

LEVEL UP!

# Reteaua de activism civic

(Activist Network)

program de instruire de 20 de ore





Rețeaua de  
activism  
civic

program  
de instruire  
de 20 de ore

# Podziękowania

## **Autori**

Marija Pantelic, Tilen Lah

## **Contribuții din partea:**

Josh Cope, Marialena Yannouladou, Verena Mitschke, Viola Bianchetti

## **Design grafic:**

Wout Neiryck

## **Ilustrator**

Eva Lynen



**ACTIVIST  
NETWORK**



Co-funded by  
the European Union

Acțiunea a fost cofinanțată de Uniunea Europeană, în cadrul programului de granturi acordate de Parlamentul European în domeniul comunicării. Parlamentul European nu a fost implicat în pregătirea acestui document, iar informațiile sau opiniile exprimate în contextul acestei acțiuni nu reprezintă în niciun caz o asumare a răspunderii sau un angajament. În conformitate cu legislația în vigoare, autorii, persoanele intervievate, editorii sau difuzorii de programe poartă întreaga răspundere. De asemenea, Parlamentul European nu poate fi tras la răspundere pentru daunele directe sau indirecte care ar putea rezulta în urma implementării acțiunii.



## Rețeaua de activism civic

program  
de instruire  
de 20 de ore

# Continuturi

2	Podziękowania	
4	Informații generale	
4	Programul de instruire și modul de desfășurare	
5	Cum să vă pregătiți pentru instruire	
7	Materialele	
8	<b>Sesiunea 1</b>	Ești activist civic: introducere în activism
14	<b>Sesiunea 2</b>	Cum să găsești ceea ce te pasionează, cum să susții o cauză
19	<b>Sesiunea 3</b>	Comunitatea și înțelegerea cadrului general
24	<b>Sesiunea 4</b>	Activismul civic și sănătatea: cum să ai grijă de tine și de ceilalți
30	<b>Sesiunea 5</b>	Învață cum să-ți dezvolti propria campanie
34	<b>Sesiunea 6</b>	Aționează! (partea 1): cum punem bazele unei campanii
38	<b>Sesiunea 7</b>	Aționează! (partea a 2-a): cum construim o rețea
42	<b>Sesiunea 8</b>	Aționează! (partea a 3-a): cum să transmiți mesajul și să-ți găsești aliați
49	<b>Sesiunea 9</b>	Aționează! (partea a 4-a): gestionarea campaniei
56	<b>Sesiunea 10</b>	Ce urmează? Pregătește-te pentru următorii pași

## Informații generale

Bine ați venit la programul de instruire al Rețelei de activism civic! Acesta este un program de instruire de 20 de ore, organizat în 10 sesiuni, care se poate desfășura online sau în clasă. Prezentul ghid este destinat instructorilor și facilitatorilor care doresc să implementeze acest program de instruire în propria lor organizație sau în cadrul propriului lor grup de tineret. Aceste orientări vă vor îndruma pas cu pas cu privire la modul în care să înlesniți procesul de învățare al participanților.

### Scopul programului

Să le ofere participanților instrumentele, cunoștințele și înțelegerea de care au nevoie ca să devină mai activi în viața civică și democratică.

### Obiective

- Să creeze o rețea locală de tineri activiști civici, care să fie motivați și să dispună de instrumentele necesare ca să se implice și/sau să organizeze activități legate de participarea democratică;
- Să crească nivelul de înțelegere și de implicare a tinerilor în acțiunile civice;
- Să creeze o rețea locală de tineri voluntari, care să dispună de instrumentele și de competențele necesare care să-i susțină și să-i ajute să se dezvolte în cadrul ONG-urilor locale de tineret;
- Să încurajeze tinerii voluntari și activiști să pună bazele propriilor lor proiecte, campanii sau activități.

## Programul de instruire și modul de desfășurare

Acest program de instruire este compus din 10 sesiuni, fiecare legată de cealaltă, oferind informații în mod progresiv. Sesiunile sunt concepute în așa fel încât participanții să folosească ceea ce au învățat la sesiunea anterioară și să-și dezvolte cunoștințele în sesiunea următoare. Fiecare sesiune durează 2 ore; asigurați-vă că programați și pauze, în cazul în care oferiți mai multe sesiuni într-o zi. La prima și la ultima sesiune se efectuează o scurtă autoevaluare a participanților, care să vă ajute să identificați evoluția cunoștințelor și creșterea încrederii în forțele proprii pe durata instruirii.

Toate informațiile prezentate în acest ghid pas cu pas inițial ar trebui să vă ajute să le oferiți participanților detalii relevante despre programul de instruire la prima sesiune. Recomandarea noastră este să încheiați o sesiune oferindu-le participanților informații despre conținutul sesiunii următoare și să începeți o sesiune cu o prezentare a aspectelor care urmează să fie discutate.

- Sesiunea 1: Ești activist civic: introducere în activism – Care sunt bazele activismului
- Sesiunea 2: Cum să găsești ceea ce te pasionează, cum să susții o cauză – De ce ne pasă?
- Sesiunea 3: Comunitatea și înțelegerea cadrului general – Identificarea părților interesate
- Sesiunea 4: Activismul civic și sănătatea: cum să ai grijă de tine și de ceilalți – Ceea ce faci tu este important
- Sesiunea 5: Învăță cum să-ți dezvolti propria campanie – De unde începem
- Sesiunea 6: Acționează! (partea 1): cum punem bazele unei campanii
- Sesiunea 7: Acționează! (partea a 2-a): cum construim o rețea, pe cine implicăm
- Sesiunea 8: Acționează! (partea a 3-a): cum să transmiți mesajul și să-ți găsești aliați – activism și diplomație
- Sesiunea 9: Acționează! (partea a 4-a): gestionarea campaniei – Sisteme de susținere
- Sesiunea 10: Ce urmează? Pregătește-te pentru următorii pași

# Cum să vă pregătiți pentru instruire

Am conceput acest ghid pentru Activist Network în două părți separate. În prima parte se oferă clarificări cu privire la diferite aspecte tehnice și metodologice legate de programul de instruire, pe care noi le-am considerat utile, în baza experienței noastre. A doua parte este o prezentare pas cu pas a sesiunilor enumerate mai sus.

## Grupul vizat

Tineri activiști locali, care sunt deja interesați de activism și voluntariat și care doresc să dobândească mai multe abilități, competențe și instrumente și să lucreze în strânsă legătură cu alți colegi de la nivel local.

## Dimensiunea grupului în cadrul sesiunilor de instruire

Numărul ideal de participanți este de 20–25 de persoane, astfel încât să puteți avea o diversitate de opinii și ocazia să discutați cu persoane din diferite medii și cu experiențe diferite. Recomandările din secțiunea pas cu pas sunt oferite pe baza acestor criterii. În cazul în care grupul dvs. este mai mic, este posibil să terminați sesiunea mai devreme, ceea ce este perfect normal. Dacă aveți 40–50 de participanți la cursul de instruire, va trebui să adaptați durata sesiunilor și numărul de grupuri restrânse. De asemenea, trebuie să aveți mare grijă ca fiecare dintre grupurile restrânse să nu facă prea multe prezentări – maximum una pe sesiune – și să respectați cu strictețe programul. În loc să faceți o prezentare, ați putea lansa o singură întrebare, la care să contribuie toate grupurile, prin răspunsuri directe sau prin prezentări proprii.

## Programul

În secțiunea pas cu pas puteți să adaptați timpii indicați, în funcție de preferințele și de experiența dumneavoastră, deoarece durata anumitor părți/activități este relativă și depinde de numărul de participanți, de modul în care este structurat cursul (pe parcursul unui weekend, pe parcursul a 5 săptămâni etc.), de dinamica grupului și altele. Rețineți că va trebui să includeți și eventualele intervale de rezervă.

## Creăți un mediu sigur

Țineți cont de nevoile tuturor – și ale participanților, și ale dumneavoastră. Adresați-vă tuturor cu respect, nu săriți peste înregistrarea participanților, stabiliți în grup, încă de la început, anumite reguli (cum se va vorbi în timpul sesiunii, dacă este permisă utilizarea dispozitivelor, cum trebuie să se exprime participanții dacă le este frig sau dacă au nevoie de aer etc.). Dacă doriți să aflați mai multe despre cum să creați un mediu în care participanții să se simtă în siguranță, puteți consulta site-ul [Art of Hosting](https://artofhosting.org/) (Arta unei sesiuni reușite)<sup>1</sup>.

Trebuie să ținem cont că putem avea în grup tineri care nu sunt la școală/universitate sau nu au un loc de muncă și care nu sunt atât de siguri pe ei încât să vorbească în public și să reflecteze singuri. De asemenea, participarea la cele 10 sesiuni, una după cealaltă, poate fi foarte solicitantă pentru ei. Acordați atenție termenilor utilizați, cum ar fi „părți interesate” sau alți termeni, care este posibil să fie nevoie să fie explicați în prealabil. Este posibil să fie nevoie de mai mult timp, dar acest lucru este necesar dacă doriți ca toți participanții să beneficieze de instruire. Nu presupuneți că există deja cunoștințe de bază despre aceste aspecte și discutați împreună cu „liderii de grup”, înainte de fiecare sesiune, deoarece aceștia vă vor oferi recomandări utile cu privire la modul în care vor reacționa participanții. Încercați întotdeauna să oferiți explicații simple, astfel încât participanții din categoriile defavorizate să nu simtă nevoia să pună mereu întrebări care i-ar putea face să se simtă excluși și „inferiori”. Mulți dintre acești tineri nu sunt la curent cu tendințele activiste, ei se confruntă cu probleme de zi cu zi, astfel că este important să îi includem și să îi ajutăm să exprime în cuvinte ceea ce trăiesc.

Țineți cont că tinerii ar putea fi din categoria [NEETS](https://www.eurofound.europa.eu/topic/neets)<sup>2</sup> (tineri care nu sunt încadrați profesional și nu urmează niciun program educațional sau de formare), așa că nu le puneți prea multe întrebări despre ce preocupări au. Este posibil ca acești tineri să scrie cu dificultate sau să nu poată citi pasaje lungi de text.

1 <https://artofhosting.org/>

2 <https://www.eurofound.europa.eu/topic/neets>

## Creați un spațiu fără prejudecăți

Este important ca, la începutul fiecărei sesiuni, să le reamintiți tuturor că acest curs creează un spațiu fără prejudecăți.

## Sprijin

Tinerii care nu sunt obișnuiți să fie într-un astfel de spațiu consideră uneori că nu au nimic de spus, așa că adesea au nevoie de ajutor ca să se simtă în largul lor. Nu uitați să țineți cont de cei mai fragili tineri din grup.

## Prezentare generală și prezentare individuală

Începeți fiecare sesiune:

- cu o prezentare generală în care expuneți ce veți discuta în cadrul sesiunii curente și/sau le reamintiți participanților despre ce ați discutat în sesiunea anterioară și în ce mod sunt legate cele două. De obicei avem alocate 10 minute pentru acest lucru; numai prima sesiune va fi o excepție, deoarece trebuie să prezentăm mai multe aspecte în partea de introducere.
- cu o prezentare individuală în care îi întrebați pe participanți cum se simt și dacă doresc să adauge ceva legat de curs/sesiune sau dacă au întrebări. În această parte, i-ați putea ruga să scrie un cuvânt care definește felul în care se simt ei, în fereastra de discuții, dacă sesiunea se desfășoară online, sau să încercuiască și să citească un cuvânt în fața grupului.

## Exerciții de energizare

Vă recomandăm să folosiți exercițiile de energizare pe care le cunoașteți și pe care le considerați potrivite. Aceste exerciții trebuie să fie scurte, de aprox. 5-10 minute, și trebuie să stimuleze participanții să facă mișcare. Un exercițiu simplu, pe care îl puteți utiliza ori de câte ori este nevoie, este „salată de fructe”. Alegeți câteva fructe (măr, banană etc.) și atribuiți un fruct fiecărui participant. Când constatați că atenția participanților a scăzut, puteți spune numele unui fruct (de exemplu, „măr”), iar toți participanții care sunt „mere” trebuie să-și schimbe locurile. Dacă spuneți „salată de fructe”, toți participanții trebuie să-și schimbe locurile. Acest exercițiu este foarte util, deoarece le va schimba ușor perspectiva. Puteți face și un „nod uman”<sup>3</sup> sau, în cazul în care cursul este online, „gimnastică pentru degete”<sup>4</sup>.

