztwo, bezpieczna droga do miejsca prowadzenia warsztatów (z uwzględnieniem pory roku i dnia) oraz bliskość komunikacji miejskiej.

Project No.: 2022-1-BG01-KA220-ADU-000085169

- **Budynek** - Przyjazne, fajne miejsce, np. kawiarnia, galeria, klub, biblioteka itp., gdzie możemy „o czymś porozmawiać”, preferowany poziom „0”, miejsce przystosowane do potrzeb osób starszych (np. podjazdy, schody, poręcze, windy, rodzaj nawierzchni) , muszą być blisko łazienki.
- **Sala warsztatowa** - przestronna (nie może być za ciasna; musi być miejsce np. na rzeczy osobiste uczestników i pomoce rehabilitacyjne), odpowiednie wyposażenie tj. trwałe meble, wygodne siedziska, najlepiej krzesła z oparciami i poręczami (łatwe do wstawania z); układ mebli, czyli meble, które można łatwo przestawiać, np. preferowane stoły ułożone w okrąg; bezpieczeństwo m.in. brak ostrych krawędzi, mnóstwa kabli, niestabilnych dywanów i dywaników; odpowiednia temperatura i wentylacja, oświetlenie: preferowane światło dzienne, unikanie olśnienia - stosowanie zasłon, żaluzji; nagłośnienie: eliminacja szumów, szumów; dbałość o dobrą akustykę, możliwość zamykania drzwi i okien w razie potrzeby.
- **Ustalenia czasu** - nie za wcześnie - „po kawie, ale przed obiadem”; czas trwania -2 do 3 godzin, należy wziąć pod uwagę rozkład jazdy komunikacji miejskiej (autobus, tramwaj, metro itp. - jeśli to możliwe, sprawdź, czy obejmuje pojazdy niskopodłogowe).
- **Uczestnicy** - wybierają osoby, które później mogą pełnić rolę liderów w swoich środowiskach; dążyć do integracji społecznej - starać się zapraszać na zajęcia osoby z różnych grup - aktywizować mężczyzn, osoby z niższym wykształceniem i dochodami; mniejsze grupy - do 15 osób, grupa może być bardzo zróżnicowana - występuje silne zróżnicowanie w przebiegu starzenia.
- **Pomoce edukacyjne** - korzystaj z tradycyjnych pomocy edukacyjnych (np. tablice) i materiałów dydaktycznych (np. prezentacje, ulotki) dostosowanych do potrzeb osób starszych (układ strony, formatowanie tekstu, czcionka, kontrast, nasycenie i cieniowanie kolorów, grafika). Przy korzystaniu z nowych technologii ważne jest również uwzględnienie potrzeb uczestników - preferowane zadania z wykorzystaniem telefonu, z którymi osoby starsze są bardziej obeznane niż z komputerem.
- **Materiały robocze do wykorzystania podczas warsztatu** - dobór materiałów uzależniony jest od tematyki warsztatu; mogą być związane z doświadczeniami uczestników. Zapraszając można poprosić o przyniesienie części materiałów, które będą później wykorzystane podczas warsztatów, w zależności od rodzaju odpadów przeznaczonych do recyklingu.

- **Atmosfera uczenia się** - „zachęty”, np. kawa, herbata, woda; smaczne przekąski; atrakcyjne miejsce (estetyczna, miła, odświeżająca przestrzeń); budowanie relacji - bardzo ważne są relacje między uczestnikami a edukatorem oraz między samymi uczestnikami; możliwość nawiązania i pogłębienia znajomości; swobodna/przyjazna atmosfera sprzyjająca aktywnemu uczestnictwu, m.in. zadawać pytania i budować poczucie wspólnoty.
- **Ocena warsztatu** - ankieta ewaluacyjna.
- **Zakończenie warsztatów** - dystrybucja materiałów edukacyjnych związanych z promocją GOZ. Rozwój m.in. księga dobrych praktyk, biblioteka zaleceń, przygotowana z myślą o potrzebach osób starszych. Zaoferowanie znaczącej pamiątki (czegoś sensownego/cennego, co można zabrać do domu, co przypomni uczestnikom o motywie przewodnim warsztatu i zmotywuje ich do zastosowania zdobytej wiedzy). Niezbędne jest podsumowanie i podziękowanie za udział w warsztacie.

Bibliografia

1. Bjursell, C. (2019). Inclusion in education later in life. Why older adults engage in education activities? *European journal for Research on the Education and Learning of Adults*, 10(3), 215-230.
2. European Commission (accessible at: https://international-partnerships.ec.europa.eu/policies/sustainable-development-goals_en)
3. European Parliament (accessible at: <https://www.europarl.europa.eu/news/en/headlines/economy/20151201STO05603/circular-economy-definition-importance-and-benefits>)
4. Jenkins, A., Mostafa, T. (2015). The effects of learning on well-being for older adults in England. *Ageing & Society*, 35(10), 2053-2070.
5. Kolb, D. A. (2014). *Experiential learning: Experience as the source of learning and development*. FT press.
6. Kominarets, T., Fomin, V., Bieloliptseva, O., Tkachenko, M., Malykhin, A., Pryshliak, O. (2022). Strategic Tasks of Contemporary Education: Formal, Nonformal, Informal. *Revista Românească pentru Educație Multidimensională*, 14(4), 394-407.
7. Leverage Edu (accessible at: <https://leverageedu.com/blog/environmental-conservation/>)
8. Metabolic (accessible at: <https://www.metabolic.nl/what-we-do/circular-economy/>)
9. National Ocean Service (accessible at: <https://oceanservice.noaa.gov/ocean/earthday.html>)
10. Nature.com (accessible at: <https://www.nature.com/articles/s41393-019-0246-8>)
11. Renewable Green (accessible at: <https://www.renovablesverdes.com/en/definition-of-environment/>)
12. Santander Scholarships (accessible at: <https://www.becas-santander.com/en/blog/what-is-sustainability.html>)
13. Solar Schools (accessible at: <https://www.solarschools.net/knowledge-bank/sustainability/reduce-reuse-recycle>)
14. United Nations Educational Scientific and Cultural Organization. (2011). *International standard classification of education*. UNESCO Institute for Statistics. [Accessed: <http://uis.unesco.org/en/glossary-term/formal-education.3.02.2023>]



Seniors in Green Action – from Hands to Minds to Souls



Co-funded by
the European Union

Project No.: 2022-1-BG01-KA220-ADU-000085169

15. United Nations Industrial Development Organization (accessible at:
<https://www.unido.org/our-focus-cross-cutting-services/circular-economy>)



Seniors in Green Action – from Hands to Minds to Souls

Project No.: 2022-1-BG01-KA220-ADU-000085169

www.activegreenseniors.eu

The partnership



ASSET
BASILICATA

