


# IDemocracy

## Trening aktivnosti



# Modul 3.

## Sudjelovanje i angažman osoba s intelektualnim teškoćama na razini zajednice

<b>Plan sesije (za trenere)</b>	
<b>Smjernice</b>	<p>Plan sesije ima za cilj voditi trenere u provedbi modula obuke.</p> <p>Na temelju programa osposobljavanja definiranog za modul 3, predstavljen je niz praktičnih aktivnosti koje imaju za cilj obraditi sve sadržaje osposobljavanja definirane za ovaj modul; osigurati trenerima pedagoške resurse za provedbu treninga, prilagođavajući ga potrebama i profilu polaznika.</p> <p>Za svaku predloženu aktivnost prikazan je njezin cilj, resursi i načini potrebni za njezinu provedbu, te prijedlog vremena potrebnog za provedbu.</p> <p>Ove aktivnosti zahtijevaju dodatno vrijeme za pripremu od strane trenera.</p> <p>Trebali biste pokazati <b>video ID.3.0.</b> na početku treninga</p>
	<p><b>Aktivnost1:Aktivnost dobrodošlice sudionicima</b></p> <p><b>Cilj:</b> Ova aktivnost ima za cilj poželjeti dobrodošlicu i energizirati grupu te pridonijeti dobrom okruženju za trening.</p> <p><b>Metodologija i resursi:</b></p> <p>Ako se sudionici već poznaju ili je ovo kontinuirana aktivnost, trajanje aktivnosti može se skratiti.</p> <p>Predlažemo jednostavne, zabavne, energične aktivnosti koje omogućuju interakciju/kontakt između sudionika i grade njihovo samopouzdanje.</p> <p>Cilj i metodologija ove aktivnosti slični su za različite module, a posebno za modul 2. Ova opcija omogućuje sudionicima da budu samouvjereniji i autonomniji s vježbama zajedno s nastavnim planom i programom. Ako sudionici provode samo modul 3, on je dovoljno jasan i jednostavan za primjenu u praksi i postizanje rezultata.</p> <p>Sudionici će biti pozvani da predstave zajednicu u kojoj žive. Svaki polaznik mora imati maksimalno 3 minute prezentacije.</p>
	00h:40m

	<p>To može biti samo usmena prezentacija ili korištenje fotografija, crteža, posjet web stranici, prikaz karte, PowerPoint/Prezi prezentacija ili video.</p> <p>Za izvođenje ove aktivnosti, trener mora obavijestiti i dati smjernice sudionicima da unaprijed pripreme svoje prezentacije.</p> <p>U slučaju da se grupa sastoji od polaznika iz iste zajednice, može se predložiti da rade u grupama ili pojedinačno, jer svaka osoba ima svoju viziju iste teme.</p> <p>Druga opcija bi mogla biti zamoliti svakog sudionika da odabere prostor u zajednici u kojoj živi s kojim se identificira ili koji voli posjećivati. U tom slučaju polaznik mora prezentirati prostor, pokazati nekoliko fotografija; posjetite web stranicu; pokazati mjesto na Google kartama i navesti razloge zašto ga je odabrao/la.</p> <p>Ova vježba poslužit će kao osnova za vježbu 1 aktivnosti 4. Ideja će biti približiti polaznike njihovoj zajednici što je više moguće.</p> <p>Vrijeme izvođenja ove aktivnosti može varirati između 20-40 minuta, ovisno o vrsti aktivnosti koja će biti odabrana za grupu.</p> <p><b>ID.3.1.1. Aktivnost dobrodošlice</b></p>	
	<p><b>Aktivnost 2: Sažetak prethodne sesije</b></p> <p><b>Cilj:</b> Sažeti glavni sadržaj prethodne sesije i učvrstiti stečene ključne kompetencije.</p> <p><b>Metodologija i resursi:</b></p> <p>Ova aktivnost može uključivati sudionike, tražeći od njih da surađuju u prepoznavanju sadržaja na kojima se radilo u prethodnoj sesiji, ili je može voditi sam trener.</p> <p>Ovu aktivnost treba primijeniti kad god slijedi nakon drugog treninga.</p> <p>Druga opcija za provedbu ove aktivnosti mogla bi biti odabir trenera da na kraju prethodne sesije imenuje polaznika ili grupu polaznika koji će biti</p>	00h:20m