## Recapitulare

Alocați 15 minute pentru recapitulare, la sfârșitul fiecărei sesiuni. Aveți libertatea să o organizați cum doriți; totuși, nu neglijați această etapă, astfel încât participanții să poată să-și reamintească ce au învățat în cadrul sesiunii și să confirme dacă ritmul adoptat a fost bun. Puteți face acest lucru folosind metoda 4F (Facts, Feelings, Findings, Future)<sup>5</sup> (fapte, sentimente, informații noi, perspective de viitor), finalizând astfel sesiunea împreună cu toți participanții în cerc sau în grupuri restrânse. Nu este nevoie să răspundă toți participanții, în cazul în care sunt numeroși. Rugați participanții să prezinte anumite aspecte despre sesiune (fără să interpreteze cele spuse), apoi să spună ce părere au. Întrebați-i apoi ce lucruri noi au aflat sau au descoperit, după care încheiați rugându-i să spună cu ce au rămas după sesiunea curentă.

## Grupuri restrânse

În descrierea detaliată a sesiunii veți vedea de multe ori menționată „activitatea în grupuri restrânse” ca metodă. În funcție de dimensiunea grupului de tineri și de timpul disponibil, cea mai bună colaborare este în grupuri restrânse de 3-4 persoane, astfel încât toți să poată contribui. În cazul în care nu aveți mult timp la dispoziție, grupurile pot fi mai mari. De asemenea, trebuie să decideți dacă veți forma noi grupuri pentru fiecare exercițiu sau dacă veți face exercițiul cu același grup sau cu grupuri mai puține. Noi v-am oferit câteva sugestii, dar decizia vă aparține în ceea ce privește dinamica și modul de desfășurare a sesiunilor.

3 <https://www.wikihow.com/Play-the-Human-Knot-Game>

4 [https://www.youtube.com/watch?v=r2tBH\\_XyeJc](https://www.youtube.com/watch?v=r2tBH_XyeJc)

5 <https://scoutship.scout.org/handbook/active-review-cycle/>



Rețeaua de  
activism  
civic

program  
de instruire  
de 20 de ore

## Materialele

În cadrul cursului de instruire veți folosi în general materialele de instruire standard:

- Flipcharts-uri
- Tablă albă
- Bilețele post-it
- Markere pentru flipchart
- Markere pentru tabla albă
- Markere pentru participanți
- Pixuri pentru participanți
- Bandă adezivă din hârtie
- Foi de hârtie albă A4 (și hârtie colorată, dacă doriți)
- Platforma online Zoom
- Tabla Miro sau o aplicație similară

În cazul în care veți avea nevoie de altceva, vom indica acest lucru pentru fiecare sesiune. În cazul în care în cadrul unei sesiuni trebuie să folosiți o fișă de lucru, alte materiale tipărite sau exemple digitale, le veți găsi în directorul „Materiale suplimentare”<sup>6</sup>.





Rețeaua de  
activism  
civic

program  
de instruire  
de 20 de ore

# Sesiunea 1

## Ești activist civic: introducere în activism







Rețeaua de  
activism  
civic

program  
de instruire  
de 20 de ore

# Care sunt bazele activismului

Durata: 120 de minute

## Obiective

- Să-i cunoască mai bine pe ceilalți participanții din grup;
- Să li se prezinte modul de desfășurare a cursului de instruire al Activist Network;
- Să cunoască principiile activismului și să aibă o înțelegere comună;
- Să facă o autoevaluare a cunoștințelor cu privire la activism și organizarea de campanii.

## Descriere

Primul pas este să stabiliți legături de bază în cadrul grupului. Este important să oferiți o definiție comună a activismului și a participării civice și să rugați participanții să expună în ce mod și în ce context, în viața lor de zi cu zi, se implică ei în mod activ în viața civică. Această primă etapă de reflecție va ajuta participanții să înțeleagă mai bine și să știe la ce să se aștepte de la următoarele două sesiuni de instruire.

De asemenea, veți realiza o autoevaluare inițială, ca să înțelegeți câtă încredere au participanții în forțele proprii, care le sunt abilitățile și care sunt aspectele pe care ei nu le cunosc cu privire la activismul civic. În acest fel, participanții vor înțelege în ce mod vor putea utiliza informațiile din următoarele două sesiuni la nivel individual, în situațiile întâlnite de ei, personal. Această autoevaluare va fi folosită și ca să stabiliți nivelul de cunoștințe și de înțelegere a ce înseamnă participare civică.

N

O

T

E

S

9

# Metodologie pas cu pas

## Pasul 1 (25') Prezentare generală și prezentare individuală;

- (5') Prezentarea programului de instruire și a modului de desfășurare (vezi mai sus);
- (3') Prezentarea obiectivelor cursului de instruire și a sesiunii curente (vezi mai sus);
- (3') Prezentarea echipei de instructori;
- (14') Prezentarea individuală a participanților, care va include:
  - numele;
  - ce fac (studiază, sunt angajați...);
  - dacă au experiență legată de activismul civic.
- (pentru sesiunile online – în cazul în care nu mai aveți timp, rugați-i să scrie în fereastra de discuții).

## Pasul 2 (20') Jocul „Să ne cunoaștem”

### Opțiunea 1: Jocul „Misiune imposibilă”

Cereți participanților să facă o serie de activități împreună într-un timp scurt. După încheierea timpului acordat, vor trebui să prezinte rezultatul.

Activități posibile:

- Să facă un selfie cu toții;
- Să scrie un poem haiku despre activism;
- Să numere câte limbi vorbesc participanții din cadrul grupului;
- Să descopere ce activități gratuite pot fi făcute în zona în care se află în acel moment.

Idee: Dați-le întotdeauna mai multe activități decât pot finaliza. Fiți creativi!

### Opțiunea 2: Jocul „2 adevăruri și o minciună”

Toți participanții se vor gândi la 3 lucruri despre propria persoană, dintre care 2 să aibă cu adevărat legătură cu ei, iar unul să fie fals sau să nu aibă legătură cu ei. Rugați-i pe fiecare să le prezinte, iar ceilalți trebuie să ghicească ce este adevărat și ce este minciună. Dacă faceți exercițiul online, le puteți cere participanților să scrie răspunsurile în fereastra de discuții.

N

O

T

E

S



Rețeaua de  
activism  
civic

program  
de instruire  
de 20 de ore

### Pasul 3 (15') Ce știți despre activismul civic?

- Formular de auto-evaluare (partea 1);
- Cea mai bună abordare ar fi să traduceți întrebările în limba în care se desfășoară cursul și să folosiți un [Formular Google](https://www.google.com/forms/about/)<sup>7</sup> (sau altul asemănător) ca să reuniți răspunsurile, astfel încât să le puteți compara cu răspunsurile din formularul de autoevaluare finală, din cadrul sesiunii a zecea, iar apoi să le puteți documenta în format digital.

#### Întrebări pentru autoevaluare

Evaluati-vă răspunsul pe o scară de la 1 la 5, unde 1 este foarte puțin, iar 5 este cel mai mult.

1. Știu foarte bine ce înseamnă activismul civic.
2. Sunt un membru activ al societății.
3. Știu care-mi sunt valorile și ce aspecte sunt importante pentru mine.
4. Știu ce înseamnă „părți interesate” și pot să le identific în comunitatea mea.
5. Pot să îmi rezolv nevoile proprii și pe cele ale grupului cu care lucrez.
6. Cunosc diferitele tactici utilizate în campanii.
7. Știu că, pentru construirea unei campanii, este nevoie de timp.
8. Recunosc un mesaj eficient care mă va motiva să acționez.
9. Știu foarte bine ce înseamnă termenul „polarizare”.
10. Știu că persoanele pot avea diferite roluri în gestionarea campaniilor.
11. Sunt motivat(ă) să schimb ceva în comunitatea mea.
12. Conceptul de activism este clar pentru mine.
13. Am capacitatea să dezvolt campanii împreună cu alți susținători.

### Pasul 4 (15') Ce este activismul civic?

- Brainstorming
  - Rugați participanții să spună ce cred ei că înseamnă activismul sau ce cuvinte-cheie pot ei să asocieze cu activismul; reuniți răspunsurile pe o foaie de flipchart sau într-o aplicație de colaborare online;
  - Înainte să notați răspunsurile pe tablă, verificați dacă ceilalți au înțeles ce s-a spus; dacă observați că există dubii, încercați să reformulați, în cuvinte mai simple;
  - Nu le cereți participanților să vă dea o definiție, ci doar niște idei sau cuvinte-cheie;
  - După sesiunea de brainstorming, prezentați definiția și indicați în mod clar că nu este nicio problemă dacă participanții au o opinie diferită, deoarece activismul este o experiență personală, care depinde de context și de situația fiecărui individ, și care variază în funcție de etapele vieții participanților.

7 <https://www.google.com/forms/about/>

N  
O  
T  
E  
S

11



## Rețeaua de activism civic

program de instruire de 20 de ore

### Câteva definiții ale activismului civic

*Activismul (sau activitățile de susținere/advocacy) reprezintă eforturile depuse pentru promovarea, împiedicarea, reorientarea sau intervenția în reformele sociale, politice, economice sau de mediu, din dorința de a face schimbări în societate, în folosul general al comunității.*<sup>8</sup>

*Definiția pe care eu o dau activismului este... să rezolvi o problemă, orice fel de problemă, prin tragerea la răspundere a celor de la putere (Anjali Appadurai, Activist pentru justiție climatică)*<sup>9</sup>.

*Activismul înseamnă depunerea de eforturi colective, astfel încât să creăm o schimbare fundamentală (Manualul activistului)*<sup>10</sup>.

### Pasul 5 (30') Activitate – Povestea unui erou sau povestea unei victime

Reproduceți activitatea descrisă în „Înțelege imaginea pe care ți-ai creat-o inconștient despre persoana ta, în calitate de activist”<sup>11</sup>. Această activitate este destinată activiștilor pentru climă, dar poate fi adaptată cu ușurință și pentru alte forme de activism. Obiectivul este ca participanții să înceapă să reflecteze la propria lor imagine ca activist și să înceapă să gândească în mod diferit.

Participanții

1. vor bifa afirmațiile care sunt valabile pentru ei;
2. vor discuta despre imaginea eroului și a victimei;
3. vor răspunde împreună la întrebările de auto-reflecție.

### Pasul 6 (15') Recapitulare

- Rugați participanții să vă spună ce părere au avut despre activitatea anterioară;
- Ulterior, cereți-le să se gândească la 2 lucruri pe care le-au învățat în sesiunea curentă (în funcție de cât timp aveți la dispoziție și cât de vorbăreț este grupul, puteți să faceți această activitate cu toți participanții în cerc sau le puteți cere să scrie pe bilețele post-it (atât online, cât și în clasă).

8 <https://en.wikipedia.org/wiki/Activism>

9 <https://www.youtube.com/watch?v=zDVA7r7r0d0>

10 <https://activisthandbook.org/theory/what-is-activism>

11 <https://www.youthforum.org/activism-inside-out/understanding-the-stories-you-unconsciously-hold-about-your-self-as-an-activist>

N

O

T

E

S



Rețeaua de  
activism  
civic

program  
de instruire  
de 20 de ore

## Pregătirea și materialele utilizate

Pentru această sesiune, vă recomandăm să oferiți participanților posibilitatea să folosească instrumente digitale (prezentări PowerPoint, Miro etc.), hârtie pentru flipchart, markere, hârtie pe care să scrie (în cazul în care participanții nu au laptopuri sau telefoane).

Pasul 5 va fi ajustat în așa fel încât să dureze în total 30 de minute. Activitatea propusă în versiunea originală este destinată participanților individuali și nu are limită de timp.

### Resurse suplimentare

- [Ce poți face tu ca să schimbi lucrurile?](#)<sup>12</sup>
- [Scala participării civice](#)<sup>13</sup>
- [Manualul activistului](#)<sup>14</sup>

## Recomandări pentru instructori

Puteți sări peste unii pași din sesiune sau puteți modifica o parte dintre activitățile propuse, atât timp cât obiectivele sesiunilor sunt atinse.

12 <https://the25percent.eu/hub/handbook/chapter-1/what-can-you-do-to-change-things/what-can-you-do-to-change-things-2/>

13 <https://www.trainerslibrary.org/ladder-of-youth-participation/>

14 <https://activisthandbook.org/theory/what-is-activism>

N

O

T

E

S

# Sesiunea 2

## Cum să găsești ceea ce te pasionează, cum să susții o cauză







Rețeaua de  
activism  
civic

program  
de instruire  
de 20 de ore

# De ce ne pasă?

Durata: 120 de minute

## Obiective

- Să înțeleagă de ce întrebarea „De ce?” (care este scopul) este importantă;
- Să-și identifice valorile proprii și ale celorlalți participanți;
- Să vizualizeze ideea de schimbare;
- Să-și pună ideile în cuvinte;
- Să schimbe idei și puncte de vedere cu ceilalți participanți.

## Descriere

În sesiunea 1 ați explorat ce înseamnă activismul. În sesiunea 2 veți explora care este scopul final pe care-l urmăriți. Este important ca participanții să înțeleagă care sunt temele importante pentru ei, cum se intersectează ele, cum să aibă o gândire structurată despre anumite probleme, cum să înțeleagă și să cerceteze ceea ce contează, cum să decidă ce soluții să susțină și cum să-și pună ideile laolaltă, astfel încât să identifice scopul urmărit și să găsească direcția în care trebuie să se îndrepte.

