

Pre-mobility Workshop

Linee guida per i referenti

Il progetto ENVIRASMUS:

- Nonostante i benefici del programma Erasmus siano ampiamente riconosciuti, questo ha purtroppo degli effetti negativi sull'ambiente.
- Il progetto Envirasmus sarà condotto da sei paesi europei nel periodo 2022-2024. L'obiettivo del progetto è **sensibilizzare gli studenti sull'importanza della sostenibilità** e fornire supporto agli studenti IFP che si apprestano a vivere l'esperienza Erasmus. Ciò avverrà attraverso informazioni educative su come proteggere l'ambiente, motivando gli studenti a diventare agenti di cambiamento per realizzare un **Erasmus verde**. Inoltre, verrà effettuata un'indagine per misurare e monitorare il comportamento degli studenti.
- Conosci ed esplora le Città Europee da una nuova prospettiva con la Piattaforma per Studenti e l'App Digitale Envirasmus, per un'esperienza Erasmus rispettosa dell'ambiente.

Obiettivi del workshop:

- Questo workshop online pre-mobilità consiste in 23 diapositive ed è il **risultato diretto del progetto** "Aumentare la consapevolezza dell'importanza della sostenibilità prima dell'esperienza dello studente all'estero".
- Il workshop è stato progettato per essere completato dagli studenti dell'IFP in modo indipendente, tuttavia può essere proposto anche come lavoro di gruppo con la supervisione di un referente. Si prega di notare che le risposte degli studenti devono essere individuali.
- Questo e-learning ha lo scopo di indurre gli studenti a riflettere sulle loro abitudini quotidiane riguardanti **il riciclaggio, la gestione dei rifiuti, il consumo dell'acqua e l'acquisto di cibo, etc**. L'obiettivo è di sensibilizzarli a tematiche di sviluppo sostenibile e di stimolarli a considerarle non solo durante la loro routine quotidiana, ma anche durante la loro mobilità e in futuro.

Questo è il link al workshop



Pre-mobility Workshop

Linee guida per i referenti

Come funziona ?

- Per muoverti da una slide a quella successiva, clicca sul lato destro della presentazione o utilizzare il tasto > (freccia a destra) sulla tua tastiera.
- Argomenti trattati : **impronta di carbonio, rifiuti, risparmio di energia e acqua, trasporti, cibo locale e stagionale.**

Per ogni argomento, gli studenti VET avranno a disposizione un'introduzione, attività da svolgere (indicate **in arancione**) e consigli (**in verde**). La maggior parte delle risorse consigliate, come i video di YouTube o le applicazioni, sono già presenti all'interno delle slide e possono essere scaricate facilmente tramite i link indicati. Nell'ultima slide relativa ad ogni argomento, ai partecipanti vengono forniti 3 o 4 "consigli rapidi" che possono seguire per ridurre il loro impatto ambientale, oltre a una risorsa aggiuntiva tramite il link "maggiori informazioni", nel caso vogliano approfondire l'argomento.

 **Prima di iniziare il workshop**, è importante consegnare agli studenti il **questionario pre-mobilità**. Il questionario costituisce il punto di partenza per valutare se il comportamento degli studenti è cambiato dopo aver partecipato al workshop, grazie al confronto con il questionario post-mobilità. E' fondamentale non introdurre o discutere alcun argomento prima della somministrazione del questionario.

 Inoltre, è fondamentale assicurarsi che tutti abbiano scaricato il file PDF del workshop.

Alla fine del workshop :

- Gli studenti saranno in grado di **prendere coscienza del proprio stile di vita** in termini di sviluppo sostenibile e **valutare diverse opzioni per migliorarlo**.
- **In qualità di referente**, sarebbe utile organizzare una **sessione di feedback individuale e di gruppo** dopo il workshop per discutere e analizzare i risultati ottenuti.

Non esitate a inviarci eventuali commenti per migliorare il workshop!