	<p>odgovorni za osiguranje ove aktivnosti sljedećeg dana (vrijeme ove aktivnosti možda će morati biti prilagođeno prema ovoj opciji).</p> <p>Svaki polaznik može reći ili napisati frazu/riječ koja je po njegovom mišljenju povezana s prethodnom sesijom.</p> <p>Na kraju aktivnosti bit će moguće oblikovati oblak riječi (mrežni resursi kao što su Mentimeter ili Wordclouds mogu biti od pomoći).</p> <p>Fipchart; samoljepivi ili drugi izvori podrške potrebni za registraciju informacija i njihovo ostavljanje vidljivima u prostoriji za obuku.</p> <p>Za online aktivnosti, neke platforme omogućuju zabavne aktivnosti probijanja leda, kao što su "mural", "mentimeter", "vevox", "AhaSlides", "Slido".</p> <p><b>ID.3.2.1. Dinamički sažetak susreta</b></p>	
	<b>Pauza</b>	00h10m
	<p><b>Aktivnost 3: Društvene vještine, društvene uloge i prijateljstvo kao ključ za angažman u zajednici</b></p> <p><b>Cilj:</b> Upoznati sudionike s konceptima samozastupanja, socijalnim vještinama, društvenim ulogama, prijateljstvom i njihovim doprinosom angažmanu u zajednici i sudjelovanju osoba s invaliditetom.</p> <p><b>Metode i resursi:</b> Aktivnost bi trebala biti podržana PowerPointom s lako čitljivim informacijama. Slike/fotografije/isječci iz časopisa/kartice/video zapisi također se mogu koristiti za prikazivanje konkretnih primjera onoga što se podrazumijeva pod zagovaranjem, društvenim vještinama i društvenim ulogama.</p> <p>Svaki će polaznik biti pozvan da razmisli o svom krugu odnosa i predstavi ga ostatku grupe. Krug se može izraditi na kartonu, pomoću crteža i</p>	02h00m

kolaža ili pomoću digitalnih alata (npr. mural; Jam board). Druga opcija bi mogla biti da zamolite svakog sudionika koji ima Facebook račun da pročita svoju "popis prijatelja" i izgradi svoju mapu odnosa na temelju tih informacija.

Ako su polaznici pohađali modul 2, može se koristiti rezultat vježbe 1 aktivnosti 4 - Ecomapa.

U ovom slučaju, ideja bi bila da svaki polaznik razmisli o tome kako njihovi odnosi s ekomapom utječu ili mogu utjecati na njihov odnos i sudjelovanje u zajednici.

#### **Neka pitanja za razmišljanje:**

- Kako mogu biti prisutniji u svom susjedstvu, u svojoj zajednici, u svom gradu?
- Kako mogu sudjelovati u životu zajednice?
- Kako mogu postati vidljiviji u zajednici?
- Kako mogu razviti svoju mrežu odnosa?
- Kako mogu doprinijeti? Što mogu dati drugima?
- Što moram naučiti da postignem ono što želim?
- Što mogu učiniti da drugi čuju moj glas?
- Koje vještine trebam razviti?
- Što mogu učiniti da se moja životna iskustva cijene?
- Kako mogu utjecati na druge ljude?
- Tko mi može pomoći? Od koga mogu zatražiti podršku? Tko može biti moj pomagač/saveznik? Koga bih želio imati u svojoj mreži utjecaja?

Trener mora voditi i podržavati aktivnost.

#### **ID.3.3.1. Samozastupanje, socijalne vještine i uloge**

#### **ID.3.2.2. krug odnosa**

#### **Praktična aktivnost 3.3.2A. krug odnosa**

	<b>ID.3.3.3. Pitanja za refleksiju aktivnosti</b>	
	<b>Pauza</b>	00h10m
	<p><b>Aktivnost 4: Uključivanje u zajednicu</b></p> <p><b>Cilj:</b> Upoznati sudionike s konceptom</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Angažman zajednice, njihova načela i razine predanosti.</li> <li>• Identificirati prednosti i prepreke sudjelovanja i angažmana zajednice za OSI.</li> </ul> <p><b>Metode i resursi:</b> Aktivnost bi trebala biti podržana PowerPointom s lako čitljivim informacijama. Slike/fotografije/isječci iz časopisa/kartice/video zapisi također se mogu koristiti za prikazivanje konkretnih primjera onoga što se podrazumijeva pod načelima, razinama predanosti, prednostima i preprekama angažmana u zajednici.</p> <p>Svaki će polaznik biti pozvan da razmisli o svojoj prisutnosti, sudjelovanju, susretima i angažmanu na razini zajednice; i identificirati moguća područja sudjelovanja i ograničenja/prepreke njegovog/njezinog sudjelovanja.</p> <p>Uključivanje ima različite razine angažmana.</p> <p>Ljudi mogu koristiti neke resurse zajednice na različite načine.</p> <p>Sudjelovanje u zajednici znači razvijanje veza i prijateljstava.</p> <p>Prisutnost znači fizički biti u zajednici, ali imati malo ili nimalo kontakta s drugima.</p> <p>Susreti u zajednici su točni sastanci sa strancima koji mogu, ali i ne moraju prerasti u vezu.</p> <p>Nakon razmišljanja o svojoj prisutnosti, sudjelovanju i angažmanu svaki bi sudionik trebao razmisliti o konkretnim akcijama koje može provesti u praksi, a u tu svrhu može računati na</p>	01h00m