# Metodologie pas cu pas

## Pasul 1 (10') Prezentare generală și prezentare individuală

## Pasul 2 (15') De ce este important să aveți un scop

- Explicați-le participanților că, dacă prezintă un scop clar pentru proiectul sau campania lor, cei din jurul lor se vor asocia cu ei și vor fi mai dispuși să-i ajute și să se alătore eforturilor lor;
- Vă sugerăm să le prezentați ce spune Simon Sinek în „Întreabă-te de ce – Cum ne inspiră marii lideri astfel încât să trecem la acțiune”<sup>15</sup> și rugați participanții să se gândească la situații în care li se spune care este scopul, dar și la alte situații în care scopul nu este clar. Puteți face această activitate sub formă de discuție de grup, pornind de la următoarele întrebări:
- Cum reacționați când vi se prezintă un răspuns clar la întrebarea „de ce”?

<sup>15</sup> [https://www.youtube.com/watch?v=u4ZoJKF\\_VuA&ab\\_channel=TEDxTalks](https://www.youtube.com/watch?v=u4ZoJKF_VuA&ab_channel=TEDxTalks)

N

O

T

E

S



- Vedeți vreo diferență între un curs de instruire, în care programul vă este explicat de la început, și un curs la școală/universitate, în care nu există un scop clar, iar voi trebuie să faceți legăturile pe parcurs? Când sunteți mai motivați să ascultați?
- Când a fost ultima dată când ați căutat un tutorial pe internet? L-ați ascultat de la început, sau mai întâi ați căutat dacă oferă o soluție pentru problema voastră sau care este obiectivul final al prezentării, iar doar ulterior l-ați ascultat din nou de la început?

## Pasul 3 (65') Cum să identifici ce te pasionează

### 3.1 (20') Identificarea valorilor

- Fiecare participant va primi o fișă cu o listă de valori;
- Rugați-i să citească și să bifeze toate valorile care li se pare că rezonază cât de puțin cu ei sau care sunt cât de cât importante pentru ei (în mod instinctiv);
- Când au terminat, rugați-i să aleagă doar jumătate din aceste valori și să se gândească dacă cele care sună asemănător sunt cu adevărat similare (participanții pot să înceapă a doua parte la momente diferite, în cazul în care nu reușesc să termine în același timp exercițiul anterior);
- Repetați pasul de mai sus;
- În acest moment, participanții trebuie să fi ajuns la o listă de 5-20 de valori;
- Rugați-i să aleagă dintre ele 2-3 care sunt esențiale, și maximum 5 care sunt foarte importante.
  - Sugestie de temă pentru acasă: Puneți ultimele valori rămase într-o ierarhie. Este dificil să alegi ce este mai important dintre prieteni și rude, spre exemplu. Ca să vă hotărâți mai ușor, vă puteți imagina un scenariu în care aceste două valori sunt în contradicție (de exemplu, aniversarea de 25 de ani a celui mai bun prieten al vostru și aniversarea de 50 de ani a unuia dintre părinții voștri, care cad în aceeași zi). Este un exercițiu greu dar, dacă reușiți să-l faceți, veți putea lua decizii mai rapide și mai bune, bazate pe valorile voastre, atunci când este nevoie să faceți asta, și nu vă veți mai simți vinovați sau presați de faptul că trebuie să faceți o alegere, pentru că veți ști motivul pentru care ați ales într-un anumit fel, chiar dacă decizia a fost dificilă.

### 3.2 (5') Care sunt consecințele

- Rugați participanții să se gândească și să scrie care ar fi consecințele în lume dacă valorile pe care le-au ales ei ar fi neglijate fie de ei personal, fie de societate în general. Ce s-ar schimba? Cum v-ar influența acest lucru pe voi și pe cei din jurul vostru? Cum i-ar influența pe cei mai vulnerabili membri ai comunității voastre?

N

O

T

E

S

### 3.3 (20') Găsiți un mod prin care s-ar putea schimba lucrurile

- Faceți exercițiul „Imaginea unui viitor mai bun”<sup>16</sup>;
- Spuneți-le participanților că se pot gândi și la exercițiile anterioare, atunci când răspund la întrebări;
- Este de preferat ca participanții să facă acest exercițiu individual.

### 3.4 (20') Alegerea unei probleme și conturarea ei

- Acest exercițiu s-ar putea baza pe „Identifică problemele care te interesează și schimbările pe care ai dori să le obții”<sup>17</sup>;
- Rugați participanții să descrie (prin exemple) care este diferența dintre problema identificată și schimbarea pe care vor s-o obțină (citiți înainte articolul indicat mai sus);
- Participanții se vor gândi la schimbările pe care ar vrea să le vadă; pot lucra în perechi, ca să-și discute ideile;
- Dacă au timp, pot detalia problemele identificate și schimbarea dorită; în această etapă, ați putea pune două perechi împreună, astfel încât participanții să lucreze în grupuri de patru.

### Pasul 4 (15') Prezentare

- Toți participanții vor avea posibilitatea să-și prezinte „povestea” (dacă timpul permite):
  - 1-3 valori care sunt cele mai importante pentru mine;
  - Care sunt consecințele dacă neglijăm aceste valori (o propoziție);
  - Care este aspectul care mă interesează și care este mica schimbare pe care aș vrea să o văd.

### Pasul 5 (15') Recapitulare

- Conform descrierii din secțiunea „Informații generale” aferentă titlului „Recapitulare”.

16 <https://the25percent.eu/hub/handbook/chapter-1/what-can-you-do-to-change-things/finding-your-vision-for-change/>

17 <https://the25percent.eu/hub/handbook/chapter-1/what-can-you-do-to-change-things/working-out-what-issues-you-care-about-and-what-change-you-d-like-to-see/>



Rețeaua de  
activism  
civic

program  
de instruire  
de 20 de ore

## Pregătirea și materialele utilizate

Scoateți la imprimantă „Lista valorilor” (sau folosiți-o ca să creați un material similar online); o veți găsi în directorul de materiale suplimentare<sup>18</sup>. De asemenea, vă sugerăm să utilizați și resursele următoare, care sunt menționate în paragraful de mai sus:

- Identifică problemele care te interesează și schimbările pe care ai dori să le obții<sup>19</sup>;
- Imaginea unui viitor mai bun<sup>20</sup>.

## Recomandări pentru instructori

Atunci când faceți identificarea valorilor, este important să nu aveți prea multe la sfârșit (dacă participanții nu pot decide) sau prea puține, spre exemplu numai valori care sunt împărtășite de majoritatea dintre participanți (familie, prieteni etc.). În acest fel, participanții pot vorbi despre ce este important pentru ei și nu pentru toată lumea, astfel încât să genereze o schimbare (dezvoltare durabilă, egalitate etc.).

18 <https://drive.google.com/drive/folders/InWoGvJOdYZwaTa2GQj3vmLslhbhF7SEf>

19 <https://the25percent.eu/hub/handbook/chapter-1/what-can-you-do-to-change-things/working-out-what-issues-you-care-about-and-what-change-you-d-like-to-see/>

20 <https://the25percent.eu/hub/handbook/chapter-1/what-can-you-do-to-change-things/finding-your-vision-for-change/>

N

O

T

E

S

# Sesiunea 3

## Comunitatea și înțelegerea cadrului general



# Identificarea părților interesate

Durata: 120 de minute

## Obiective

- Să identifice părțile interesate care au o influență asupra problemei identificate;
- Să afle modul în care diferitele părți interesate le pot susține cauza;
- Să pregătească o serie de exemple despre cum să comunice cu părțile interesate, astfel încât să-și atingă obiectivele.

## Descriere

Trebuie să știți că nu sunteți singuri în inițiativa voastră și că nu este posibil să schimbi lumea de unul singur. Aflați ce mai fac și alții în legătură cu aspectele pe care vreți să le schimbați, dar și ce efecte au acțiunile lor. Informați-vă despre problemele cu care se confruntă membrii comunității voastre, găsiți exemple inspiratoare despre cum au reușit alții să-și implementeze cu succes ideile de schimbare, cu respectarea limitelor impuse de procesele democratice, și înțelegeți care este rolul vostru în cadrul schimbării aspectelor importante pentru voi.

# Metodologie pas cu pas

## Pasul 1 (10') Prezentare generală și prezentare individuală

### Pasul 2 (10') Puncte de plecare

Ați identificat o problemă în legătură cu care doriți să acționați. Din fericire, este foarte probabil să nu fiți singurii care sunteți preocupați de aceste aspecte. În loc să începeți procesul de la zero, încercați să aflați cine mai organizează campanii legate de aceleași probleme, în regiunea în care vă aflați. Eforturile voastre combinate vor avea un impact mult mai mare și vor fi mult mai eficiente decât dacă ați acționa individual. În plus, aveți avantajul că beneficiați de cunoștințele și experiența celorlalți, astfel încât nu trebuie să repetați aceiași pași.

Pentru început, vă puteți inspira din articolul scris de [Tammy Day](https://www.nebcommfound.org/news/build-your-social-capital-and-build-your-community/)<sup>21</sup>, în care ea arată cât este de important să creezi rețele și legături în cadrul unei comunități, astfel încât toată lumea să beneficieze. Ea explică felul în care capitalul social, reprezentat de multitudinea de relații și bună înțelegere între oameni, este absolut esențial pentru viitorul comunităților. De asemenea, textul oferă o serie de modalități prin care se pot construi relații și se pot crea legături, cum ar

21 <https://www.nebcommfound.org/news/build-your-social-capital-and-build-your-community/>





fi să fii dispus să fii prezentat altor persoane, să-ți cultivi o reputație de persoană de încredere și muncitoare, să accepți invitațiile primite, să îți pese de comunitatea în care trăiești, să-ți exprimi recunoștința, să întorci favorurile primite și să-i inviți și pe alții să participe la activitățile tale. Articolul arată că este nevoie de timp ca să construiești relații și să obții capital social, dar acest lucru va duce în cele din urmă la mai puține conflicte, o mai bună colaborare și o mai mare eficiență în rezolvarea problemelor cu care se confruntă comunitatea.

## Pasul 3 (90') Părțile interesate

Părțile interesate sunt persoanele, grupurile sau organizațiile care sunt afectate în mod pozitiv sau negativ de un proiect, o inițiativă, o strategie sau o organizație. Prin urmare, orice persoană sau entitate este afectată, și nu neapărat în mod direct. Din acest moment, și până la recapitulare, vom lucra în grupuri. Puteți să lăsați participanții în aceleași grupuri pe durata întregii sesiuni, cu condiția să lucreze împreună și mai târziu, în cadrul proiectului sau să aibă idei similare. Activitățile sunt concepute în așa fel încât să se completeze pe parcurs.

### 3.1 (15') Cine sunt părțile interesate?

Mai întâi, trebuie să ne lărgim orizonturile. Știm cine sunt părțile interesate care ar putea avea legătură cu misiunea noastră? De unde începem căutările? Puteți căuta pe Google despre problema din comunitatea voastră, puteți face căutări pe rețelele sociale sau pe platformele de știri, puteți lansa întrebări în forumurile de discuții de pe rețelele sociale etc. Acordați câteva minute acestei activități apoi, în grupuri restrânse, mai întâi explicați-le celorlalți din grup care este misiunea voastră, apoi ajutați-vă reciproc să găsiți cât mai multe părți interesate pentru toți. Nu vă impuneți limite. Este posibil să existe mult mai multe persoane decât credeți care sunt afectate de problema pe care ați identificat-o. Nu uitați să notați cine sunt părțile interesate identificate.

### 3.2 (25') Evaluarea părților interesate

După ce ați identificat o parte dintre aceste părți interesate, ar trebui să stabiliți cât este de probabil ca ele să vă ajute să vă atingeți obiectivele și în ce va consta ajutorul lor. Ca punct de pornire, folosiți exercițiul „Cunoașteți-vă comunitatea”<sup>22</sup>.

### 3.3 (10') Selectați părțile interesate

După ce ați făcut evaluarea părților interesate, decideți cu care dintre ele veți lua legătura, ca să vedeți dacă vă puteți ajuta reciproc. Începeți din colțul din dreapta sus al graficului pe care l-am folosit la exercițiul anterior și selectați câteva dintre părțile interesate. Încercuiți-le sau subliniați-le cu un marker. Este posibil ca aceste părți interesate să fie principalii potențiali parteneri, dar nu uitați să cercetați dacă există un anumit potențial și în colțul din dreapta jos; de asemenea, nu scăpați din vedere ce vor face părțile interesate din colțul din stânga sus în timpul campaniei voastre.

22 <https://the25percent.eu/hub/handbook/chapter-2/mapping-your-community/>



Rețeaua de  
activism  
civic

program  
de instruire  
de 20 de ore

### 3.4 (20') Ce ajutor ne pot oferi?

Fiecare participant va nota, în liniște, cât de multe exemple posibil despre modurile în care părțile interesate selectate i-ar putea ajuta. Ulterior, vor discuta în grupuri sau cu alți participanți cu idei asemănătoare, și vor nota concluziile.

