



4 YOUTH E CO

/ YOUTH 4 HEALTH



Youth 4 Eco / Youth 4 Health

Një udhërrëfyes për aktivitetet me në fokus mjedisin dhe shëndetin, nga të rinjtë dhe për të rinjtë, sipas metodologjisë së edukimit jo-formal



©ACMS 2023. Të gjitha të drejtat e rezervuara.

Ky udhërrëfyes është realizuar në kuadër të programit Tirana Kryeqyteti Evropian i Rinisë 2022 me mbështetjen financiare të Kongresit Rinor Kombëtar në bashkëpunim me Bashkinë Tiranë. Përmbajtja e këtij materiali është përgjegjësi e organizatorit dhe në asnjë mënyrë nuk mund të konsiderohet si qëndrim i Kongresit Rinor Kombëtar apo Bashkisë Tiranë.

Shoqata ACMS
Rr. "Aleksandër Moisiu", Tiranë
+355683999301

©Albanian Committee of
Medical Students, Janar
2023



Përmbajtja:

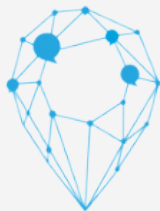
Titulli “Tirana Kryeqyteti European i Rinisë 2022”	4
Një hyrje në projektin “Youth for Eco-Healthy Future”	8
Qëllimi i projektit	12
Fazat e zhvillimit të këtij projekti	13
Trajnimet “Youth, Drivers of Change for an Eco-Healthy Future”	15
Edukimi formal, informal dhe joformal	16
Metodat bazë të edukimit joformal	17
Metodologjia/parimet e edukimit joformal - një qasje gjithëpërfshirëse:	18
Nëntemat kryesore të përzgjedhura për trajnimin “Youth - Drivers of Change for an Eco-Healthy Future”	19
Një vështrim i përgjithshëm i programit të trajnimit	20
21 Sesion shembull 1	
23 Sesion shembull 2	
25 Sesion shembull 3	
27 Sesion shembull 4	
Fushata online “Youth 4 Eco / Youth 4 Health”	29
Një guidë për planifikimin e një fushate ndërgjygjesuese	30
Eco Health Website	32
Highlights nga fushata	34



Titulli “Tirana Kryeqyteti European i Rinisë 2022”

Çfarë simbolizon titulli “Kryeqyteti Evropian i Rinisë”?

“Kryeqyteti Evropian i Rinisë” është një titull i dhënë nga Forumi Rinor Evropian (European Youth Forum EYF), i krijuar për të fuqizuar të rinjtë, për të nxitur pjesëmarrjen e të rinjve në shoqëri dhe për të forcuar identitetin evropian.



**EUROPEAN
YOUTH
CAPITAL**

Çdo vit, një qyteti të ri evropian i jepet shansi për të shfaqur idetë, projektet dhe aktivitetet e tij inovatore që synojnë të fuqizojnë zërat e rinj dhe të sjellin një perspektivë të re rinore në të gjitha aspektet e jetës së qytetit.



Për më shumë informacion mbi Titullin “European Youth Capital” dhe Forumin Rinor Evropian:



Si erdhi titulli “Kryeqyteti Evropian i Rinisë” në Tiranë?

Ishte viti 2018 kur pas një reflektimi disa mujor dhe takimeve planifikuese, Kongresi Rinor Kombëtar vendosi t'i drejtohet Bashkisë Tiranë si institucion përgjegjës i qeverisjes lokale të Tiranës për të ndërtuar një urë bashkëpunimi, dhe për të nisur një rrugëtim impenjativ e me rëndësi për rininë shqiptare, aplikimin për të qenë kandidat për titullin “Kryeqyteti Evropian i Rinisë”.

Kongresi Rinor Kombëtar është një organizatë ombrellë organizatash rinore, grupesh jo formale, forumesh rinore të partive politike, me një përfaqësi prej më shumë se 120 entitetesh,

me qëllim shkëmbimin e informacionit, nxjerrjen në pah të çështjeve të të rinjve, advokimin dhe lobimin për zgjidhjen e këtyre çështjeve dhe ngritjen e kapaciteteve për të gjitha entitetet e përfshira në rrjet.

Pas një rrugëtimi që zgjati më shumë se një vit, grupi i punës së Kongresit Rinor Kombëtar, në bashkëpunim me Bashkinë Tiranë, arriti të ndërtojë një projekt-program të plotë dhe tejet ambicioz, i cili u vlerësua nga juria e EYF si aplikimi fitues, duke bërë që Tiranës t'i atribuohet titulli e të kthehet në Kryeqytetin Evropian të Rinisë për vitin 2022.

Puna e përbashkët e Kongresit Rinor Kombëtar dhe Bashkisë Tiranë u vlerësua për fokusin tek të rinjtë dhe programin që synon



të sjellë një perspektivë rinore në të gjithë aspektet e jetës së qytetit, por jo vetëm, vibrimi i Tiranës si qytet me përfaqësi rinore nga i gjithë vendi e zgjeron rrjedhimisht përkatësinë e këtij titulli dhe i jep një karakter kombëtar. Tirana u shpall Kryeqy-

teti Evropian i Rinisë” në 2019, në Amiens, Francë, dhe stafetën zyrtare të këtij titulli e mori më 17 Dhjetor 2021 në Klaipeda, Lituani, përgjatë ceremonisë përmbyllëse të “Klaipeda-Kryeqyteti Evropian i Rinisë 2021”.





