



“CENITI HRANO”

Kratek opis dejavnosti

Pri tej dejavnosti razvijamo samozavedanje in spretnosti, povezane s prepoznavanjem težav, iskanjem rešitev, spodbujanjem sposobnosti spreminjanja, pa tudi spretnosti razmišljanja, kot so postavljanje vprašanj, preusmerjanje, prepoznavanje čustveno pogojenih odzivov v primerjavi s problemsko pogojenimi odzivi, iskanje priložnosti. Njegov cilj je opolnomočiti mlade, da razvijejo odnos do trajnosti in družbenega udejstvovanja.

Ciljno občinstvo

Prikrajšani/nizko kvalificirani mladi odrasli _____

Praktično okolje – kontekst dejavnosti


- ✓ **Trg dela**
- **Šolsko okolje**
- **Delo v skupnosti**


Povezana postaja Praktičnega načrta VALUE (IO1)


- Samokontrola**
- Razmišljanje izven okvirjev**
- Miselnost ZMOREM**
- Obogatitev**
- Uresničitev potencialov**
- Odzivi na težave in ovire**
- Načrtovanje moje prihodnosti**

Vrsta dejavnosti (IO2): manjši projekt

Druge informacije

 **Namen:** osebno in poklicno opolnomočenje

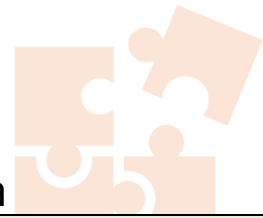
 **Čas:** 2-4 tedne

 **Velikost skupine:** 1 – neomejeno število udeležencev

Dodatni nasveti z izvajanje

-





Predstavitev vzorčnega projekta

↔ **Potreben prostor:** ni posebnih zahtev

✂ **Material:** beležnica, pametni telefon ali kamera za fotografiranje, tabla s papirjem ali bela tabla za prikaz izbranih slik med trajanjem projekta, če je na voljo.

✓ **Priprava:** nič drugega kot tabla za pripenjanje slik

Izbrani postopek za izvajanje:

1. Prvi korak je viharjenje možganov o trenutnih razmerah in preteklosti, da se pokaže, da je treba nenehno živeti s spremembami. Izbrali smo temo "vrednost hrane". Udeležence vodijo vprašanja kot so:
 - Ali so opazili kakšne ovire pri nakupu običajne hrane v tem času.
 - Če so spremenili svoje prehranjevalne navade ali če so opazili spremembe pri družini in prijateljih v zvezi s tem.
 - Če poznajo povprečno vrednost zavržene hrane in razloge za tovrstne odpadke. (Na tej točki se lahko posvetujemo tudi s trenutnimi raziskavami).
2. V drugem koraku so udeleženci naprošeni, da v obdobju 1-2 tednov opazujejo svoje (in npr. družinske) navade glede zavržene hrane in vsak dan fotografirajo hrano, ki so jo zavrgli. Vsak udeleženec pripne izbrano sliko svoje današnje "odpadne hrane" na tablo ali steno, kjer bo razstavljen ves preostali čas projekta. Poleg tega si udeleženci zapišejo tudi nakupovalne navade (npr. koliko zapravijo, kje in kako pogosto kupujejo hrano itd.) in začnejo razmišljati o tem, kaj bi lahko sami storili, da bi se izognili zavrženi hrani.
3. Tretji korak je spodbujanje razprave med vrstniki, pogovor o razlogih za zavrženo hrano ali (prvih) rešitvah za preprečevanje zavržene hrane. Opazili bomo spremembo vedenja pri načrtovanju nakupa in jedi, morda tudi kako pogosto in kam hodijo po izdelke, ki jih uporabljajo vsak dan. Projekt tudi spodbuja ideje o uporabi ostankov in delitvi hrane v skupnosti.
4. V zadnjem koraku naj bi razmišljali o zbranih fotografijah, najdenih rešitvah, začelih spremembah in opravljenem delu posameznikov. Pomembno je:
 - poudariti in izpostaviti pomen pozitivnega odnosa do samopomoči v težkih časih.
 - pomagati udeležencem, da pridobljeno znanje in spretnosti postanejo pregledni tudi za morebitne namene zaposlovanja.



Predstavitev vzorčnega projekta



Sporočilo dejavnosti:

S to dejavnostjo se začne proces razmišljanja o vrednotenju virov, zlasti o tem, zakaj je pomembno ceniti hrano (in druge dobrine).