### 3.5 (20') Comunicarea cu părțile interesate

Pornind de la analiza făcută la exercițiile anterioare, acum știți care părți interesate au dorința și autoritatea să vă acorde ajutor și aveți câteva idei despre cum v-ar putea ajuta ele să vă atingeți obiectivul. Ceea ce este important pentru voi este probabil important și pentru aceste părți interesate. Scrieți o scrisoare în care mai întâi veți explica aspectele care sunt importante pentru voi și unde considerați că există o problemă în comunitatea din care faceți parte. Apoi, veți arăta ce apreciați din activitatea lor și modul în care realizările lor au legătură cu misiunea voastră. În încheiere, prezentați modul în care ați putea lucra împreună pentru rezultate mai bune și motivul pentru care considerați că această colaborare ar contribui la o lume mai bună. Astfel, veți avea o scrisoare pe care să o trimiteți unei părți interesate care considerați că v-ar putea ajuta să faceți din această lume un loc mai bun.

### Pasul 4 (10') Recapitulare

- Conform descrierii din secțiunea „Informații generale” aferentă titlului „Recapitulare”.
- Nu uitați să întrebați participanții cum vor folosi scrisoarea redactată (rugăți-i să ofere cât mai multe detalii).

N

O

T

E

S



Rețeaua de  
activism  
civic

program  
de instruire  
de 20 de ore

## Pregătirea și materialele utilizate

Va trebui să aveți la îndemână „diagrama părților interesate” (sau să o scoateți la imprimantă, din directorul materiale suplimentare<sup>23</sup>), și să o puneți la dispoziția participanților. Puteți găsi și alte informații utile, dar și exercițiile de la curs, la acest link:

- [Construiți-vă capitalul social și dezvoltati-vă comunitatea](#)<sup>24</sup>, de Tammy Day
- [Cum să lucrați împreună ca să obțineți o schimbare: de ce să contribuiți și voi?](#)<sup>25</sup>
- [Cine face campanii despre problema identificată de voi?](#)<sup>26</sup>
- [Cunoașteți-vă comunitatea](#)<sup>27</sup>

## Recomandări pentru instructori

În cadrul cursului, este posibil să aveți grupuri de participanți care doresc să lucreze la aceeași idee încă de la început, sau participanți care preferă să lucreze individual. Atunci când participanții lucrează în grupuri restrânse, acestea trebuie să fie formate din cel puțin trei persoane. În acest sens, puteți reuni participanți cu idei asemănătoare, astfel încât ei să se poată susține reciproc pe parcursul întregului proces.

23 <https://drive.google.com/drive/folders/1nWoGvJOdYZwaTa2GQj3vmLslhbhF7SEf>

24 <https://www.nebcommfound.org/news/build-your-social-capital-and-build-your-community/>

25 <https://the25percent.eu/hub/handbook/chapter-2/working-together-to-achieve-change-why-make-change-together/>

26 <https://the25percent.eu/hub/handbook/chapter-2/who-is-campaigning-on-your-issue/>

27 <https://the25percent.eu/hub/handbook/chapter-2/mapping-your-community/>

N

O

T

E

S

# Sesiunea 4

## Activismul civic și sănătatea: cum să ai grijă de tine și de ceilalți





Rețeaua de  
activism  
civic

program  
de instruire  
de 20 de ore

# Ceea ce faci tu este important

Durata: 120 de minute

## Obiective

- Să identifice care sunt nevoie de bază pentru propria sănătate;
- Să înțeleagă ce înseamnă starea de bine și de ce este important să ai grijă de propria persoană și de grupul din care faci parte.

## Descriere

Ești activist civic, dar poți obține rezultate bune numai dacă ai grijă de tine și de cei din jurul tău. Oboseala care apare atunci când militezi pentru o cauză este reală și ne afectează pe toți. Îți este greu, atunci când lupți pentru o cauză și nu vezi niciun progres; de aceea, trebuie să înțelegem cum putem măsura rezultatele obținute, cum ne recompensăm, pe noi și pe ceilalți, atunci când avem o reușită, dar și modul în care tensiunea din activismul civic ne afectează pe noi și pe ceilalți.

## Metodologie pas cu pas

### Pasul 1 (10') Prezentare generală și prezentare individuală

### Pasul 2 (15') Activitate individuală

1. Rugați participanții să facă o listă cu condițiile de care au nevoie ca să se simtă bine și productivi în activitățile de zi cu zi – la școală, la locul de muncă, în timpul liber, în cadrul activităților de voluntariat etc.;
2. Cereți-le să redacteze lista în scris, pe hârtie sau folosind instrumentele digitale.

### Pasul 3 (30') Activitate în grupuri restrânse

Rugați participanții să discute în grupuri restrânse și să răspundă la următoarele întrebări:

- Ce înseamnă starea de bine și grija pentru propria persoană?
- Ce înseamnă grija pentru grupul din care faci parte?
- Care este legătura dintre acestea și activismul civic?
- Ce putem face ca să ne păstrăm starea de sănătate în timp ce desfășurăm acțiuni de activism civic?

N

O

T

E

S

## Pasul 4 (25') Prezentarea discuțiilor din grupul restrâns

Fiecare grup va prezenta concluziile discuțiilor (maximum 3 minute pentru fiecare grup). După prezentare, întrebați-i care este legătura dintre tema discuțiilor lor și listele de condiții pe care le-au redactat la începutul sesiunii.

## Pasul 5 (25') Aspecte teoretice despre cultura de grup, despre cum se gestionează în mod eficient sesiunile și despre procesul de luare a deciziilor în cadrul grupurilor

Sugestii despre cum să structurați aspectele teoretice și să aduceți aceste trei teme în discuție, deoarece ele vă pot economisi mult timp și energie și pot crește motivația.

### Aspecte despre cultura de grup

- Ce înseamnă „cultura de grup”? În fiecare grup, inclusiv în familii, în organizații și în colective, există o cultură dominantă;
- Pentru viitorii activiști civici, este important să știe că nu sunt singuri și că procesul de transformare a lumii într-un loc mai bun este mai eficient dacă este parcurs împreună cu ceilalți (ideea va fi dezvoltată mai mult în sesiunea 7), iar acest lucru înseamnă că trebuie să lucreze în grupuri sau în echipe;
- Grupurile/echipele trec prin anumite etape de evoluție – formarea echipei, competiția între membri, stabilirea regulilor, obținerea rezultatelor și despărțirea la finalul proiectului – Modelul Tuckman de dezvoltare a echipelor<sup>28</sup>;
- Atunci când puneți bazele unui nou grup, sau chiar în cadrul grupurilor mai bine încheiate, discutați cu toți membrii grupului despre cultura pe care ați dori s-o creați. Ca să facilitați această discuție, puteți urma un proces simplu, în cinci pași:
  - Gândiți-vă la un exercițiu care permite altora să pătrundă în spațiul grupului. Poate fi un joc sau ceva amuzant, care să vă ajute să spargeți gheața;
  - Rugați participanții să se gândească la o situație în care s-au simțit cu adevărat bineveniți și că fac parte dintr-un grup în care s-ar putea dezvolta;
  - Reuniți toți participanții și rugați-i să le spună și celorlalți despre momentele de care și-au amintit;
  - Rugați participanții să formeze grupuri mai mici și să reflecteze asupra celor spuse de ceilalți. Ce principii cheie ar dori ei să fie respectate în cadrul grupului?;
  - Invitați participanții să spună cum consideră ei că a decurs conversația și rugați-i să se pună de acord cu privire la cultura grupului.
- Odată ce s-au pus de acord cu privire la ce fel de cultură vor să aibă în cadrul grupului, trebuie să se angajeze că vor perpetua acea cultură. Mai multe resurse sunt disponibile la linkul cultura grupului<sup>29</sup>.

<sup>28</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/Tuckman%27s\\_stages\\_of\\_group\\_development](https://en.wikipedia.org/wiki/Tuckman%27s_stages_of_group_development)

<sup>29</sup> <https://the25percent.eu/hub/handbook/chapter-2/group-culture/>



## Baze pentru gestionarea în mod eficient a sesiunilor

- Rugați participanții să spună de ce au nevoie – cea mai bună modalitate prin care o sesiune vine în întâmpinarea nevoilor tuturor celor prezenți este să întrebați pur și simplu, în prealabil, de ce este nevoie. Puteți face acest lucru trimițând un email sau un sondaj, înainte de data sesiunii. Participanții vă pot astfel informa dacă au nevoie de timp de gândire, de interpretare în limbajul semnelor, de traducere, de interpretare, de instalații pentru accesul persoanelor în scaune cu rotile etc. Un alt aspect important este să numiți mediatorul din cadrul sesiunii și să vă asigurați că sesiunea începe la timp și respectă ordinea de zi.
- Recomandări pentru sesiuni eficiente în mediul online:
  - Sesiunea trebuie să fie scurtă (maximum 1 oră);
  - Numiți un responsabil tehnic, care se va ocupa de împărțirea participanților în grupe separate și de permiterea accesului;
  - Asigurați-vă că prezentările sunt scurte; trimiteți participanților materialele de parcurs înaintea sesiunii, în cazul în care aveți multe informații de transmis;
  - Folosiți grupurile virtuale pentru discuțiile în perechi sau în grupuri restrânse, astfel încât toți participanții să aibă posibilitatea să vorbească;
  - Experimentați cu prezentări PowerPoint interactive sau cu tabla virtuală Jamboard de la Google, ca să permiteți participanților să facă brainstorming virtual.
- Mai multe resurse sunt disponibile la linkul [gestionarea în mod eficient a sesiunilor](#)<sup>30</sup>.

## Bazele procesului de luare a deciziilor în cadrul grupurilor

- Nu este un proces foarte ușor, chiar dacă grupul are același scop final. Implementați un proces deschis de luare a deciziilor, care să asigure un echilibru între deciziile luate prin consens și deciziile, de mai mică importanță, luate de cei care gestionează aspectele specifice ale campaniei;
- Deciziile prin consens înseamnă că deciziile sunt adoptate numai când toți cei din grup sunt de acord. Ajută grupurile să partajeze puterea, să construiască o comunitate mai puternică și să ia deciziile cele mai bune, ținând seama de părerea tuturor;
- Deciziile prin majoritate de voturi înseamnă că deciziile sunt adoptate atunci când cei mai mulți membri ai grupului sunt de acord. Această opțiune poate fi utilă atunci când anumite chestiuni duc la polarizare și la controverse în cadrul grupului. Deși este important să încercăm să găsim puncte comune, în cazul în care există câteva persoane cu opinii ferme care împiedică grupul să-și continue acțiunile, atunci decizia majorității poate fi cea mai corectă;
- Este important ca mediatorul să asculte în mod activ ce spune fiecare dintre membri și să încerce să se asigure că punctele de vedere ale acestora sunt incluse în decizia luată. Nu uitați – uneori va fi ușor să ajungeți la un acord. Alteori, va trebui să reveniți și să analizați din nou aspectele, după care să veniți cu noi propuneri, înainte să vă puneți de acord;
- Ca să puteți lua decizii împreună, aveți nevoie de încredere. Vestea bună este că, dacă ați reușit să stabiliți relații solide, să dezvoltați o cultură pozitivă de grup și să aveți cu toții o viziune comună robustă, vă veți bucura de acea încredere de care aveți nevoie atunci când vine vremea să luați decizii;

30 <https://the25percent.eu/hub/handbook/chapter-2/running-good-meetings/>

- Mai multe resurse sunt disponibile la linkul [procesul de luare a deciziilor în cadrul grupurilor](https://the25percent.eu/hub/handbook/chapter-2/decision-making-in-groups/)<sup>31</sup>.

**La sfârșitul secțiunii de introducere, nu uitați să faceți legătura cu starea de bine a participanților și a grupurilor în general, deoarece o cultură de grup negativă poate duce la frustrare, anxietate și lipsă de răbdare.**

## Pasul 6 (15') Recapitulare

Activiștii civici și militanții pentru schimbări sociale muncesc de obicei prea mult. Un studiu a arătat că între 10 și 50% dintre activiștii sindicali și militanții pentru pace s-au confruntat cu epuizare (burnout), și un procent de până la 87% dintre militanții pentru pace au renunțat la activismul civic într-un interval de șase ani. Ca să vă asigurați că nu vă epuizați sau că membrii grupului din care faceți parte nu sunt copleșiți de sarcinile pe care și le-au trasat ei înșiși, este important să aveți grijă de sănătatea personală și de cea colectivă.