*Tirana Merr Stafetën EYC 2022 në Klaipeda, Lituani



*Ceremonia e Hapjes Tirana EYC 2022



Një hyrje në projektin “Youth for Eco-Healthy Future”

Projekti “Youth for an Eco-Healthy Future” është një projekt i zbatuar nga Organizata ACMS nën titullin “Tirana Kryeqyteti Europian i Rinisë 2022”, nën programin P7: Rinia dhe Eco-Health.

Projekti u zbatua në Tiranë, Kamëz dhe Fier në të gjitha fazat e zhvillimit të tij dhe paralelisht krijoi një prezencë online të temës së projektit, përgjatë periudhës gusht 2022 - dhjetor 2022. Ideja për këtë projekt lindi si një nevojshmëri që nëpërmjet aktiviteteve, projekteve, iniciativave dhe vullnetarizmit në tërësi, ne të rritim





ndërgjegjësimin mbi të gjitha këto çështje, duke promovuar jetesën e shëndetshme si një totalitet të sjelljeve pozitive ndaj mjedisit, komunitetit dhe vetvetes. Youth for an Eco-Healthy Future, ose “Rinia për një të ardhme eco-health” është një me shumë gjallëri prek të gjitha temat e lidhura me shëndetin e mjedisin, nga një këndvështrim sa mjekësor, edhe social.





Jeta dhe shëndeti ynë janë të lidhura ngushtë me mjedisin, florën, faunën dhe tërësia e ekosistemeve ku ne jetojmë përbën themelin e jetës humane. Cënimi i harmonisë ndërmjet ekosistemeve dhe ndërhyrjes së njeriut për të mbështetur e zhvilluar jetën njerëzore sjell pasoja që në të vërtetë ndikojnë njëkohësisht njeriun dhe çdo pjesë të mjedisit natyror. Një shembull i kësaj është ngrohja globale, e cila po rezulton me ndryshime klimatike, shkrirje të akullnajave dhe rritje të nivelit të deteve, duke alteruar habitate natyrore qindra mijëra vjecare e duke sfiduar njerëzimin me një situatë të re emergjente. Ndërhyrja e dorës së njeriut në habitatet natyrore ka shkaktuar një cikël vicioz, i cili nxit zoonozat, pra transmetimin e infeksioneve prej kafshëve kryesisht të egra drejt njeriut, siç

mendohet se është edhe rasti i virusit COVID-19. Megjithatë, rreziqet shëndetësore nuk vijnë vetëm drejtpërdrejt prej mjedisit - ato shpeshherë lidhen ngushtë edhe me stilin tonë të jetesës. Janë një sërë sëmundjesh të tjera, të cilat grumbullohen në kategorinë e sëmundjeve jo të transmetueshme (sëmundjet jo infektive). Sipas OBSH, në vitin 2019 ndër dhjetë shkaqet kryesore të mortalitetit global, tri shkaqet kryesore mbeten Sëmundjet Ishemike Kardiake, Aksidentet Vaskulo-Cerebrale dhe në vend të tretë mbeten Sëmundjet Pulmonare Obstruktive Kronike, ku të tria këto sëmundje dhe ndërlikimet e tyre janë të lidhura ngushtë me faktorët e sipërpërmendur. Në kontekst kombëtar ekziston një nevojë jetike që të rinjtë të kenë informacionin e duhur mbi stilin e jetesës si një faktor madhor që lidhet me parandalimin e sëmund-



jeve jo të transmetueshme, si dhe rolin dhe rëndësinë e faktorëve ambientale në shfaqjen, ecurinë apo në përkeqësimin e tyre.

Temat kryesore të projektit:

Projekti “Youth for an Eco-Healthy Future” kishte për qëllim të trajtonte me kujdes të veçantë lidhjen që ekziston midis çështjeve mjedisore dhe stilit të jetesës, si dy kontribues madhorë në shëndetin e popullatës, duke mos anashkaluar gjithashtu konceptin e cilësisë së jetës dhe rëndësinë që ka të kuptuarit e saj.

Ky projekt synoi që në të gjitha stadtet e tij, nëpërmjet aktiviteteve të edukimit jo-formal, output-eve e fushatës online të ndërgjegjësonte komunitetin mbi:

1. Stilin e jetesës (me një qasje kra-

hasuese. Stilin e jetesës (me një qasje krahasuese midis zakoneve të shëndetshme dhe atyre të dëmshme) si psh.: Ushqimin e shëndetshëm; Konsumin ditor të ujit; Gjumin si themelin e një jetese të shëndetshme; Aktivitetin fizik; Substancat e abuzimit.

2. Mjedisin (me një qasje faktike lidhur me impaktin negativ që kanë ndryshimet mjedisore në shëndet): Ndotja e ajrit; Ndotja e ujit; Ndotja e tokës; Ndotja akustike; Ngruhja Globale dhe rrezatimi UV; Antibiotiko-rezistenca.

Nevoja për **parandalim** do të jetë e artikuluar përgjatë gjithë projektit, pasi është çelësi për reduktimin e barrës globale të sëmundshmërisë, si edhe rruga e vetme për të trajtuar paralelisht dy fenomene të cilat ndikojnë në shëndetin tonë dhe që të gërshetuara thellojnë hendekun midis një shoqërie të qëndrueshme dhe asaj çka po jetojmë sot dhe çka i trembemi në të ardhmen.