Pre-mobility Workshop Linee guida per i referenti

Il workshop nel dettaglio:

Indice - Slide 2: Qui si trovano i collegamenti a tutti gli argomenti in modo che il workshop possa essere svolto in più sessioni, se necessario. Inoltre, gli studenti possono tornare agli argomenti di loro interesse per eventuali approfondimenti.

Questionario Pre-mobilità - Slide 4: qui si trova il link al questionario che lo studente dovrà compilare individualmente nel caso in cui il referente non glielo abbia già fornito prima del workshop.

Introduzione - Slide 5/6 :

- Importanza di uno stile di vita sostenibile e video con consigli green e di viaggio eco-friendly al fine di promuovere la mobilità sostenibile.
- **Referente:** per ulteriori informazioni su questo argomento



Impronta di carbonio - Slide 7:

- Far comprendere agli studenti l'impatto ambientale delle loro azioni quotidiane.
- Studente - è invitato a cliccare sul link per calcolare la propria impronta di carbonio (su un sito web esterno).
- Referente - Richiede agli studenti i loro risultati e li incoraggia a confrontarli con quelli degli altri. Per ulteriori informazioni



Rifiuti - Slide 9/10/11:

- Riflessione sull'impatto ambientale dei rifiuti e sull'importanza di ridurli e riciclarli.
- Studente - è invitato ad individuare come si riciclano i rifiuti nella città che lo ospiterà e ad individuare i simboli del riciclaggio. Viene proposta un'App per aiutarlo nella raccolta differenziata.
- Referente - invita lo studente a cercare informazioni sulla città ospitante e a pensare a come riciclare una volta sul posto.





Risparmiare acqua ed energia - Slide 12/13/14 :

- Importanza della protezione delle risorse idriche dall'inquinamento e della riduzione dell'uso di combustibili fossili.
- Studente - Per risparmiare acqua ed energia nella vita quotidiana, sia a casa che al lavoro, ci sono vari modi che possono essere adottati. Alcuni video possono essere utili per fornire suggerimenti pratici su come farlo.
- Referente - Per motivare gli studenti, è importante interessarsi a quali sono le loro abitudini e dimostrare loro che possono fare di più.

Trasporti - Slide 15/16/17/18:

- Impatto dei trasporti sull'ambiente e sulla nostra salute.
- Studente - Se lo studente conosce già il suo posto di lavoro e il suo alloggio, potrebbe essere incoraggiato a calcolare la distanza temporale e i costi associati, come il biglietto, il noleggio e l'abbonamento mensile, tra questi due luoghi. Questo lo aiuterà a comprendere che l'utilizzo dei mezzi di trasporto ecologici non richiede troppo tempo o sforzo. Per facilitare il processo, ci sono due app che possono essere utili per confrontare le diverse opzioni disponibili.
- Referente - Per stabilire insieme quale sia il modo migliore per spostarsi, richiedere agli studenti la valutazione dei risultati ottenuti e discutere insieme a loro le opzioni individuate. Nel caso in cui non fossero già a conoscenza della località di destinazione, per svolgere l'esercizio potranno utilizzare un'azienda e/o un ostello scelto da loro.

Cibo locale - Slide 19/20/21:

- Importanza di scegliere cibi locali e di stagione per ridurre l'impatto ambientale.
- Studente - Per evitare gli sprechi alimentari e acquistare alimenti rispettosi dell'ambiente, è importante trovare il calendario stagionale della frutta e della verdura del paese in cui ti trovi. Se lo studente conosce già il suo alloggio, potrà cercare i mercati o i produttori di alimenti biologici più vicini. Riceverà consigli utili per fare questo tipo di ricerca.
- Referente - Dovrà chiedere agli studenti di condividere il calendario che hanno trovato. Se non conoscono già la destinazione della loro mobilità, per svolgere l'esercizio potranno utilizzare un ostello scelto da loro.

Per approfondire - Slide 22: è possibile esplorare le guide delle destinazioni e affrontare l'impatto ambientale della fast fashion tramite articoli da leggere e un video.

Altri consigli - Slide 23: Se lo studente è interessato a questo approccio e vuole incoraggiare altri cittadini o colleghi a fare lo stesso, può scaricare le app consigliate.