Folosiți ideile de mai jos ca să creați un plan de îngrijire pentru propria persoană:

- Limitați orele dedicate activismului și deconectați toate canalele de comunicare în afara acestor ore;
- Dedicăți o oră pentru pauza de prânz și evitați să mâncați repede, deoarece lucrați în același timp;
- Stabiliți în mod realist numărul de sarcini pe care le puteți îndeplini;
- Dedicăți timp și altor activități care vă fac plăcere și care vă pot oferi relaxare și distracție (practicarea unui sport, petrecerea timpului cu prietenii).

Folosiți ideile de mai jos ca să creați un plan de îngrijire colectiv, pentru grupul din care faceți parte:

- Fiți la curent cu aspectele sau temele sensibile, pentru care ar putea fi nevoie de un avertisment;
- Fiți la curent cu problemele importante din viața personală a colegilor voștri, care le-ar putea distra atenția acestora sau care le-ar putea afecta viața sau munca;
- Respectați decizia colegilor voștri, când vă spun că trebuie să se deconecteze de la muncă;
- Învățați să spuneți „nu” și susțineți-i și pe alții să semnaleze așteptări și termene nerezonabile;
- Comunicați în mod clar cu privire la anumite probleme nerezolvate cu un anumit membru al echipei;
- Limitați canalele de comunicare utilizate pentru serviciu; nu folosiți ferestre de discuții pe Facebook sau aplicația WhatsApp ca să purtați conversații legate de activitatea de serviciu;
- Alocați 10 minute la începutul unui apel ca să faceți conversație ușoară despre viața personală cu colegul de echipă cu care vorbiți.

31 <https://the25percent.eu/hub/handbook/chapter-2/decision-making-in-groups/>



Rețeaua de  
activism  
civic

program  
de instruire  
de 20 de ore

## Pregătirea și materialele utilizate

Mai jos veți găsi materiale suplimentare care v-ar putea fi utile; puteți decide dacă să le prezentați grupului sau să le cereți să le citească, sub formă de temă pentru acasă.

- [Ai grijă de sănătatea personală și de cea colectivă](#)<sup>32</sup>;
- [Integrează ce ai învățat în viața ta de activist civic](#)<sup>33</sup>.

## Recomandări pentru instructori

Până în acest moment, ar trebui să-i cunoașteți deja pe membrii grupului și să puteți anticipa timpul necesar pentru discuții sau activități de grup. Aveți libertatea să modificați timpii în funcție de situație.

32 <https://the25percent.eu/hub/handbook/chapter-2/self-care-and-collective-care/>

33 <https://www.youthforum.org/activism-inside-out/integrating-what-you-learned-into-your-activism>



Rețeaua de  
activism  
civic

program  
de instruire  
de 20 de ore

# Sesiunea 5

## Învață cum să- ți dezvolti propria campanie



# De unde începem

Durata: 120 de minute

## Obiective

- Să dobândească informații de bază despre desfășurarea unei campanii;
- Să învețe în mod practic, analizând campaniile existente;
- Să vină cu idei pentru campanii viitoare;
- Să învețe diferite tactici utilizate în campanii.

## Descriere

Nu este întotdeauna ușor să puneți bazele unei strategii care să conducă la schimbarea pe care o doriți. Ca să înțelegem cum ne putem atinge obiectivele, este recomandat să ne informăm despre ceea ce există deja, ce are rezultate și ce nu, și cu cine trebuie să discutăm, ca să comunicăm problemele care ne preocupă celor care au puterea să facă o schimbare.

# Metodologie pas cu pas

## Pasul 1 (10') Prezentare generală și prezentare individuală

## Pasul 2 (30') Analizarea campaniilor existente

Participanții vor lucra în grupuri restrânse. Fiecărui grup îi este alocată o campanie. Fiecare grup va reflecta asupra următoarelor aspecte:

- În ce mod este inițiată campania;
- Ce problemă încearcă să rezolve campania respectivă;
- Care este tema principală;
- Cine sunt părțile interesate;
- Care este obiectivul concret al campaniei;
- Ce tactici sunt utilizate;
- Care este principalul mesaj al campaniei și cum este acesta comunicat;
- Care sunt rolurile care trebuie îndeplinite pentru ca o campanie să fie dusă la bun sfârșit.

Invitați participanții să efectueze căutări și să vadă ce informații pot găsi despre campanie, altele decât cele de pe pagina oficială a campaniei.

Câteva exemple de campanii:

N

O

T

E

S

- Interzicerea stagiilor de practică neremunerate<sup>34</sup>
- Fridays for future – Greva școlară pentru climă<sup>35</sup>
- Free periods – produse gratuite pentru menstruație<sup>36</sup>
- Black lives matter – Viața negrilor contează<sup>37</sup>

### Pasul 3 (25') Prezentarea analizei campaniei, efectuată de fiecare grup

- Maximum 4–5 minute pentru fiecare grup;
- Lăsați timp și pentru întrebări și comentarii.

### Pasul 4 (20') Idei pentru viitoare campanii

Rugați participanții să revină la notițele făcute cu privire la problema pentru care vor să militeze, de la pasul 3.4 din a doua sesiune; spuneți-le să parcurgă din nou activitatea și să aibă o formulare cât mai precisă posibil. Problemele identificate și schimbarea dorită trebuie să fie cât mai bine definite.

### Pasul 5 (20') Tactici în cadrul campaniilor

14. Oferiți participanților lista cu tacticile de campanie<sup>38</sup> (de exemplu, acțiuni de masă descentralizate, greve, campanii politice etc.), sub formă de fișe de lucru, afișate pe ecran sau într-o prezentare PowerPoint, și rugați-i să le parcurgă rapid. După ce au terminat, întrebați-i care dintre tactici nu le sunt familiare deloc și clarificați-le.
15. Pornind de la diferitele probleme de la pasul anterior, rugați participanții să spună ce tactici trebuie folosite în fiecare caz și de ce. Acest exercițiu ar putea fi efectuat în grupuri restrânse, astfel încât să se asigure o mai bună interacțiune, mai ales dacă participanții sunt numeroși.

### Pasul 6 (15') Recapitulare

16. Rugați participanții să indice care dintre tactici le-ar putea aplica;
17. Rugați participanții să se gândească la 3 lucruri: un aspect care le-a plăcut, un aspect care nu le-a plăcut și ce parte din sesiune ar putea îmbunătăți;
18. Rugați-i să le scrie pe bilețele post-it sau pe tablă, apoi analizați feedbackul primit. Dacă este posibil, schimbați anumite părți în sesiunile următoare, ca să vă adaptați nevoilor lor de învățare.

34 <https://www.youthforum.org/collective-complaint-on-unpaid-internships>

35 <https://fridaysforfuture.org/>

36 <https://www.freeperiods.org/>

37 <https://blacklivesmatter.com/>

38 <https://the25percent.eu/hub/handbook/chapter-4/campaign-tactics-pros-and-cons-of-each-where-they-fit-in-a-strategy/>



Rețeaua de  
activism  
civic

program  
de instruire  
de 20 de ore

## Pregătirea și materialele utilizate

Pentru această sesiune veți avea nevoie de bilețele post-it și de tablă (reală sau virtuală); scrieți sau tipăriți întrebările și tacticile în prealabil.

Există multe ghiduri excelente care îi prezintă pe cei care lucrează în domeniul promovării (advocacy) și al campaniilor; în cazul în care aveți nevoie de mai multe informații, vă sugerăm să parcurgeți următoarele resurse:

- Stabilirea obiectivului unei campanii<sup>39</sup>
- Ghidul de advocacy al UNICEF<sup>40</sup>
- YFJ – Manual de advocacy<sup>41</sup>

## Recomandări pentru instructori

În ceea ce privește exemplele de campanii, ați putea alege și altele, care sunt mai potrivite cu realitatea locală.

39 <https://the25percent.eu/hub/handbook/chapter-3/setting-a-campaign-objective/>  
40 <https://www.unicef.org.uk/wp-content/uploads/2019/03/Youth-Advocacy-Toolkit.pdf>  
41 <https://www.youthforum.org/files/220201-Advocacy-Toolkit.pdf>

# Sesiunea 6

## Acționează! (partea 1): cum punem bazele unei campanii







Rețeaua de  
activism  
civic

program  
de instruire  
de 20 de ore

# Moduri de lucru

Durata: 120 de minute

## Obiective

- Să cunoască riscurile din timpul desfășurării unei campanii;
- Să știe să se pregătească pentru anumite riscuri din timpul desfășurării unei campanii;
- Să pornească de la ideea inițială și să dezvolte o întreagă campanie (pe baza răspunsurilor la întrebările „de ce?” și „în ce fel?”).

## Descriere

Pentru ce este campania voastră? Deja ați identificat o cauză pentru care să militați dar, dacă vreți să faceți și o schimbare, trebuie să puneți bazele unei campanii. Indiferent dacă începeți la nivel individual sau vă alăturați altora ca voi, va trebui să învățați cum să obțineți impactul dorit prin acțiuni concrete, dar să știți să acceptați și eșecul. Nu este nicio problemă când greșești. Învățați ce instrumente pot fi utilizate, inclusiv diferite metode de participare civică. Cum planificați aceste activități? De ce aspecte trebuie să țineți cont? Care metode funcționează cel mai bine în fiecare situație? În această sesiune vom explora aceste aspecte practice.

# Metodologie pas cu pas

## Pasul 1 (10') Prezentare generală și prezentare individuală

## Pasul 2 (20') Puncte de plecare: Capcane și gestionarea riscurilor

Rugați participanții să lucreze individual și în liniște și să noteze pe o hârtie câteva dintre riscurile și capcanele care consideră ei că ar putea apărea în timpul pregătirii și desfășurării unei campanii. Apoi rugați-i să le prezinte tuturor; notați-le cu atenție și grupați-le în același timp. La final, votați pentru cele mai probabile și cele mai înspăimântătoare. Dacă aveți un număr redus de participanți, îi puteți ruga să le marcheze cu un marker pe cele pentru care votează. Dacă aveți un grup format din mulți participanți sau sesiunea se desfășoară online, voturile se pot exprima prin ridicarea mâinilor. La sfârșit, discutați despre capcanele și riscurile pe care participanții le consideră cele mai înspăimântătoare sau cele care au cea mai mare posibilitate să survină.

N

O

T

E

S



### Pasul 3 (45') Campania mea

Folosiți fișa de lucru „Campania mea” din directorul [materiale suplimentare](#)<sup>42</sup>. În mod ideal, participanții ar trebui să completeze fișa individual dar, dacă acest lucru este posibil, i-ați putea împărți în grupuri mai mici, cu obiective similare, astfel încât să se poată susține în cadrul procesului. Reamintiți-le ce au făcut deja și spuneți-le ce va urma. Participanții ar trebui să se gândească la o întreagă campanie legată de cauza lor și să încerce să completeze fișa de lucru pe cât de mult posibil. Vor avea timp să o revizuiască mai târziu.

### Pasul 4 (30') Prezentare

Unii participanți vor avea posibilitatea să prezinte ce au scris pe fișele de lucru (dacă aveți timp). Rugați o parte din participanți să prezinte și încurajați o discuție și schimbul de idei. Este în regulă și dacă participanții prezintă în grup, dacă au lucrat împreună. Scopul final este ca participanții să prezinte și să discute despre cât mai multe idei posibil, atât cât permite timpul, astfel încât să le vină și alte idei sau să primească feedback și să-și perfecționeze ideile.

### Pasul 5 (15') Recapitulare

- Conform descrierii din secțiunea „Informații generale” aferentă titlului „Recapitulare”.

42 <https://drive.google.com/drive/folders/1nWoGvJOdYZwaTa2GQj3vmLslhbhF7SEf>

## Pregătirea și materialele utilizate

Nu mai aveți nevoie de nimic special, în afara fișei de lucru „Campania mea” și materialele obișnuite din secțiunea „Informații generale”. Puteți găsi informații suplimentare în linkurile de mai jos. Ultimele două referințe sunt specifice, dar sunt extrem de utile dacă nu sunteți familiarizați cu tema din primul exercițiu.

- [Etapile de stabilire a strategiei](#)<sup>43</sup>
- [Tactici în cadrul campaniilor](#)<sup>44</sup>
- [Strategii în cadrul campaniilor](#)<sup>45</sup>
- [Tipuri de riscuri](#)<sup>46</sup> (faceți referire numai la advocacy, nu generalizați)
- [Riscurile în advocacy – aspecte utile](#)<sup>47</sup> (faceți referire numai la advocacy, nu generalizați)

## Recomandări pentru instructori

Trebuie să menționăm că lucrurile bune necesită timp și că trebuie să ne gândim o vreme și să reflectăm bine înainte să acționăm. Ne confruntăm cu atât de multe crize, așa că avem adesea tendința să acționăm imediat, fără să ne gândim bine la ce vom face. Este important să reducem această presiune încă de la început și să acționăm cu capul limpede.

Temă pentru acasă

Puneți situațiile cele mai înspăimântătoare și cele cu cea mai mare probabilitate de apariție, identificate la Pasul 2, într-un [Formular Google](#)<sup>48</sup>, și rugați participanții să se gândească și să noteze o serie de soluții pentru ele. În acest mod, toți participanții primesc răspunsurile de la ceilalți participanți, iar materialul reprezintă o bună sursă de informare, creată de toți cei din grup.