Qëllimi i projektit:

Të rritë ndërgjegjësimin ndaj çështjeve më alarmante të lidhura me mjedisin dhe marrëdhëniet që ne si individë krijojmë me ekosistemet, natyrën në tërësi dhe hapësirat tona urbane; të promovojë praktika të shëndetshme në mënyrë të ndërsjelltë: duke u kujdesur për mjedisin dhe duke e përdorur atë pozitivisht për të përmirësuar cilësinë e jetës; të zhvillojë njohuri mbi impaktet e drejtpërdrejta shëndetësore të komponentëve të ndryshëm të ndotjes mjedisore dhe stilit të jetesës; të krijojë hapësira angazhimi qytetar te të rinjtë për një shoqëri më të shëndetshme.

Ky projekt i përgjigjet një tërësie nevojash të komuniteteve tona urbane, suburbane dhe rurale, duke pasur si vlerë kryesore të tij informimin holistik mbi shëndetin, kujdesin për mjedisin dhe cilësinë e jetës si një kompleks i pandashëm shkak-pasojë, ku edukimi i komunitetit për të gjithë këta faktorë dhe mënyrën si ndërveprojnë me njëri-tjetrin është ai që bën ndryshimin.

Target grupi: TË RINJTË!

Target grupi ynë direkt janë të rinjtë e bashkive Tiranë, Kamëz dhe Fier në aktivitetet si trajnime e takime ndërgjegjësuuese, kurse në një shkallë më të gjerë, indirekt, janë të gjithë të rinjtë e përditësuar me platformat tona.



Fazat e zhvillimit të këtij projekti:



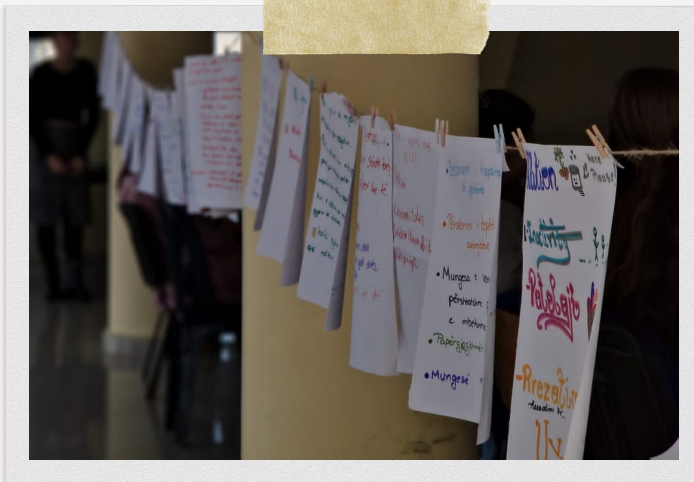
1. Trajnimet “Youth, Drivers of Change for an Eco-Healthy Future”

Në këtë fazë të parë të projektit u zhvilluan tri trajnime dyditore me nga 20 pjesëmarrës të grupmoshave 15-18 vjeç në qytetet e Tiranës, Kamzës dhe Fierit. Ata u njohën me tematikat kryesore të projektit nëpërmjet një programi të bazuar në metodologjinë e edukimit joformal, ku duke mësuar nëpërmjet punës në grupe, ushtrimeve kreative dhe diskutimit të hapur arritën që të krijonin një program për të zhvilluar aktivitete me bashkëmohatarët e tyre në fazën tjetër, takimet “Ne dhe e ardhmja”.



2. Takimet “Ne e dhe e ardhmja”

Në këtë fazë të dytë, pjesëmarrësit e trajnimeve u ndanë në grupe dhe zhvilluan aktivitete informuese-ndërgjegjësuese me bashkëmohatarët e tyre, në qytetet përkatëse. Ata përgatitën programe kreative për këto aktivitete, duke pasur tri nëntema kryesore: ndryshimet klimatike, ndotjen e ajrit dhe stilin e shëndetshëm të jetesës. Gjatë kësaj faze u zhvilluan njëmbëdhjetë takime të realizuara me larmishmëri e personalitet nga secili grup.





Trajnimet “Youth, Drivers of Change for an Eco-Healthy Future”

Çfarë është edukimi joformal?

Të mësuarit jo formal apo jo konvencional është një sërë metodologjish që e bazojnë të mësuarit mbi vetë eksperiencën e marrë gjatë këtij të fundit, nxitjen e aktivitetit krijues dhe në thelb përfshirjen aktive të pjesëmarrësit. Në pamundësi për ta përkufizuar me një qëndrim strikt e universal, mundet të përmendim disa karakteristika kryesore të edukimit joformal:

- Bashkëekzistencë e ekuilibruar ndërmjet disa dimensioneve praktike, konjitive dhe afektive të të mësuarit;

- Lidhje e të mësuarit individual dhe social, ku marrëdhëniet në të nxënë ndërtohen në bazë të bashkëpunimit dhe barazisë;
- Vënie në qendër dhe në fokus e pjesëmarrësit;
- I mësuar dhe i bazuar mbi shqetësimet e jetës së përditshme, ku gjërat mësohen duke i bërë dhe duke u mbështetur mbi eksperiencat e krijuara gjatë ndërveprimit me pjesëmarrësit e tjerë;
- Pjesëmarrje vullnetare dhe pëlqyeshëm pa pagesë;
- Dhënie e përparësisë ndaj vlerave dhe disa prej praktikave demokratike;

**Nga Simpoziumi i Këshillit të Europës për Edukimin Joformal: Raport (2001)*



Edukimi formal, informal dhe joformal:

Edukimi formal	Edukimi informal	Edukimi joformal
Edukimi i marrë në institucionet arsimore të cdo niveli, që konkludohet me një diplomë apo certifikatë.	Edukimi i marrë me përvojat jetësore, në mënyrë aktive apo pasive, nëpërmjet bisedave, mjedisit shoqëror, familjar e profesional si edhe leximit e aktiviteteve të tjera rekreative.	Edukimi i marrë jashtë institucioneve arsimore, por me qëllim e program të përcaktuar nga një individ apo grup tjetër. Mundet ose jo të konkludohet me certifikim.
Në mjediset formale të të mësuarit – institucionet arsimore	Kudo	Zakonisht jashtë mjedisit formal të të mësuarit
Ndjek një program apo kurrikul	Nuk ka program	Mundet të ketë një program mësimor
I strukturuar	I pastrukturuar	I strukturuar
I detyrueshëm	Vullnetar	Zakonisht vullnetar
Rezultatet e të nxënit maten nëpërmjet notave, etj.	Rezultatet nuk maten	Mundet që të ketë një pasvlerësim, por rezultatet e të nxënit nuk maten



Metodat bazë të edukimit joformal

Ka katër metoda bazë të identifikuara si pjesë e metodologjisë së edukimit joformal:

- Metoda të bazuara mbi komunikimin: ndërveprimi, ndërmjetësimi dhe dialogu.
- Metoda të bazuara mbi veprimtari: eksperiencia, praktika dhe eksperimentimi.
- Metoda të përqendruara në problematika sociale: partneriteti, puna në grupe, rrjetëzimi.
- Metoda të lidhura me vetëmenaxhimin: krijimtaria, eksplorimi, përgjegjshmëria.

Në të gjitha rastet edukimi joformal është një gërshetim i dijeve dhe përvojës së trajnerit me aktivizimin e vetë pjesëmarrësit për ta marrë në dorë vetë procesin e tij të të mësuarit, në varësi të interesit që ka për temën e trajtuar.

**Nga Simpoziumi i Këshillit të Europës për Edukimin Joformal: Raport (2001)*

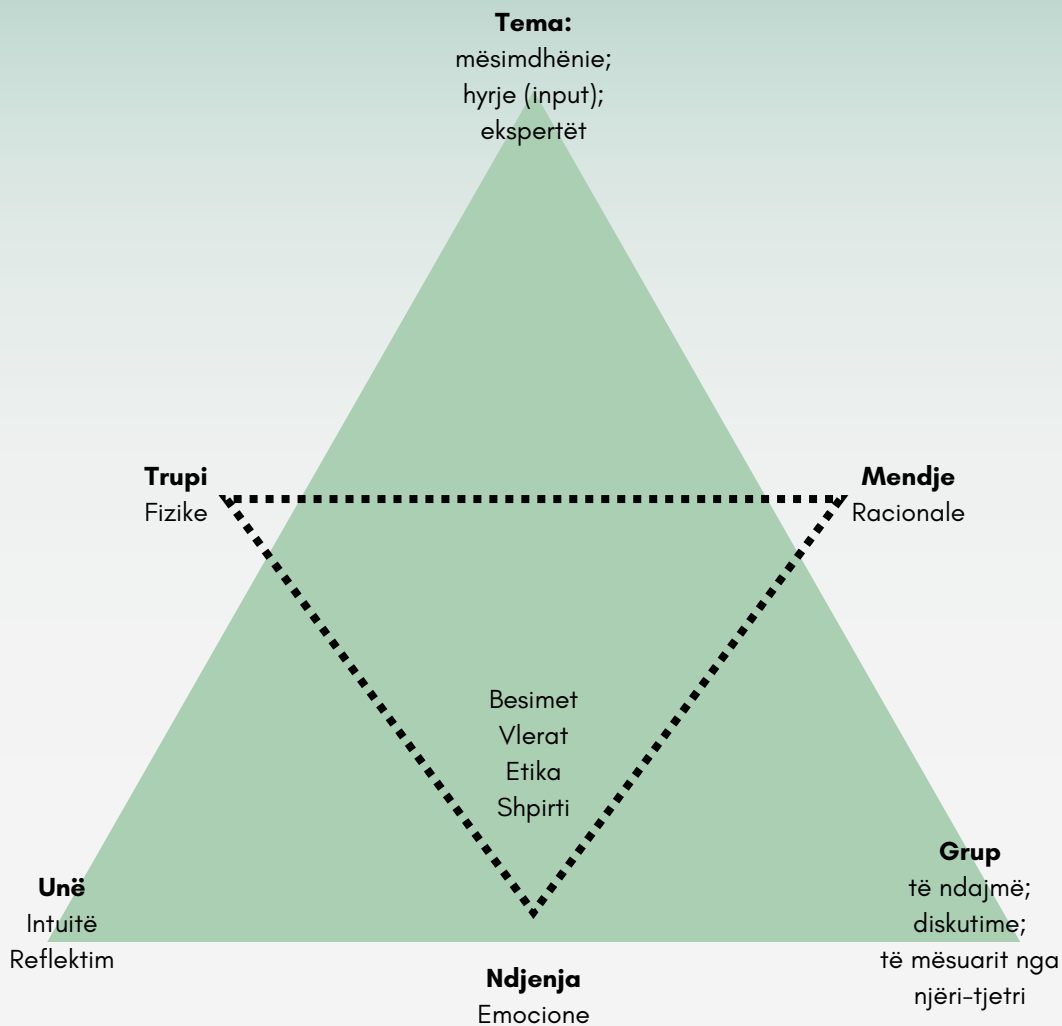
A është metodologjia e edukimit joformal metodologjia e duhur për projektin tim?