Introduzione

Ora che hai compilato il questionario siamo pronti a partire!

Guardiamo insieme questi due video introduttivi pieni di consigli su come adottare uno stile di vita green!

[Tips to go Green](#)

[TOP 10 Eco-friendly Travel Tips](#)

Se fai **click qui**, andrai **direttamente** ai video di YouTube per i suggerimenti.

TORNA AL MENU

È necessario fare clic sul lato destro per **passare alla diapositiva successiva** nella presentazione. Se vuoi tornare indietro basta cliccare sul lato sinistro.

Se fai clic qui, tornerai al **sommario con i collegamenti** per ciascun argomento.

Qui ci sono alcune attività **che dovresti svolgere** per comprendere e assimilare meglio l'argomento.



Rifiuti

Come è organizzato il riciclo dei rifiuti nella città che ti ospiterà?

Trova modi per riciclare nella città che ti ospiterà

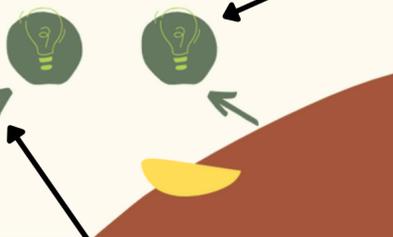
Trova i simboli e i colori del riciclo dei diversi tipi di rifiuti



Trasporti

Puoi trovare tutte le informazioni sul sito web dei trasporti pubblici della tua città ospitante, ma puoi anche utilizzare:

Puoi utilizzare Google Maps o scaricare le App "City Mapper" o "Moovit" che ti aiutano a trovare il modo migliore per spostarti nella tua città ospitante, ti dicono quando sta per arrivare il mezzo pubblico che hai scelto e a studiare il tuo percorso!



Se clicchi sulla lampadina (o sulla calcolatrice o sul nome dell'app), andrai **direttamente all'App da scaricare o al sito**.

La presenza di una freccia significa che c'è un **collegamento su cui devi cliccare**.

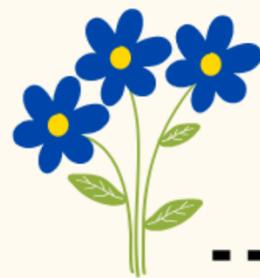
Link al workshop: <https://urlz.fr/lBnU>



Co-funded by the European Union



Co-funded by
the European Union



ENVIRASMUS



SUSTAINABLE ERASMUS MOBILITY IN VET

Workshop pre-mobilità



Questo materiale può essere liberamente condiviso
a condizione che venga menzionato il progetto ENVIRASMUS

CONTENUTI

Questionario
Pre-mobilità

Introduzione

Impronta
di carbonio

Rifiuti

Risparmiare
acqua
ed energia

Altri
Consigli

Cibo locale

Trasporti



LABORATORIO PER UNA MOBILITÀ SOSTENIBILE

[TORNA AL
MENU](#)

Congratulazioni!

Stai per partecipare ad un progetto di mobilità internazionale! Mentre sarai via imparerai molte cose e tra queste ci sarà come vivere in modo sostenibile nel tuo paese di destinazione!



**Benvenuto in questa parte del tuo percorso per
imparare a viaggiare in modo sostenibile:
ENVIRASMUS!**



Questionario pre-mobilità

Prima di entrare nel vivo del nostro laboratorio, un breve questionario ci aiuterà a conoscere meglio il tuo stile di vita.

Per noi è importante sapere cosa pensi della sostenibilità prima che tu parta!

Clicca qui per compilare il questionario!



Perché vivere in modo sostenibile è importante?

Vivere in modo sostenibile significa soddisfare i nostri bisogni attuali senza compromettere la qualità della vita delle generazioni future. Ciò significa ridurre il consumo di energia e risorse naturali, e produrre meno rifiuti e inquinamento.

Questo modello riduce al minimo gli impatti negativi sull'ambiente migliorando le nostre vite!





Introduzione

[TORNA AL
MENU](#)

Ora che hai compilato il questionario
siamo pronti a partire!