	<p>podršku ljudi/saveznika koje je identificirao u svojoj mapi odnosa.</p> <p>Ova se vježba može izraditi na kartonu, pomoću crteža i kolaža ili pomoću digitalnih alata (npr. mural; Jam board).</p> <p><b>Online glasovanje o prijedlozima;</b> Provedite glasovanje o prijedlozima koje mogu provesti u praksi putem platforme za e-učenje IDemocracy (alat za glasovanje).</p> <p>Još jedna alternativa implementacije:</p> <p>Treneri su pozvani da razmisle o njegovim/njezinim iskustvima uključivanja u zajednicu.</p> <p>Ispunite sljedeće prostore ključnim riječima, crtežima, kolažima ili korištenjem digitalnih alata.</p> <p>Trener mora voditi i podržavati aktivnost.</p> <p><b>ID.3.4.1. Proces uključivanja zajednice</b></p> <p><b>ID.3.4.2. Posvećenost zajednici</b></p> <p><b>ID.3.4.3. Razine angažmana u zajednici</b></p> <p><b>Praktična aktivnost 3.4.1A. Organizacije koje djeluju na razini zajednice</b></p>	
	<b>Pauza</b>	00h10m
	<p><b>Aktivnost 5: Poboljšajmo moje sudjelovanje i angažman na razini zajednice</b></p> <p><b>Cilj:</b></p> <p>Omogućiti sudionicima da dublje istraže i upoznaju svoje zajednice.</p> <p>Promicati razmišljanje među polaznicima o njihovim iskustvima u zajednici.</p> <p>Izraditi akcijski plan za poboljšanje sudjelovanja i angažmana na razini zajednice.</p>	



Identificirati potencijalne resurse koji mogu podržati napore za promicanje angažmana OSI u zajednici.

Osnažiti demokratsko sudjelovanje osoba s invaliditetom.

Primjer:



The worksheet includes the following table:

Levels of Community Engagement	Places, services, community resources, People/Allies
Presence	
Participation	
Encounter	

04h:00m  
(with one 5 minutes break)

**Metode i resursi:**

**Vježba 1: Moj doprinos mojoj zajednici**

**Cilj:**

- Omogućiti sudionicima da identificiraju mjesta, usluge i objekte zajednice.
- Znati koliko dobro polaznici poznaju svoju zajednicu i što je oko njih.
- Osnažiti angažman zajednice.

Ovo je grupna vježba za uključivanje sudionika s jasnom idejom angažmana u zajednici.

Ovom se vježbom želi ojačati timski duh i, istovremeno, pruža mogućnost svakome da razmisli o svom osjećaju angažmana u zajednici.

Kako bi se postigao cilj vježbe, svi polaznici moraju poznavati/živjeti u istom području zajednice, a vježba se može izvoditi u okruženju zajednice (npr. vrt; glavna ulica/trg itd.) ili online (npr. uz podršku digitalni alati (npr. Google Maps ili web stranica gradskog vijeća) koji omogućuju

pregled i interakciju s kartom i mjestima zajednice).

Ovu vježbu mora pripremiti trener prije treninga.

Kako bi planirao sesije, trener mora:

Snimate/prikupite fotografije različitih mjesta i usluga u zajednici (gradsko vijeće; župno vijeće; organizacija, škola, spomenici, javne službe, trgovine, pošta, crkva, bolnica, knjižnica, vrtovi, prijevozna stanica, kulturni i prostori za slobodno vrijeme itd. );

Pripremite mapu zajednice.

Trener će pozvati polaznike u šetnju društvenim domom i odabrati mjesto gdje imaju logističke uvjete za izvođenje vježbe. Trener pokazuje fotografije i poziva polaznike da identificiraju različita mjesta/usluge i stave ih na kartu zajednice. Alternativno, može se napraviti online obilazak. Trener bi trebao pružiti podršku ako je potrebno.

Trener može tražiti od polaznika da identificiraju:

- Njihovo omiljeno mjesto u zajednici (i razlozi).
- Što svako mjesto/usluga radi i čemu služi.
- Problemi koje osjećaju ili žive u zajednici.
- Aspekti koji zahtijevaju intervenciju ili promjenu. Zašto? Što može biti učinjeno?
- Mogli bi se dodati i drugi aspekti.