Është, në rast se:

- Synon që projekti të zhvillohet në një mënyrë të tillë e cila e bën pjesëmarrësin pjesë aktive të ecurisë së tij.
- Vazhdimësia e projektit varet drejtpërdrejt nga angazhimi dhe rezultatet e të nxëniet gjatë trajnimit.
- Je siguruar që ekspertiza e kërkuar për temën e trajnimit është në përputhje me eksperiencën dhe background-in e trajnerit.
- Target grupi i projektit janë të rinjtë dhe mundet që të përfitojnë më shumë nga një mënyrë të mësuarit jokonvencionale.



Metodologjia/parimet e edukimit joformal: një qasje gjithëpërfshirëse:



Referencë: "Manuali për facilitatorët në edukimin joformal", Këshilli i Europës (2009)



Nëntemat kryesore të përzgjedhura për trajnimin “Youth - Drivers of Change for an Eco-Healthy Future”:

- › Energji e pastër dhe e qëndrueshme
 - Qytetet dhe komunitete të qëndrueshme
 - Prodhim dhe konsum i përgjegjshëm
 - Veprim për klimën
 - Jeta nën ujë
 - Jeta në tokë
- › Të drejtat e njeriut dhe mjedisi
- › Shëndeti dhe jetesa e shëndetshme
- › Nevojat dhe dëshirat
- › Gjurmët tona ekologjike





Një vështrim i përgjithshëm i programit të trajnimit:

Dita e parë

8:45-9:00	Hyrja dhe regjistrimi i pjesëmarrësve
9:00-10:30	Prezantim i projektit, qëllimit të tij dhe ideve kryesore
10:30-11:00	Coffee break
11:00-11:30	Objektivat e zhvillimit të qëndrueshëm
11:30-12:30	Ndotja e mjedisit dhe ndryshimet klimatike
12:30-13:30	Dreka
13:30-15:00	A finite planet: Konsumi dhe qëndrueshmëria
15:00-16:30	Matim gjurmën tonë ekologjike në planet

Dita e dytë

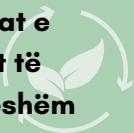
8:45-9:00	Hyrja dhe regjistrimi i pjesëmarrësve
9:00-10:30	Shëndeti ndërmjet mjedisit, stilit të jetesës dhe faktorëve gjenetikë
10:30-11:00	Coffee break
11:00-11:30	Shëndeti dhe jetesa e shëndetshme. A kemi të gjithë akses?
11:30-12:30	Ndotja e mjedisit dhe ndryshimet klimatike
12:30-13:30	Dreka
13:30-15:00	Dizenjojmë aktivitete me në qendër temat e trajnimit
15:00-16:30	Rekomandime për të ardhmen, shpërndarje e materialeve mbështetëse, Shpërndarja e certifikatave



Sesion shembull 1

TEMA:

Objektivat e
Zhvillimit të
Qëndrueshëm



KOHËZGJATJA:

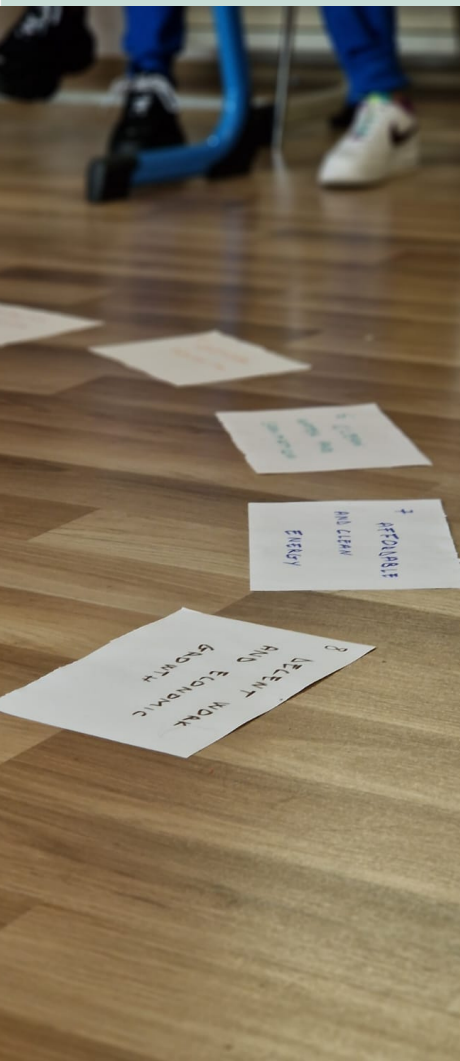
30 minuta



QËLLIMET:

- Të japë për pjesëmarrësit informacion të përgjithshëm dhe komprehensiv mbi OZHQ-të.
- Të evidentojë objektivat e zhvillimit të qëndrueshëm të cilat janë të lidhura me mjedisin.
- Të shpjegojmë conception e qëndrueshmërisë, ose sustainabilitetit.





PËRSHKRIM:

Shkruhen të gjitha SDGs (OZHQ-të) në letra në format A4 dhe vendosen në një rreth sipas konfigurimit nga OKB. Pjesëmarrësve u thuhet t'i lexojnë dhe të shprehin me pak fjalë se cila mendojnë se është e përbashkëta mes të gjitha fjalëve dhe shprehjeve të shkruara në letra. U bëhen më pas pyetjet: “Mendoni se këto synime janë lokale apo globale?” “A lidhet ndonjëri specifikisht me situata që ju i njihni në realitetin e përditshëm? Jepni shembuj.” “A ka dicka që nuk kuptoni?”. Të rinjve u shpjegohet shkurtimisht koncepti i sustainabilitetit dhe si është ai i lidhur me Objektivat e Zhvillimit të Qëndrueshëm.