Guardiamo insieme questi due video introduttivi pieni
di consigli su come adottare uno stile di vita green!

[Tips to go Green](#)



[TOP 10 Eco-friendly Travel Tips](#)





Impronta di carbonio

L'impronta di carbonio è un modo **molto importante per comprendere l'impatto del comportamento di una persona sul riscaldamento globale.**

Il risultato ottenuto non sarà perfetto, soprattutto perché i calcolatori di impronta di carbonio utilizzano valori standard che non sempre si adattano alla grande varietà di situazioni possibili.

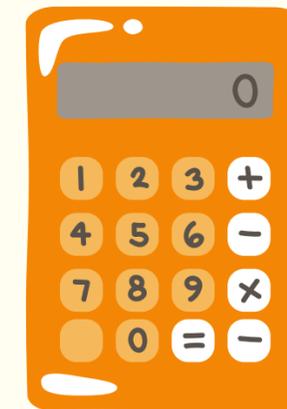
Anche se è difficile ottenere una cifra esatta, questi calcolatori sono un buon strumento per sensibilizzare, e **non ci sono scuse per non conoscere la propria impronta di carbonio e cercare di migliorarla!**



Impronta di carbonio

L'impronta di carbonio viene misurata sulla base di diversi fattori, tra cui il **consumo energetico**, responsabile della maggior parte delle emissioni di gas serra, la **produzione di rifiuti** (sprechi alimentari e rifiuti elettronici), le **modalità di trasporto** e le **abitudini di consumo** (carne, prodotti importati, prodotti usa e getta, ecc.).

... Vuoi conoscere la tua impronta di carbonio?
Clicca qui!



Qual è la tua impronta di carbonio?

Inserisci qui il tuo risultato

e confrontalo con quello dei tuoi compagni!





Rifiuti



I rifiuti sono una delle principali cause di inquinamento. Per questo è importante, per quanto possibile, **evitarli o ridurli al minimo!**

Se questo non è possibile, i Governi devono prevedere i problemi ambientali legati alla produzione dei rifiuti e proporre soluzioni per **recuperarli e riutilizzarli**, oltre a pensare al modo più sostenibile per eliminarli.



Rifiuti



**Come è organizzato il riciclo dei rifiuti
nella città che ti ospiterà?**

- Trova modi per riciclare nella città che ti ospiterà
- Trova i simboli e i colori del riciclo dei diversi tipi di rifiuti

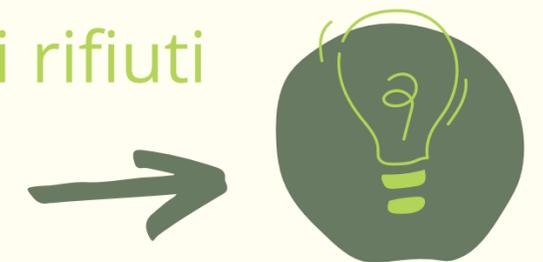


Rifiuti



Puoi trovare tutte le informazioni sul sito web della città o sulla sua App mobile, se disponibile.

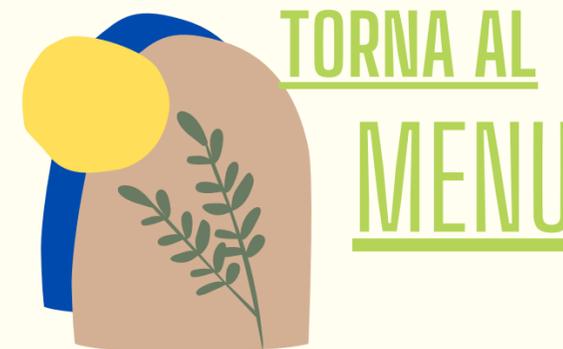
Scarica l' App "**Junker**" che ti aiuta a identificare i tuoi rifiuti attraverso il loro codice a barre e ti guida nel riciclo.