43 <https://the25percent.eu/hub/handbook/chapter-3/strategy-stepping-stones/>

44 <https://the25percent.eu/hub/handbook/chapter-4/campaign-tactics-pros-and-cons-of-each-where-they-fit-in-a-strategy/>

45 <https://the25percent.eu/hub/handbook/chapter-3/campaign-strategy/>

46 <https://www.careemergencytoolkit.org/topics-issues/2-advocacy/8-criteria-for-deciding-to-engage-in-advocacy/8-2-assessing-risks-of-advocacy/>

47 <https://www.share4rare.org/library/share4rare-toolkit-patient-advocacy/risks-advocacy>

48 <https://www.google.com/forms/about/>

# Sesiunea 7

## Acționează!

### (partea a 2-a): cum construim o rețea



# Pe cine implicăm

Durata: 120 de minute

## Obiectivele sesiunii

- Să întocmească o listă cu posibili susținători și colaboratori;
- Să redacteze texte pentru recrutarea de susținători;
- Să pregătească o organigramă a campaniei.

## Descriere

Știți deja cum stau lucrurile, dar este important să vă concepeți propria voastră modalitate de implicare în legătură cu problema pentru care doriți să inițiați o campanie. Trebuie să vă construiți propria voastră rețea de experți, colegi și organizații. În această sesiune, vom înțelege mai bine cum să găsiți simpatizanți care să vi se alăture, cum să obțineți susținere și cum să vă organizați activitatea proprie și a altora.

# Metodologie pas cu pas

## Pasul 1 (10') Prezentare generală și prezentare individuală

## Pasul 2 (50') Identificați și pe alții care vor să vi se alăture

### 2.1 (10') De cine ai nevoie/cine vrei să-ți fie alături?

Grupați participanții care au ales o problemă similară pe care să o abordeze în cadrul campaniei lor și faceți un brainstorming cu privire la ce fel de persoane ar putea să îi sprijine sau să li se alăture și cum ar putea contribui acestea la campania lor.

### 2.2 (40') Cum vorbiți cu aceste persoane/cum le convingeți? (aceleași grupuri ca și mai sus, până la recapitulare)

Faceți din nou exercițiul pe care l-ați făcut la sfârșitul pasului 2 din cadrul sesiunii 3. Ați mai învățat câteva lucruri, așa că a venit momentul să reveniți la rezultatul exercițiului și să-l rafinați.

Puneți-vă întrebarea ce îi motivează pe potențialii voștri susținători sau colaboratori să vă fie alături în campania pentru cauza aleasă de voi (amintiți-vă de „harta valorilor” și „întreabă-te de ce”) și combinați-le în așa fel încât să redactați un text scurt care să le atragă atenția și să îi

N

O

T

E

S



## Rețeaua de activism civic

program de instruire de 20 de ore

invite să se alătore cauzei voastre. Dacă aveți timp, faceți acest lucru pentru fiecare grup țintă. Nu uitați să adăugați un îndemn la acțiune și să le oferiți o modalitate simplă prin care să ia legătura cu voi ([Formularul Google](#)<sup>49</sup>, un număr de telefon, programul de lucru, sau să vă lase adresa de email la care le puteți scrie voi).

Îndemnul la acțiune (call-to-action, CTA) este conceput să încurajeze un răspuns imediat sau o vânzare rapidă. Îndemnul la acțiune implică adesea utilizarea de cuvinte sau de expresii care pot fi incluse în scenarii de vânzări, în mesaje publicitare sau în pagini web, care îndeamnă publicul să acționeze într-un anumit mod. Puteți utiliza un îndemn la acțiune cât se poate de simplu. Nu scrieți doar „discutați cu noi” pe un fluturaș, fără să oferiți imediat informațiile de contact. În schimb, ați putea scrie „Sunați-ne la acest număr de telefon, între orele 9 și 18, și haideți să stabilim o întâlnire în care să ne cunoaștem puțin și să aflăm dacă reușim să facem ceva frumos împreună.”

Alocați câteva minute la mijlocul sesiunii ca să încurajați participanții să discute între ei și să își expună propriile soluții, în cazul în care nu fac deja acest lucru și se ajută reciproc.

### Pasul 3 (30') Organizează-te și construiește relații

Individual sau în grupurile în care veți lucra după cursul de instruire, realizați o organigramă a persoanelor de care veți avea nevoie pentru ca ideea voastră să aibă succes. Organizați lista în ordinea priorităților (de exemplu, pe cine trebuie să implicați mai întâi?). Notați modul prin care fiecare dintre aceste persoane poate să contribuie la campania voastră. Puteți face acest lucru în două sau trei etape diferite, care să reprezinte evoluția echipei voastre de-a lungul timpului. Poate că la început veți avea nevoie doar de doi prieteni dar, pentru un obiectiv specific care va fi stabilit ulterior, poate că veți avea nevoie de încă cinci. Decideți de ce fel de oameni aveți nevoie (ce trebuie să știe să facă), precum și numărul lor.

Alocați câteva minute la mijlocul sesiunii ca să încurajați participanții să discute între ei și să își expună propriile soluții, în cazul în care nu fac deja acest lucru și se ajută reciproc.

### Pasul 4 (15') Recapitulare

- Conform descrierii din secțiunea „Informații generale” aferentă titlului „Recapitulare”.

49 <https://www.google.com/forms/about/>



Rețeaua de  
activism  
civic

program  
de instruire  
de 20 de ore

## Pregătirea și materialele utilizate

În afară de materialele obișnuite, nu aveți nevoie de alte materiale speciale, dar v-am sugera să extindeți exemplul sau să redactați în stilul propriu părțile importante din text (revedeți sesiunea 3, pasul 3.5 și îndemnul la acțiune), precum și organigrama.

## Recomandări pentru instructori

Această sesiune se bazează oarecum pe sesiunea 3 și este concepută să fie efectuată individual sau în echipe mici, în cazul în care participanții lucrează la aceeași idee/același proiect. La început puteți să faceți referire la articolul scris de Tammy Day<sup>50</sup>, dacă vi se pare necesar.

Idee: Dacă aveți timp suficient sau ca temă pentru acasă, puteți ruga participanții să creeze un fluturaș sau o postare pentru rețelele sociale cu mesajul pe care l-au redactat (pot folosi Canva, PowerPoint sau altă aplicație). Acest exercițiu poate reprezenta și un pas tangibil, care să-i motiveze să continue.

Idee: dacă aveți timp suficient sau ca temă pentru acasă, puteți ruga participanții să-și dezvolte și mai mult organigrama. Faceți o listă cu activități care credeți că ar trebui făcute, iar pentru fiecare activitate notați următoarele: Cine este responsabil pentru activitatea respectivă (acest lucru nu înseamnă că ei înșiși trebuie să facă activitatea, ci trebuie să se asigure că activitatea este efectuată), care este obiectivul final și până când trebuie acesta atins. Dacă aceste activități sunt prea complexe, încurajați participanții să le împartă în etape mai simple, astfel încât să le fie mai ușor să vadă imaginea de ansamblu și să le urmărească.

50 <https://www.nebcommfound.org/news/build-your-social-capital-and-build-your-community/>

# Sesiunea 8

## Acționează!

### (partea a 3-a): cum să transmiți mesajul și să-ți găsești aliați





# Activism și diplomație

Durata: 120 de minute

## Obiective

- Să înțeleagă care este diferența dintre activism, diplomație și advocacy;
- Să cunoască avantajele și dezavantajele legate de activism, diplomație și advocacy;
- Să știe care sunt capcanele reprezentate de polarizare.

## Descriere

Ați conceput deja campania. Aveți o primă variantă a mesajului. Știți în ce mod vreți să produceți efecte, dar cum vă puteți folosi activitățile de comunicare ca să obțineți sprijin din partea diferitelor categorii de public? Cum să vă structurați mesajele, cum să vă găsiți propria voce? Nu este ușor să te diferențiezi de celelalte campanii și să te faci auzit în mulțime: trebuie să înțelegeți cum să vă impuneți și cum să vă comunicați mesajul. Trebuie să înțelegeți cum să vă expuneți corect mesajul și cum să păstrați un obiectiv clar. Trebuie să vă faceți auziți dar, în același timp, trebuie să-i faceți pe ceilalți să se ralieze unei cauze comune, nu să-i divizați.

# Metodologie pas cu pas

## Pasul 1 (10') Prezentare generală și prezentare individuală

## Pasul 2 (35') Activism, diplomație și advocacy

### 2.1 (10') Introducere

O prezentare extrem de utilă, care vă va ajuta să diferențiați cele trei concepte, a fost făcută de [Olivia Flavel](#)<sup>51</sup>, de la Institutul pentru Diplomație și Drepturile Omului din SUA:

*„Un activist este definit ca o persoană care crede cu tărie în schimbările politice și sociale și care participă la acțiuni, cum ar fi protestele publice, ca să încerce să le transforme în realitate. Pentru un tânăr, este mult mai puțin intimidant să fii activist decât să intri în mediul de advocacy. De ce spunem asta? Activitatea de advocacy este prezentată ca fiind o practică mult mai rafinată în comparație cu activismul; într-un fel, este adevărat. În advocacy, susții public sau promovezi o idee, o acțiune sau o anumită modalitate de a face ceva. Prin urmare, un susținător în advocacy poate fi o persoană care ascultă, cea care deține cunoștințe specializată; pe*

51 <https://usidhr.org/activism-vs-advocacy/>



## Rețeaua de activism civic

program de instruire de 20 de ore

de altă parte, activiștii sunt cei care fac zgomot. Proteste, marșuri, evenimente care creează impact și care fac oamenii să asculte, indiferent dacă vor sau nu.

Cei din advocacy își desfășoară activitatea „în sistem”; așa cum am spus mai sus, aceștia sunt cei care lucrează alături de politicieni și încearcă să rezolve problemele prin abordări care îi invită pe ceilalți să se implice, dar într-un mod mai calm. Eva Lewis a rezumat totul în câteva cuvinte:

„Să fii activist înseamnă să vorbești. Să fii susținător al unei idei înseamnă să asculți.”

Advocacy înseamnă să îi convingi pe ceilalți că ideea sau cauza ta merită susținută, trebuind adesea să le asculți cu atenție părerile, apoi să le expui pe ale tale și să demonstrezi dezacordurile în mod amiabil.”

### 2.2 (15') Diferențe + avantajele și dezavantajele activismului și ale diplomației (advocacy)

Pregătiți două flipcharturi în paralel (puteți face acest lucru pe o tablă albă sau pe o tablă virtuală). O parte va fi pentru activism, iar cealaltă parte pentru diplomație și advocacy. Fiecare flipchart va fi împărțit în două coloane: avantaje și dezavantaje. În cazul în care lucrați cu participanții în grupuri, îi puteți ruga să discute mai întâi între ei avantajele și dezavantajele celor două abordări. În caz contrar, rugați participanții să se grupeze câte doi sau câte trei cu vecinii lor (sau faceți grupuri aleatorii pe platforma online) și să discute. La sfârșit, puneți-i pe toți laolaltă și rugați-i să își prezinte părerile și să le scrie pe flipchart/tabla.

### 2.3 (10') Puncte de plecare: Polarizarea

Este la latitudinea dvs. cum decideți să transmiteți informațiile inițiale din această sesiune, dar vă prezentăm două opțiuni care vă pot fi utile.

- Împărțiți participanții în grupuri restrânse și dați-le una dintre informațiile de mai jos, sau poate doar o afirmație. Participanții vor discuta apoi, timp de 1-2 minute, și vor redacta, în cuvintele lor, o descriere pentru polarizare. Dat fiind că această activitate este mai greu de efectuat online, puteți alege opțiunea 2.
- Argumentați ca într-o prelegere, dar pregătiți părțile cele mai importante pe fișe separate, astfel încât să le puteți prezenta pe măsură ce explicați.
  - Ce este polarizarea? O fragmentare socială profundă între două sau mai multe grupări diferite (din punct de vedere ideologic), care poate duce la ură reciprocă. Cu alte cuvinte, la inexistența unei dezbateri sănătoase și nuanțate.