KËSHILLË:

Në këtë sesion është shumë e rëndësishme që të nxitet diskutimi mes pjesëmarrësve dhe trajnerit. Gjithashtu, është një mundësi e mirë për të kuptuar nivelin e informacionit për temën në grupin që po trajnori.



Sesion shembull 2



TEMA:

***A finite planet -
nevoja dhe
dëshira***



KOHËZGJATJA:

30 minuta



QËLLIMET:

- të nxitë reflektim te pjesëmarrësit lidhur me sjelljet e tyre ndaj konsumit
- të përfshijë të rinjtë në diskutim
- të vërë në dyshim supozime të pranuar gjerësisht në shoqëri



PËRSHKRIM:

Facilitatori përgatit dy fletë të bardha me shkrimet “plotësisht dakord” dhe “plotësisht kundër” dhe i vendos ato në skaje të ndryshme të dhomës së trajnimit, në mënyrë që njerëzit të krijojnë një vijë të drejtë midis tyre. Trajneri më pas lexon disa pohime si më poshtë dhe pjesëmarrësit duhet të pozicionohen përgjatë vijës sipas dakordësisë.

Deklaratat janë si më poshtë:

1. Nuk më intereson mjedisi, thjesht dua ta jetoj jetën time të lumtur.
2. Burimet natyrore ekzistojnë për të kënaqur nevojat njerëzore.
3. Më shumë është gjithmonë më mirë.
4. Është e pamundur të jetosh pa makinë.
5. Koha është para.
6. Nuk kemi nevojë të ulim konsumin tonë të energjisë. Ne duhet të lidhemi më tepër me shkencën për të gjetur zgjidhje për burimet e energjisë së gjelbër.

KËSHILLA:

Pas përfundimit të ushtrimit është mirë që të rinjtë të angazhohen në diskutim për zgjedhjet e tyre. Qëndroni i hapur ndaj cdo mendimi: mos u tregoni hostil ndaj pjesëmarrësve me mendime të kundërta nga ju.





Sesion shembull 3

TEMA:

Nga mjedisi te shëndeti, nga shëndeti te mjedisi

KOHËZGJATJA:

30 minuta



QËLLIMET:

- Të identifikohen sjellje të përgjegjshme dhe jo të përgjegjshme kundrejt shëndetit tonë dhe mjedisit.
- Të identifikohet lidhja e ndërsjellë që zgjedhjet personale të secilit kanë me shëndetin dhe mjedisin.
- Të promovohen sjellje pozitive e të shëndetshme.





PËRSHKRIM:

Brainstorming: Në një spango të gjatë vendosen në tri skaje të ndryshme të dhomës, në vazhdimësi të njëra-tjetrës, tri tabela. Në qendër të zinxhirit vendoset "Stili i jetesës" dhe në skajin e majtë të spangos vendoset "Stili i jetesës dhe ndikimi i tij te mjedisi", kurse në skajin e djathtë vendoset "Stili i jetesës dhe ndikimi i tij te shëndeti". Të rinjve u kërkohet të shkruajnë shembuj ilustrues në fletë shumëngjyrëshe mbi sjellje dhe praktika nga jeta e përditshme që vendosen në secilin spektër. Kanë 20 minuta kohë. Më pas atyre u jepen 10 minuta për të lexuar shënimet e njëri-tjetrit dhe zhvillohet një diskutim në formë reflektimi me pyetje, si: A hasët sjellje të ngjashme me tuajat? Po të kundërta? Cfarë mendoni se duhet të bëjë secili?



Qëllimisht sesionet e mësipërme janë përzgjedhur të tilla që kërkojnë numër të vogël mjetesh dhe numër të vogël stafi, që të jenë të realizueshme edhe nga organizata apo grupe të rinjsh me burime të pakëta.



Sesion shembull 4

TEMA:

**Dizenjojmë
aktivitete**



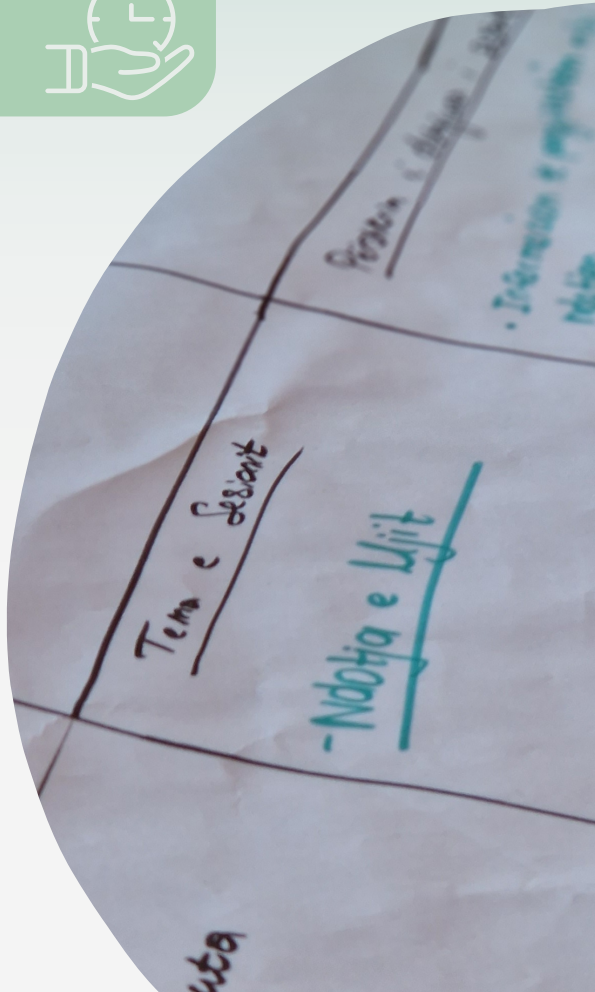
KOHËZGJATJA:

60 minuta



QËLLIMET:

- Të angazhohen pjesëmarrësit në mënyrë direkte në vazhdimësinë e projektit.
- Të nxitë krijimtarinë dhe të rritë vetëbesimin e pjesëmarrësve, duke inkurajuar forma të ndryshme shprehjeje.
- Të angazhojë të rinjtë në punën në grupe, t'i nxitë të punojnë të organizuar e të respektojnë njëri-tjetrin,





PËRSHKRIM:

Të rinjtë ndahen në tri grupe dhe secilit i jepet një material orientues nga trajneri. (Një zgjedhje e tillë mund të bëhet ose jo, në varësi të temës. Në këtë rast u pa e rëndësishme të ishte një material referencë *fact-checked* për të rinjtë). Secili grup kështu ka nga një nëntemë: ndryshimet klimatike dhe ngrohjen globale; jetesën e shëndetshme; ndotjen e ujit, ajrit dhe tokës. Ata kanë një orë kohë të ndërtojnë një program aktiviteti ndërgjegjësues të cilin do ta implementojnë në grup: të ndajnë detyrat, të shkruajnë oraret e aktivitetit, etj. Ata ndihmohen vazhdimisht nga trajneri dhe facilitatori për të gjitha nevojat apo pyetjet që kanë gjatë procesit.



Fushata Online "Youth 4 Eco / Youth 4 Health"

Fushatat

ndërgjegjësuere

Në radhë të parë, duhet kuptuar se sic ndodh zakonisht me nismat jofitimprurëse, fushatat kanë një profil ndërgjegjësues. Ato kanë qëllim kryesor të japin informacion mbi ekzistencën e një problemi ose të ndryshojnë qëndrimet ekzistuese, gjithnjë nëpërmjet edukimit.

Është shumë e rëndësishme të zgjedhësh qasjen e duhur.

Duhet fillimisht të kuptojmë se çfarë duam të arrijmë, kujt duam t'i drejtohem dhe si duam të përcjellim mesazhin tonë në mënyrë që të sigurojmë rezultat

e suksesshëm të fushatës.

I tërë suksesi i një fushate ndërgjegjësimi varet pikërisht nga qasja jonë në përcaktimin e kornizës së përgjithshme të asaj që do të përcjellim.





NJË GUIDË PËR PLANIFIKIMIN E NJË FUSHATE NDËRGJËGJESUESE

Qëllimi i këtij udhëzuesi është t'ju udhëheqë nëpër hapat kyç në planifikimin e një fushate ndërgjegjësimit.

Rritja e ndërgjegjësimit është një pjesë e rëndësishme e përpjekjeve në luftën kundër trafikimit të qenieve njerëzore dhe nëse bëhet siç duhet mund të ndihmojë në fillimin e veprimeve ose ndryshimin e sjelljeve që luftojnë ose ndihmojnë në parandalimin e trafikimit të qenieve njerëzore. Suksesi i fushatës qëndron po aq në planifikimin e saj, aq edhe në ekzekutimin e sajuar mirë. Ky udhëzues do t'ju çojë hap pas hapi drejt procesit të krijimit dhe planifikimit të fushatës tuaj.

Hapi 1 | Pse - Qëllimi dhe Analiza

Pse nevojitet fushata? Hapat e parë në planifikimin e fushatës burojnë nga të kuptuarit e problemit që po përpiqeni të ndihmoni në zgjidhjen duke bërë fushatën ndërgjegjësuese. Pyetjet që duhet të bëni janë: Pse na duhet kjo fushatë? Çfarë duam të arrijmë me të?

Hapi 2 | Kush - Njohja e audiencës tuaj

Pasi ta kuptoni problemin dhe të vendosni qëllimin e përgjithshëm, duhet të përqendrohni në të kuptuarit se kush synon fushata juaj, d.m.th., cilët janë grupet e synuara/audiencat/aktorët e fushatës suaj.



Hapi 3 | Çfarë - Objektivat specifike të fushatës suaj

Pasi të njihni grupet tuaja të synuara, është thelbësore të përcaktoni objektivat tuaja specifike. Duke u përafuar me qëllimin e përgjithshëm të fushatës suaj, objektivat ju ndihmojnë të vendosni se çfarë (në mënyrë specifike) dëshironi të arrini me grupet tuaja të synuara. Për të vendosur objektivat, ndajeni qëllimin tuaj të përgjithshëm në objektiva më të vegjël, më specifike që synojnë grupe specifike të synuara. Sigurohuni që objektivat tuaja të jenë konkrete, të prekshme dhe mbi të gjitha të matshme. Pjesa e matshme do t'ju ndihmojë të vendosni në këtë fazë, se si të vlerësoni dhe vlerësoni rezultatet e fushatës suaj.