SUGGERIMENTI RAPIDI

- Riutilzalo il più possibile e ricicla o compostalo se non lo usi più
- Evita di acquistare nuove borse per trasportare la spesa riutilizzando la tua borsa della spesa
- Scegli prodotti con poco o nessun imballaggio

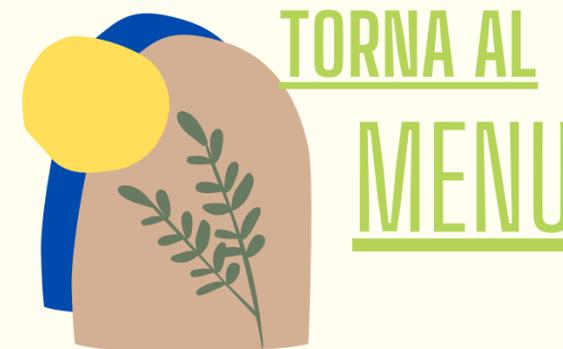
➤ PIÙ INFO



Risparmiare acqua ed energia

La sua disponibilità limitata sul nostro pianeta, l'inquinamento ed i cambiamenti climatici, rendono l'acqua una risorsa sempre più scarsa e preziosa. Per questo è fondamentale utilizzarne il meno possibile e consumarla sempre in modo oculato è d'obbligo.

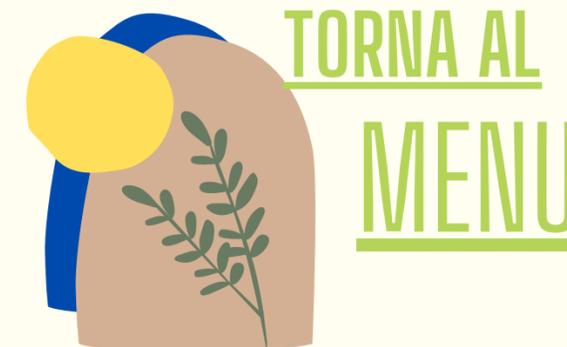
Mettere un limite all'utilizzo sempre crescente di combustibili fossili e alle emissioni di gas serra è possibile. **Le risorse energetiche devono essere gestite per soddisfare le crescenti esigenze del pianeta senza danneggiare l'ambiente!**



Risparmiare acqua ed energia

A volte sono le piccole azioni a fare la differenza!

- Sapresti indicare 4 semplici azioni per risparmiare acqua o elettricità? (a casa e sul luogo di lavoro)



Risparmiare acqua ed energia

In questi video trovi tanti consigli utili per evitare di sprecare di acqua ed elettricità

SUGGERIMENTI
RAPIDI

Come risparmiare acqua

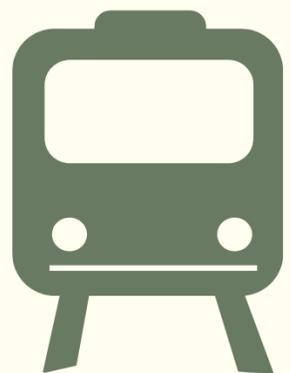


5 consigli per risparmiare
energia



-  Fai bollire solo l'acqua di cui hai bisogno e copri le pentole mentre cucini: risparmierai molta energia e sarà più veloce;
-  Usa l'acqua fredda dei primi secondi della doccia per annaffiare le piante;
-  Fai attenzione alla temperatura in casa: 1°C in meno riduce le emissioni del 5-10%;
-  Scollega il caricabatterie del telefono, poiché consuma elettricità anche quando non è in uso.

➔ PIÙ INFO



Trasporti

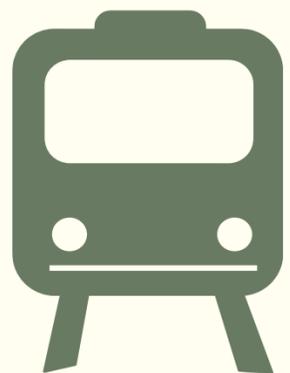


[TORNA AL
MENU](#)

L'uso massiccio dei mezzi di trasporto, oltre a causare una quantità enorme di emissioni di anidride carbonica, contribuisce all'effetto serra e al riscaldamento globale, influenzando direttamente sulla nostra salute.