N

O

T

E

S



## Rețeaua de activism civic

program de instruire de 20 de ore

- Spre exemplu, cineva ar putea spune că nu există nicio problemă climatică. Mișcarea „Youth for Climate”, inițiată de Greta Thunberg, și mișcarea ecologistă „Extinction Rebellion” au contribuit cu siguranță la introducerea acțiunilor privind clima pe agenda politică. Cu toate acestea, au dus și la o polarizare crescândă în rândul societății, din cauza prezenței tot mai frecvente în mass-media. Să revenim – există o problemă climatică? Criza climatică este o problemă complexă. Acest fapt este cauzat nu numai de aspectele complexe ale sistemului nostru climatic, ci de diverșii factori care contribuie la această problemă. De aceea avem nevoie de un dialog nuanțat, care aduce la aceeași masă oamenii din medii diferite, și cu perspective și idei diverse. Din păcate, spațiile pentru aceste acțiuni sunt foarte limitate și se reduc în permanență, în timp ce inițiativele climatice, la rândul lor, sunt foarte omogene. Inițiativele implică în principal tineri bine educați din orașele din vestul Europei, excluzând segmente importante ale societății, cum ar fi tinerii care locuiesc în zonele rurale din Europa Centrală și de Est. Prin urmare, lipsește dialogul nuanțat pentru soluționarea unei probleme atât de complexe cum este criza climatică.

### Pasul 3 (20') Discuție despre polarizare

Împărțiți participanții în grupuri restrânse. Fiecare dintre ei va avea la dispoziție 2-3 minute să le spună celorlalți ce înțelege atunci când aude de polarizare și de „bule” ideologice. Întrebați participanții dacă li se pare că societatea a devenit mai polarizată și, dacă vă confirmă acest lucru, rugați-i să se gândească la incidente cauzate de polarizare în cadrul cercurilor lor de prieteni sau în organizațiile lor. Întrebați-i care este reacția lor la situații în care dezbaterile sunt extrem de polarizate. Care este efectul polarizării la nivel personal, interpersonal și la nivelul societății? Puteți să le prezentați graficul de mai jos, dacă vi se pare potrivit.

Aceasta nu este o conversație, participanții trebuie să lase o persoană să vorbească, iar ei să asculte. Nu există păreri corecte sau greșite; participanții pot pur și simplu să-și lase gândurile să-i poarte acolo unde vor să ajungă.

După ce fiecare participant și-a spus părerea, poate urma o discuție de grup (dar nu este neapărat necesar).

N

O

T

E

S



## Rețeaua de activism civic

program de instruire de 20 de ore

### LA NIVEL PERSONAL

#### CE?

Capacitate limitată de gândire în afara normelor, de depășire a propriilor modele de gândire și de comportament – de aici, lipsa de dezvoltare personală.

### LA NIVEL INTERPERSONAL

#### CE?

Incapacitatea de a construi relații, diviziunea socială și ura.

#### DE CE?

Lipsa dialogului și expunerea la ideologii divergente, perceperea în permanență a lumii în două tabere (noi contra lor), stereotipuri aplicate celor care nu fac parte dintr-o anumită categorie, discriminare.

## Polarizarea Și Criza Climatică

### LA NIVELUL SOCIETĂȚII

#### CE?

Incapacitate de gândire coerentă la nivel colectiv, de conștientizare a unei imagini de ansamblu mai ample asupra realității și de găsire de soluții la problemele cu care se confruntă societatea, cum ar fi criza climatică.

#### DE CE?

„Bulele” ideologice și lipsa dialogului sunt accentuate de noile avansuri tehnologice, cum ar fi rețelele sociale.

N  
O  
T  
E  
S



## Pasul 4 (20') Reflecție

După ce participanții au revenit în grupul principal (în cazul în care cursul se desfășoară online) sau au încheiat discuțiile, o parte dintre ei pot prezenta concluziile. Nu există nicio regulă cu privire la modul în care trebuie prezentată această activitate, nu există abordări corecte sau greșite. Participanții vor afla ce crede fiecare că înseamnă polarizare și „bule” ideologice, cum îi afectează pe ei și comportamentul lor, precum și ce prejudecăți au. Puteți face această activitate în cerc cu toți participanții, dacă este posibil; totuși, va funcționa și în grupurile formate în prealabil.

## Pasul 5 (20') Cum comunicați cu cei cu care nu sunteți de acord: „De acord, dar...”

În grupuri de 5-7 persoane, participanții vor fi rugați să se angajeze într-un exercițiu de co-creare și de colaborare, în loc să combată ideile celorlalți fără să le ia în considerare. Efectuați activitatea în două runde, ca să demonstrați diferența dintre cum este să lucrezi împotriva celui alt și cum este să lucrezi împreună cu celălalt. Participanții vor vorbi în ordinea alfabetică a prenumelui lor.

Un participant va începe cu „Ca să remediem criza climatică, cred că ar trebui să...” Următorul participant va răspunde cu „Eu nu vreau să facem așa. Cred că ar trebui să...” Runda se va încheia după ce toți participanții au vorbit.

Un participant va începe cu „Ca să remediem criza climatică, cred că ar trebui să...” Următorul participant va răspunde cu „De acord, și cred că ar trebui și să...” Astfel, următorul participant va dezvolta și mai mult ideea participantului anterior. Participanții nu trebuie să repete toate ideile care au fost menționate anterior, ci trebuie să le dezvolte.

După ce toți participanții au terminat, reuniți-i pe toți și reflectați cu privire la activitate. Întrebați-i cum s-au simțit. Au observat ceva interesant? Care este concluzia lor finală?

## Pasul 6 (15') Recapitulare

- Conform descrierii din secțiunea „Informații generale” aferentă titlului „Recapitulare”.

N

O

T

E

S



Rețeaua de  
activism  
civic

program  
de instruire  
de 20 de ore

## Pregătirea și materialele utilizate

În această sesiune nu veți avea nevoie de niciun fel de materiale speciale. Doar flipcharturi, bilețele post-it, hârtie, markere sau o aplicație virtuală echivalentă. Ca introducere, puteți citi mai mult despre diferența dintre activism și advocacy în materialul publicat de [Olivia Flavell](#)<sup>52</sup> de la Institutul pentru Diplomatie și Drepturile Omului din SUA și despre tema [paleta acțiunilor de susținere](#)<sup>53</sup>, pe care o puteți include în agenda de lucru, în cazul în care considerați necesar.

## Recomandări pentru instructori

- Această sesiune este destul de densă. Aveți opțiunea să o restructurați sau să adaptați timpul propuși. Deși este important ca participanții să-și împărtășească opiniile, probabil este mai important ca ei să aibă îndeajuns de mult timp să se gândească la tactici și la formulările utilizate atunci când interacționează cu persoane care nu au aceleași păreri ca ei;
- Puteți aborda această parte în multe moduri. Folosiți alternativa care vi se pare cea mai potrivită. Ați putea face joc de roluri în perechi, cu „avocatul diavolului”, în care un participant încearcă să găsească o soluție ca să schimbe părerea interlocutorului, iar acesta din urmă încearcă să găsească obstacole, scuze sau chiar afirmații mincinoase care să-l discrediteze pe primul participant. Ați putea ruga participanții să facă brainstorming privitor la posibilele obstacole și soluții, sau chiar să încerce să identifice factorii de decizie. Nu veți avea timp pentru toate opțiunile, așa că va trebui să decideți pe care să o folosiți și pe care să o alocați ca temă pentru acasă. Dacă scopul este să motivați participanții să înceapă cu adevărat să-și implementeze campania, aceasta este o opțiune excelentă. Cu cât se implică mai mult în aceste exerciții și cu cât întâmpină și depășesc mai multe obstacole, cu atât le va fi mai ușor să vizualizeze care sunt următorii pași de urmat și cum să aibă încredere că vor reuși, atunci când va trebui să organizeze o campanie pe viitor.

52 <https://usidhr.org/activism-vs-advocacy/>

53 <https://the25percent.eu/hub/handbook/chapter-3/spectrum-of-support/>

# Sesiunea 9

## Acționează! (partea a 4-a): gestionarea campaniei





Rețeaua de  
activism  
civic

program  
de instruire  
de 20 de ore

# Sisteme de susținere

Durata: 120 de minute

## Obiective

- Să învețe care sunt aspectele practice în gestionarea campaniilor;
- Să învețe ce înseamnă monitorizarea și evaluarea și cum să le includă în mod eficient în campania lor.

## Descriere

Campania, odată începută, are nevoie de susținere, ca să meargă mai departe. Învățați cum să gestionați o campanie – de la finanțare, la organizare, gestionare și logistică. O campanie se bazează pe o mulțime de aspecte. Trebuie să înțelegeți toate activitățile pe care se bazează o campanie.

# Metodologie pas cu pas

## Pasul 1 (10') Prezentare generală și prezentare individuală

## Pasul 2 (35') Activismul în culise

- Prezentați participanților diferitele domenii de activitate de care trebuie să țină cont atunci când se gândesc să inițieze o campanie:
  - Planificarea sarcinilor/activității;
  - Recrutarea și gestionarea echipei (descrieți diferitele roluri de care este nevoie într-o campanie/persoane cu talente speciale);
  - Comunicarea (externă și internă);
  - Logistică;
  - Buget/Strângere de fonduri;
  - Solicitarea de asistență/crearea de legături (prieteni și rude).
- În grupuri restrânse, rugați participanții să aleagă două teme din listă și, împreună, să discute ce înseamnă tema respectivă, ce legătură are cu activismul, și care sunt activitățile, realizările și reperatele din cadrul fiecărei teme, care trebuie să fie luate în considerare. Încurajați-i să se gândească la campaniile pe care le-au organizat în sesiunile 6, 7 și 8;
- Rugați-i să-și scrie răspunsurile pe flipchart sau pe tabla virtuală, astfel încât acestea să fie vizibile pentru ceilalți.

N

O

T

E

S





### Pasul 3 (40') Prezentarea activităților din cadrul grupului + întrebări și răspunsuri

Fiecare grup va prezenta ce a lucrat și îi va ruga pe ceilalți să fie atenți pentru ca, la sfârșit, să adauge ce li se pare că lipsește legat de tema respectivă. Încurajați participanții să pună întrebări, în cazul în care ceva nu este clar, în timpul prezentării colegilor. Dacă este necesar, clarificați aspectele legate de fiecare temă, astfel încât niciun participant să nu mai aibă dubii. Alocați timp pentru întrebări și răspunsuri; această activitate s-ar putea dovedi foarte importantă pentru mulți participanți, mai ales dacă nu au i experiență prealabilă.

### Pasul 4 (20') Prezentare teoretică cu privire la monitorizare și evaluare

Monitorizarea și evaluarea sunt două procese utilizate pentru măsurarea anumitor aspecte din acțiunile întreprinse, în funcție de anumite criterii prestabilite, astfel încât acestea să poată fi îmbunătățite, modificate sau ajustate în consecință. Aceste procese sunt strâns legate între ele, dar fac referire la componente specifice ale activităților desfășurate.

#### Ce este monitorizarea?

Monitorizarea constă în culegerea și analizarea sistematică a informațiilor, ceea ce permite urmărirea progreselor în raport cu planurile elaborate, precum și verificarea conformității cu standardele impuse. Acest proces ajută la identificarea tendințelor și a tiparelor, permițând adaptarea strategiilor și luarea de decizii informate în legătură cu gestionarea proiectului/programului. Monitorizarea este un proces continuu, bazat pe diferite evaluări.

#### Ce este evaluarea?

Evaluarea implică identificarea efectelor acțiunilor întreprinse și stabilirea valorii pe care acestea au creat-o. Rezultatele evaluărilor permit managerilor de proiect/program, beneficiarilor, partenerilor, donatorilor și altor părți interesate din cadrul proiectului/programului să învețe din experiență și să-și perfecționeze intervențiile viitoare. Procesul de evaluare poate avea loc în orice moment.

#### Monitorizarea și evaluarea – de ce sunt importante:

- Un sistem de monitorizare și evaluare care funcționează bine este o componentă esențială pentru o bună gestionare a proiectului/programului, dar și a împărțirii responsabilităților. Un proces robust de monitorizare și evaluare, implementat la momentul potrivit, oferă următoarele informații:
- susține implementarea proiectului/programului, prin rapoarte exacte, bazate pe dovezi concrete, utilizate de conducere și de factorii pentru orientarea proiectului/programului respectiv și eficientizarea rezultatelor acestuia;



## Rețeaua de activism civic

program de instruire de 20 de ore

- contribuie la procesul de învățare la nivel organizațional și la partajarea cunoștințelor, prin efectuarea de analize și împărtășirea de experiențe și învățăminte, astfel încât să se obțină maxime beneficii din acțiunile întreprinse și din modul în care sunt efectuate;
- asigură transparența și respectarea cerințelor, stabilind dacă activitatea s-a desfășurat sau nu conform celor convenite și în conformitate cu standardele impuse, dar și cu toate exigențele donatorilor.
- oferă posibilitatea ca părțile interesate, în special beneficiarii, să își exprime opiniile și percepțiile cu privire la activitatea desfășurată, arătând astfel deschidere la critici și disponibilitatea de a învăța din experiențe și de a se adapta la nevoile în continuă schimbare;
- promovează și susține munca activiștilor, evidențiind succesele și realizările obținute, ridicând moralul și contribuind la mobilizarea resurselor.