Nakon ovog razmišljanja, grupa će prikupiti niz informacija i prijedloga koje može predstaviti Župnom vijeću ili Gradskom vijeću, kao i svim strankama koje su politički zastupljene u njihovoj zajednici.

U tu svrhu trebaju identificirati i odabrati pitanja i prijedloge koje bi željeli predstaviti kao grupa. Zatim bi trebali identificirati ključne osobe s kojima žele podijeliti te informacije. Te osobe mogu biti pozvane na mrežni sastanak (ili osobno). Pripravnici moraju uputiti pozivnice svim

	<p>identificiranim osobama; definirati ciljeve sastanka; podijeliti zadatke i odgovornosti; i identificirati glasnogovornika koji će predstaviti zajedničko promišljanje.</p> <p>Priprema vježbe može trajati od 2h do 2:30h, preostalo vrijeme će biti za sastanak.</p> <p>Vođenje sastanka i njegovi zaključci moraju biti u pratnji trenera.</p> <p><b>Praktična aktivnost 3.5.1A. karta zajednice</b></p> <p><b>Praktična aktivnost 3.5.1B. Bilješke karte zajednice</b></p> <p><b>ID.3.5.2. Poziv na sastanak</b></p> <p><b>Praktična aktivnost 3.5.3A. karticu aktivnosti na otvorenom</b></p>	
	<p><b>Aktivnost 6: Sudjelovanje u zajednici</b></p> <p><b>Cilj:</b> identificirati mehanizme za sudjelovanje u svojim zajednicama.</p> <p><b>Metode i resursi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grupa je na internetu tražila otvorene procese sudjelovanja u svojoj zajednici.</li> <li>• Odaberite jedan od online procesa u kojem želite sudjelovati.</li> <li>• Skupina raspravlja koje će prijedloge predstaviti u tom procesu.</li> <li>• Podijelite prijedloge grupe u online procesu.</li> </ul> <p><b>Praktična aktivnost 3.6.1A. Sudjelovanje u zajednici</b></p>	00h40m
<b>Pauza</b>		00h10m
	<p><b>Grupna refleksija</b></p> <p><b>Cilj:</b> Trener bi trebao promovirati sintezu sesije, u kojoj bi polaznici trebali imati aktivnu ulogu.</p> <p>Trener treba promovirati dijeljenje odluka koje donose sudionici; pregledati obrađene teme;</p>	00h40m

postavljati pitanja i ako je primjenjivo/potrebno definirati domaću zadaću.

Metode i resursi:

Vježba: Pismo sebi

- Trener pokazuje kako napisati ili nacrtati e-poštu budućim sebi.
- Svaki pripravnik će za nekoliko mjeseci primiti ovo pismo putem e-pošte.
- Polaznici identificiraju područje u kojem se mogu više uključiti u zajednicu.
- Identificirajte osobu ili saveznike za svoju utjecajnu grupu.
- Definirajte radnju za koju ste se osjećali spremnima.

### **Praktična aktivnost 3.5.4A. Pismo sebi**

**Ciljevi:**

Podržati polaznike u primjeni svojih uvida i učenja, pisanjem poruke i slanjem iste sebi u budućnosti.


Kao aktivni građani, oni mogu definirati ključne akcije koje bi željeli da poduzmu oni u budućnosti i izraziti svoje razloge zašto se promjena mora dogoditi.

**Metode:**

Objasnite da će polaznici napisati/nacrtati e-poruku samima sebi i da će im to pomoći da primijene svoje uvide i učenje iz sesije. Recite im da ćete e-mail poslati za X mjeseci i da to trebaju uzeti u obzir kada ih pišu.

Zamolite polaznike da razmisle o jednoj (ili više, u skladu s profilom sudionika) od sljedećih tema:

- Odredite područje u kojem osjećate/možete više sudjelovati u zajednici:
- Identificirajte osobu(e)/saveznike koje želite imati kao člana svoje utjecajne grupe;
- Definirajte radnju za koju ste se osjećali spremnima provesti u praksi.

	<ul style="list-style-type: none"><li>• Dajte sudionicima oko 15 minuta da ispune svoje e-poruke. Na kraju vježbe pohranite sve poruke i pošaljite ih na dogovoreni datum.</li></ul> <p>Ova vježba može biti otvorena ili zatvorena koliko trener smatra prikladnim. Trener može ograničiti sudionike na pisanje o jednoj temi ili im dati slobodu da sami napišu/nacrtaju što god žele. Procijenite potrebe grupe i svrhu sesije.</p>	
<b><u>Trajanje</u></b>		
	9h20m	Ovo je samo prijedlog, a trajanje mora biti dovoljno fleksibilno da omogući raznolikost učenja.