**Ci sono alcuni semplici modi per evitare
il trasporto privato e motorizzato!**





Trasporti



[TORNA AL
MENU](#)

Hai dato un'occhiata a come sono organizzati i trasporti nella tua città di destinazione?

● Quanto tempo impiegherai per raggiungere il luogo di lavoro?



:

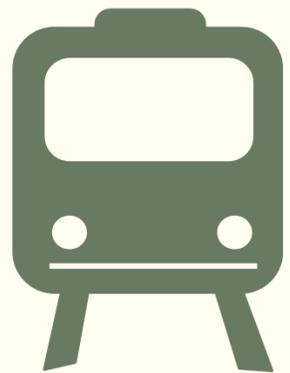


:



:





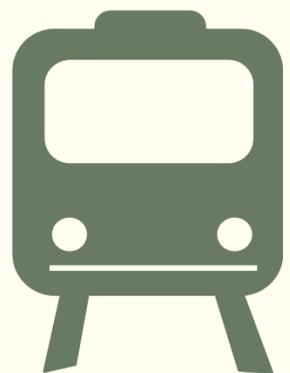
Trasporti



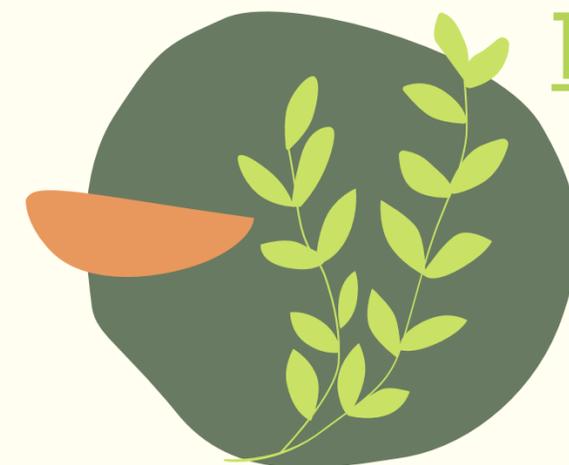
[TORNA AL
MENU](#)

Nella città che ti ospiterà, quanto costa:

- Un biglietto dei mezzi pubblici valido per un viaggio singolo
- 30 minuti di bike sharing
- Un abbonamento mensile per l'autobus



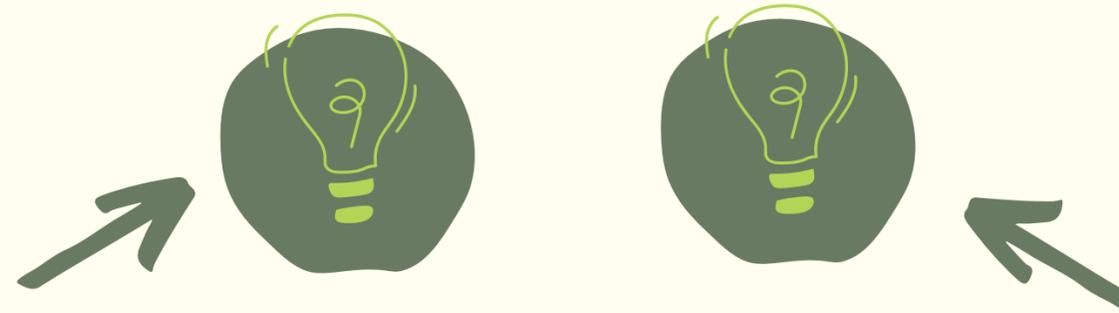
Trasporti



[TORNA AL
MENU](#)

Puoi trovare tutte le informazioni sul sito web dei trasporti pubblici della tua città ospitante, ma puoi anche utilizzare:

Puoi utilizzare Google Maps o scaricare le App "City Mapper" o "Moovit" che ti aiutano a trovare il modo migliore per spostarti nella tua città ospitante, ti dicono quando sta per arrivare il mezzo pubblico che hai scelto e a studiare il tuo percorso!