### Comparație între monitorizare și evaluare

Principala diferență dintre monitorizare și evaluare constă în momentul în care sunt efectuate și în aspectele analizate. Monitorizarea este continuă și se concentrează pe evenimentele curente. Pe de altă parte, evaluările sunt efectuate la momente bine definite, stabilind cât de bine au fost executate activitățile și ce schimbări au adus ele. Procesul de monitorizare este de obicei utilizat de manageri în cadrul implementării unui proiect/program, pentru urmărirea rezultatelor, respectarea bugetelor și a procedurilor etc. Și evaluările pot oferi informații despre implementare (de exemplu, o evaluare la mijlocul proiectului), dar sunt mai puțin frecvente și analizează modificări (rezultate) mai ample, cum ar fi impactul și relevanța unei intervenții, care necesită o mai mare rigoare metodologică.

Deși există diferențe, este important să nu uităm că monitorizarea și evaluarea sunt interconectate; monitorizarea de obicei oferă date pentru evaluare, iar elementele utilizate în evaluare (analiză) sunt identificate în timpul monitorizării. Spre exemplu, monitorizarea ne poate arăta că au fost instruiți 200 de mediatori comunitari (ce s-a întâmplat), dar poate include și verificări post-instruire (evaluări), despre calitatea instruirii. Evaluarea poate folosi aceste informații identificate în timpul monitorizării ca să stabilească dacă instruirea respectivă a contribuit la obiectivul general sau a produs schimbarea intenționată (de exemplu, o creștere a utilizării prezervativului, dar și dacă acest lucru a contribuit la reducerea transmiterii HIV).

### Metode de monitorizare și de evaluare

- Metoda 1: Chestionare și sondaje
- Metoda 2: Grupuri de discuții
- Metoda 3: Identificarea punctelor tari, a punctelor slabe, a oportunităților și a amenințărilor (SWOT)
- Metoda 4: Visuri împlinite sau viziune despre viitor
- Metoda 5: Teatru și jocuri de rol
- Metoda 6: Crearea de diagrame (scheme)
- Metoda 7: Diagrama de monitorizare și evaluare (sau „pânza de păianjen”)

N  
O  
T  
E  
S



## Rețeaua de activism civic

program  
de instruire  
de 20 de ore

### Ce sunt indicatorii?

Indicatorii sunt o modalitate de măsurare a rezultatelor obținute, utilizate pentru evaluarea modului în care evoluează proiectul sau activitatea. Indicatorii stabilesc dacă un anumit rezultat s-a materializat sau nu și măsoară modificările apărute în activitățile din cadrul proiectului. Pot fi indicatori cantitativi (număr, procent, raport) și calitativi (fapte, informații).

- Indicatorii cantitativi măsoară cantitatea sau valoarea contribuțiilor sau a resurselor disponibile. Sunt exprimați printr-o valoare numerică și reprezintă cantitatea, cum ar fi numărul de femei și bărbați implicați în procesul de luare a deciziilor, nivelul veniturilor pe an, în funcție de gen. Prin urmare, „cantitatea” reflectă un aspect numeric, cum ar fi numărul de studenți, de profesori, de săli amenajate sau de manuale.
- Indicatorii calitativi reflectă impactul - în majoritatea cazurilor, acesta este reprezentat de aprecierile, opiniile, percepțiile și atitudinile oamenilor cu privire la o anumită situație sau la un anumit subiect. Acești indicatori au rolul să măsoare „calitatea” contribuției, a procesului, dar și rezultatul programului. Termenul „calitate” poate avea semnificații diferite, în funcție de context. Printre exemple putem enumera: starea de bine, modul de aplicare a informațiilor sau a cunoștințelor, gradul de deschidere, calitatea participării, natura dialogului, nivelul de conștientizare.

N  
O  
T  
E  
S



## Rețeaua de activism civic

program de instruire de 20 de ore

## Planul de monitorizare și de evaluare

Planul de monitorizare și de evaluare este un document care ajută la urmărirea și la verificarea rezultatelor activităților desfășurate pe toată durata campaniei. Este un document în continuă evoluție, care trebuie urmărit și actualizat periodic.

### Monitorizarea și evaluarea în timpul etapei de planificare a proiectului

#### Pasul 1

Identificarea țintelor și obiectivelor programului

#### Pasul 2

Definirea indicatorilor

#### Pasul 3

Definirea metodelor de verificare a datelor și a calendarului

#### Pasul 4

Identificarea rolurilor și responsabilităților pentru monitorizare și evaluare

#### Pasul 5

Crearea unui cadru pentru planul de monitorizare și evaluare

N  
O  
T  
E  
S



Rețeaua de  
activism  
civic

program  
de instruire  
de 20 de ore

## Pasul 5 (15') Recapitulare

Rugați participanții să reflecteze cu privire la aspectele care li se par cele mai dificile atunci când trebuie să gestioneze o campanie.

## Pregătirea și materialele utilizate

Dacă doriți să citiți mai multe despre monitorizare și evaluare, vă sugerăm următoarele resurse:

- [YFJ – Manual de advocacy](#)<sup>54</sup>
- [Instrumente pentru planificarea proiectelor pentru dezvoltarea comunității](#)<sup>55</sup>

## Recomandări pentru instructori

Folosiți o abordare simplă și ușor de înțeles pentru participanți, cu cuvinte și explicații necomplicate. Resursele indicate mai sus sunt pentru uzul dvs., ca instructor, și este posibil ca dvs. să trebuiască să vă documentați mai mult, dar participanții trebuie să înțeleagă principiile de bază.

54 <https://www.youthforum.org/files/220201-Advocacy-Toolkit.pdf>

55 <https://www.thegrassrootscollective.org/monitoring-evaluation-nonprofit>

# Sesiunea 10

## Ce urmează? Pregătește-te pentru următorii pași



## (Pașii următori)

Durata: 120 de minute

### Obiective

- Să rezume principalele teme abordate în cadrul programului de instruire;
- Să planifice următorii pași și să pună în aplicare cele învățate;
- Să evalueze programul de instruire și să efectueze autoevaluarea, pe baza cunoștințelor acumulate în timpul cursului.

### Descriere

Trebuie să mențineți ritmul, să vă susțineți campania, astfel încât aceasta să evolueze, să crească și să se extindă. Este important să înțelegeți ce funcționează bine, când să faceți o schimbare, când să reacționați și când să reflectați. Nu puteți duce o întreagă campanie pe umerii voștri, să-i inspirați pe alții și să obțineți schimbări pentru prezent și pentru viitor (vezi Sesiunea 5 - Învață cum să-ți dezvolti propria campanie). În această ultimă sesiune veți putea să recapitulați ce ați învățat, să înțelegeți cum v-ați dezvoltat cunoștințele și cum pot fi acestea puse în practică pe viitor.

## Metodologie pas cu pas

### Pasul 1 (10') Prezentare generală și prezentare individuală

### Pasul 2 (10') Rezumatul întregului curs - principalele realizări și cunoștințe dobândite

Pregătiți un rezumat al întregului curs de instruire și reamintiți-le participanților despre obiectivul principal al acestuia și despre cunoștințele acumulate.

Fiecare participant va reflecta asupra principalelor cunoștințe dobândite în timpul cursului și le va scrie pe un bilețel post-it pe care-l va lipi pe tablă (sau pe tabla virtuală, în cazul în care cursul se desfășoară online). După ce toți participanții au încheiat reflecția individuală, instructorul va urmări dacă există suprapuneri și va rezuma principalele rezultate obținute în cadrul cursului.

## Pasul 3 (20') Planificați-vă pașii următori

### 3.1 (10') Activitate individuală

Scrieți pe bilețele post-it care ar putea fi următorii trei pași pe care-i veți face ca să aplicați ce ați învățat în timpul cursului și să vă continuați campania și pe viitor.

### 3.2 (10') Prezentare de grup

Invitați participanții să își expună următorii pași pe care-i vor face. Nu trebuie să vorbească toți - numai voluntarii, care doresc să-și împărtășească gândurile și să-i motiveze pe ceilalți.

## Pasul 4 (25') Ce știți despre activismul civic?

- Formular de auto-evaluare (partea 2);
- Cea mai bună abordare ar fi să traduceți întrebările în limba în care se desfășoară cursul și să folosiți un [Formular Google](https://www.google.com/forms/about/)<sup>56</sup> (sau altul asemănător) ca să reuniți răspunsurile, astfel încât să le puteți compara cu răspunsurile din formularul de autoevaluare finală, din cadrul sesiunii 10, iar apoi să le puteți documenta în format digital.

### Întrebări pentru autoevaluare

Evaluati-vă răspunsul pe o scară de la 1 la 5, unde 1 este foarte puțin, iar 5 este cel mai mult.

- Știu foarte bine ce înseamnă activismul civic.
- Sunt un membru activ al societății.
- Știu care-mi sunt valorile și ce aspecte sunt importante pentru mine.
- Știu ce înseamnă „părți interesate” și pot să-i identific în comunitatea mea.
- Pot să îmi rezolv nevoile proprii și pe cele ale grupului cu care lucrez.
- Cunosc diferitele tactici utilizate în campanii.
- Știu că, pentru construirea unei campanii, este nevoie de timp.
- Recunosc un mesaj eficient, care mă va motiva să acționez.
- Știu foarte bine ce înseamnă termenul „polarizare”.
- Știu că persoanele pot avea diferite roluri în gestionarea campaniilor.
- Sunt motivat(ă) să schimb ceva în comunitatea mea.
- Conceptul de activism este clar pentru mine.
- Am capacitatea să dezvolt campanii împreună cu alți susținători.

## Pasul 5 (20') Evaluarea cursului

Evaluarea poate fi făcută în scris sau verbal și trebuie să includă părțile cele mai importante cum ar fi cunoștințele dobândite, calitatea conținutului, dinamica grupului, modul de comunicare etc.

<sup>56</sup> <https://www.google.com/forms/about/>



Alegeți una dintre opțiunile propuse pentru evaluarea cursului; totuși, asigurați-vă că înregistrați totul, în cazul în care va trebui să redactați un raport despre curs.

### Evaluare în scris

Pregătiți un formular sau hârtie pentru flipchart și scrieți diferitele întrebări la care doriți să primiți răspuns:

- Care dintre exerciții sau sesiuni v-au plăcut cel mai mult și pe care le-ați elimina și de ce?
- Cât este de probabil că veți aplica ceea ce ați învățat în viața voastră de zi cu zi?
- Ce anume veți aplica în mod concret în viața ta de zi cu zi?
- Cum vi s-a părut dinamica grupului?
- Care sunt cele mai importante trei lucruri pe care le-ați învățat din acest curs?
- Ce a fost cel mai puțin util?
- Cum evaluați organizarea și comunicarea cu privire la curs?

### Barometrul de opinii

Puteți folosi aceleași întrebări sau puteți adăuga altele noi. Scrieți plus și minus pe două foi de hârtie, așezați-le în colțuri opuse ale sălii și rugați participanții să se poziționeze pe linia imaginată dintre + și -, în funcție de răspunsul lor: cel mai aproape de +, complet mulțumiți, în mijloc, nehotărâți, cel mai aproape de -, nemulțumiți. Rugați participanții din diferite poziții să comenteze cu privire la alegerea făcută. Nu este nicio problemă dacă nimeni nu vrea să comenteze.

### Pasul 6 (20') OPȚIONAL – Prezența sistemului de mentorat

Întrebați participanții dacă ar dori să participe la sistemul de mentorat. După ce încep să includă cei trei pași în ideea concretă (campania) pe care vor s-o inițieze, participanții ar putea merge la o cafea/un ceai cu mentorul lor, ca să-i prezinte ideea și să primească un feedback sincer, dar și idei noi.

### Pasul 7 (15') Încheiere și rezumatul cursului

Acesta este momentul pentru o scurtă încheiere motivațională a programului de instruire, în care le puteți reaminti participanților să creadă în schimbare și să fie o parte activă a comunității lor.

19. Reamintiți-le despre ce ați discutat în cadrul celor 10 sesiuni;
20. Rugați-i să rezume într-un cuvânt (oral/în scris) ce părere au despre curs;
21. Motivați-i să acționeze/să se alăture unei campanii existente.



Rețeaua de  
activism  
civic

program  
de instruire  
de 20 de ore

## Pregătirea și materialele utilizate

Pentru această sesiune, aveți nevoie de bilețele post-it și de o tablă albă, sau de o tablă virtuală, dacă sesiunea are loc online.

## Recomandări pentru instructori

Sistemul de mentorat nu trebuie neapărat prezentat; dacă este cazul, ar putea servi ca sprijin reciproc între participanți.

N

O

T

E

S



Rețeaua de  
activism  
civic

program  
de instruire  
de 20 de ore

Scanați pentru  
a avea acces la  
toate materialele  
suplimentare



Folosiți acest link pentru a accesa toate materialele suplimentare:  
<https://drive.google.com/drive/folders/InWoGvJOdYZwaTa2GQj3vmLslhbhF7SEf>



A series of horizontal blue lines spanning the width of the page, located in the bottom half, suggesting a writing area or a table structure.