Hapi 4 | Mesazhet kryesore të fushatës

Thelbi i asaj që dëshironi t'u thoni grupeve tuaja të synuara është në mesazhet tuaja kryesore. Sigurohuni që mesazhet tuaja kryesore të përputhen mirë me objektivat e fushatës suaj dhe të përshtaten me audiencën tuaj të synuar. Mesazhet duhet të jenë të shkurtra, të qarta, koncize dhe konkrete. Mesazhet mund të kenë forma të ndryshme në varësi të mjetit të komunikimit që do të përdorni, por të gjitha duhet të drejtojnë drejt të njëjtit objektivi.

Hapi 5 | Si - Çfarë do të bëni në fushatë - taktikat dhe mjetet e komunikimit që planifikoni të përdorni

Duhet ditur se cilat media dhe mjete do të arrijnë më mirë audiencën tuaj. Fushatat më efektive pothuajse kurrë nuk mbështeten vetëm në një mjet, por përkundrazi i integrojnë ato në një sërë mjetesh të ndryshme me qëllim që të arrijnë sa më shumë në grupin tuaj të synuar.



Eco Health Website



ENJENI
HOME RRETH NESH BIEVEPROJEKTU AKTIVITETI ARTIKUJT CONTACT

YOUTH FOR ECO-HEALTHY FUTURE

- Në mision ndërgjegjësimi ndodh qartësisht me shprehje të lehtë dhe të lexueshme dhe mund të shprehë qëllimet dhe objektivat e projektit me efikasitet, ndërsa në të njëjtën kohë hapet rrugë për çështjet e mëtejshme.
- Në çdo moment gjatë procesit të komunikimit në mënyrë të ndërfaqshme, çdo individ duhet të jetë i aftë të përdorë informacionin dhe të marrë vendime të informuara për të përmirësuar cilësinë e punës.
- Në fillim të projektit, misioni i projektit është të përcaktojë dhe identifikojë objektivat dhe të përcaktojë mënyrën e komunikimit dhe të marrë vendime të informuara për të përmirësuar cilësinë e punës.
- Në fillim të projektit, misioni i projektit është të përcaktojë dhe identifikojë objektivat dhe të marrë vendime të informuara për të përmirësuar cilësinë e punës.

Misioni i projektit të ndërgjegjësojë komunitetin mbi:

1. Shëndet dhe jetë e gjatë
2. Mbrojtja e mjedisit

ACMS
Komiteti Shqiptar i Studentëve të Mjekësisë (ACMS)

RRETH NESH

Komiteti Shqiptar i Studentëve të Mjekësisë (ACMS) është një organizatë e reja e krijuar nga studentët e mjekësisë në të gjithë Shqipërinë. Komiteti Shqiptar i Studentëve të Mjekësisë (ACMS) është një organizatë e reja e krijuar nga studentët e mjekësisë në të gjithë Shqipërinë. Komiteti Shqiptar i Studentëve të Mjekësisë (ACMS) është një organizatë e reja e krijuar nga studentët e mjekësisë në të gjithë Shqipërinë.

Arritjet

Armatë përgatitje të projektit

6+

Trajnime

100+

Të bërë të Të bërë të Të bërë të

10+

Aktivitetet Follow-Up

Aktivitetet më të fundit

2023-09-16

Workshop 9- Zoonozat dhe

Artikujt

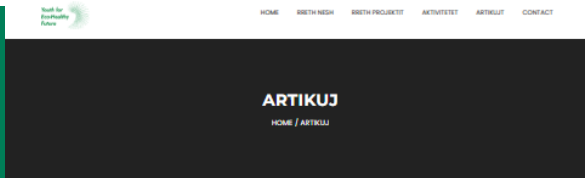
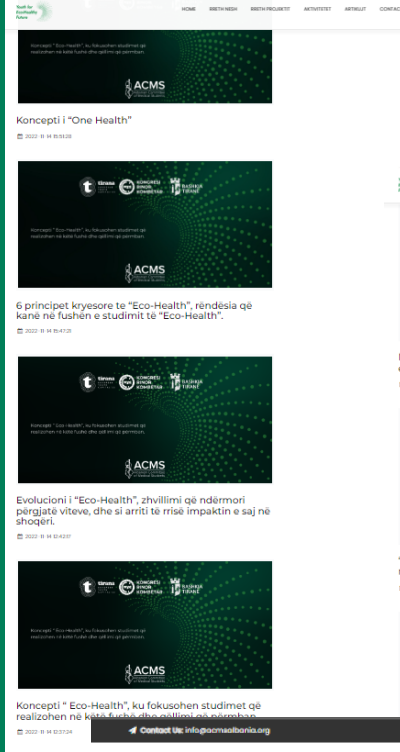
Artikujt më të fundit

Grete Thunberg dhe Biografia E Sij

Luisa-Marie Neubauer, Aktiviste E Klimës Nga Gjermania

Intervistë Me Nyambi Mariri, Aktivistë I Klimës Nga Uganda

Page 32 | Manuali: "Youth for Eco-Health"



Artikujt e publikuar



Highlights nga fushata:

Qëndrueshmëria

}

Ndoja e ajrit

Ndoja e ujit dhe e tokës

Page 34 | Manuali: "Youth for Eco-Health"



Youth for
Eco-Healthy
Future



@acms_ifmsa



ACMS-Albanian Committee
of Medical Students



info@acmsalbania.org



ACMS Albania



www.acmsalbania.org