**SUGGERIMENTI
RAPIDI**

-  Fai bollire solo l'acqua di cui hai bisogno e copri le pentole mentre cucini: risparmierai molta energia e sarà più veloce;
-  Usa l'acqua fredda dei primi secondi della doccia per annaffiare le piante;
-  Fai attenzione alla temperatura in casa: 1°C in meno riduce le emissioni del 5-10%;
-  Scollega il caricabatterie del telefono, poiché consuma elettricità anche quando non è in uso.

[➤ PIÙ INFO](#)



Cibo locale



[TORNA AL
MENU](#)

Scegli cibo locale: l'utilizzo di prodotti a km 0 aiuta a ridurre al minimo l'inquinamento ambientale evitando lunghi trasporti. Per ridurre le "miglia alimentari", cerca di acquistare cibo da aziende agricole o mercati locali.

Scegli cibo di stagione: consumare frutta e verdura di stagione aiuta a ridurre al minimo l'impatto ambientale, perché per coltivarle non c'è bisogno di serre riscaldate o congelamento.





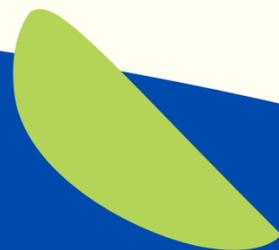
Cibo locale



[BACK TO THE MENU](#)

Acquistare prodotti locali non è così costoso come pensi!

- Trova un documento che elenchi le verdure di stagione del paese che ti ospiterà
- Trova tre piatti tipici del paese che ti ospiterà
- Trova mercati locali vicino a casa tua e negozi di produttori locali.





Cibo locale



[TORNA AL
MENU](#)

Ecco alcune App che possono aiutarti con i tuoi acquisti :



Yuka: decifra le etichette dei prodotti e analizza l'impatto sulla salute di prodotti alimentari e cosmetici.



To Good to Go: applicazione per la lotta allo spreco alimentare, che permette di ritirare gli invenduti dai commercianti, a basso prezzo!

SUGGERIMENTI
RAPIDI

Inserisci "negozi biologici locali" in Google Maps accanto al nome della località in cui soggiornerai e troverai facilmente tanti risultati utili!



PIÙ INFO



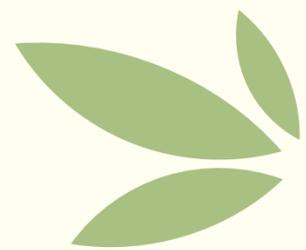
Limita il consumo di carne, in particolare quella di manzo;



Composta i rifiuti organici (il metano rilasciato dalla decomposizione dei rifiuti biodegradabili rappresenta il 3% delle emissioni di gas serra nell'UE!);



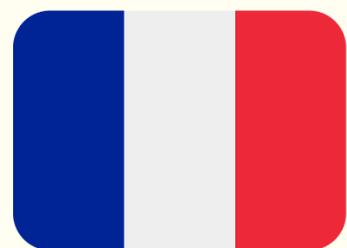
Scegli pesce proveniente da pesca sostenibile.



Per andare oltre

[TORNA AL MENU](#)

Per saperne di più su tutti questi argomenti a seconda del paese di destinazione, dai un'occhiata qui:



Francia



Italia



Slovenia



Spagna



Svezia



Europa

Per andare ancora oltre...



Conosci l'impatto ambientale del fast fashion?



Altri consigli

Per concludere questo laboratorio, ecco alcuni strumenti che potranno supportarti durante la tua mobilità sostenibile

App



Earth Hero : entra a far parte di una comunità che lavora attivamente per affrontare il riscaldamento globale e la rapida estinzione.



Clear fashion : valuta i marchi di abbigliamento e il loro impatto sul pianeta



CitizenWave: coinvolgi i tuoi dipendenti e il tuo ecosistema in un approccio eco-responsabile collettivo volontario.

Grazie per aver partecipato!

[TORNA AL
MENU](#)

Il tuo parere può aiutarci a migliorare questo corso!
Clicca qui per farci sapere la tua opinione, per noi è importante
e ci vorrà un minuto!



Co-funded by
the European Union

