

PR2 - ECONOMIA CIRCULAR para o sector dos Cuidados & Reforma

Curso de Formação de Formadores Orientações e Kit de ferramentas metodológicas

-Resumo-

Seniores para a Economia Circular
(SEN4CE)

Autores: Johanniter-Akademie Mitteldeutschland

Abril 2023

Projeto n.º 2021-2-AT01-KA220-ADU-000048101

Índice

Conteúdos

1. INTRODUÇÃO	3
1.1 Objetivos	3
1.2 Como foi criado o currículo?	3
1.3 O Quadro Europeu de Qualificações (QEQ)	4
1.4 Plataforma de E-learning: Articulate	4
2. CURSO DE FORMAÇÃO DE FORMADORES	5
2.1 Módulo 1 - Economia Circular vs. Economia Linear	5
2.2 Módulo 2 - O que é a Economia Circular?	6
2.3 Módulo 3 - Benefícios e Barreiras da Economia Circular (EC).....	7
2.4 Módulo 4 - Como desenvolver uma mentalidade circular?	7
2.5 Módulo 5 - Como lidar com o descontentamento	8
2.6 Exemplo de cenário de um curso online de Formação de Formadores.....	8
3. DIRETRIZES E KIT DE FERRAMENTAS METODOLÓGICAS	9
3.1 Exemplo de unidade para trabalhar com seniores independentes.....	10
3.2 Exemplo unidade para seniores dependentes:	12
4. Conclusão	13

1. INTRODUÇÃO

1.1 Objetivos

SEN4CE é um projeto Erasmus + (2021-2-AT01-KA2022-ADU-000048101) cujo principal objetivo é envolver e capacitar os seniores para a Economia Circular (EC) verde, sustentável e digital do futuro, e envolvê-los na educação de adultos de alta qualidade e na aprendizagem ao longo da vida.

Complementando as ofertas de aprendizagem digital criadas pelo projeto SEN4CE, desenvolvemos materiais de formação para formadores e cuidadores, que procuram oferecer educação de adultos de qualidade sobre EC a seniores independentes e dependentes em encontros presenciais.

Os materiais consistem em:

- Um curso online de Formação de Formadores oferecido no [Articulate Storyline](#) sobre os conceitos básicos da EC, incluindo cenários para fomentar a sua experiência de aprendizagem e apoiar na explicação da EC aos seniores.
- Orientações para o formador e kit de ferramentas metodológicas para familiarizar os formadores/cuidadores com as especificações do seu grupo-alvo (seniores com mais de 60 anos) relevantes para o ensino, bem como métodos adequados e exemplos de cenários de conteúdo de encontros presenciais.

Os prestadores de serviços de cuidados e de reforma, as organizações não governamentais (ONG) e as organizações sem fins lucrativos utilizarão o conceito para desenvolver ofertas complementares de formação e aprendizagem sobre EC no sector dos cuidados/reforma.

1.2 Como foi criado o currículo?

Todos os parceiros realizaram pesquisas sobre programas de formação e educação sobre EC no contexto dos cuidados e da reforma e outras organizações sem fins lucrativos e ONGs que prestam serviços neste contexto. Cada parceiro recolheu 3 boas práticas do seu país parceiro e 1 boa prática internacional/europeia, por exemplo, um programa de formação para colaboradores sobre EC e a implementação dos princípios da economia circular no setor dos cuidados/reformas.

Com base nos resultados da análise das necessidades/ lacunas, foi desenvolvido um currículo e conteúdos de aprendizagem para a EC no setor dos cuidados e da reforma, incluindo um curso de Formação de Formadores para os colaboradores

utilizarem a formação SEN4CE com os seus clientes, bem como orientações de acompanhamento e um conjunto de ferramentas metodológicas.

1.3 O Quadro Europeu de Qualificações (QEQ)

Para garantir a compatibilidade com as diversas necessidades de aprendizagem dos seniores, o currículo foi criado para o nível 4 do Quadro Europeu de Qualificações (QEQ).

O QEQ é um quadro europeu de 8 níveis, baseado em resultados de aprendizagem para todos os tipos de qualificações, que serve como ferramenta de tradução entre diferentes quadros nacionais de qualificações.

O conteúdo do nível 4 é descrito a seguir:

Nível 4 do QEQ

Conhecimentos	Competências	Responsabilidade e Autonomia
Conhecimentos factuais e teóricos no contexto alargado da EC na perspetiva do consumidor	Conhecer e utilizar uma gama de diferentes métodos de ensino para educar os seniores com mais de 60 anos sobre como participar na EC	Escolher de forma consciente os métodos e conteúdos em função do grupo-alvo com que se trabalha. Informar-se de forma consciente e responsável sobre os novos desenvolvimentos relevantes para a EC e a vida sustentável e implementá-los no ensino dos seniores.

1.4 Plataforma de E-learning: Articulate

O currículo será integrado na plataforma online chamada [Articulate Storyline](#), que nos permitirá criar uma experiência de aprendizagem interativa com cenários e conteúdos interativos.

Posteriormente, pretendemos apresentar um breve resumo do conteúdo do Curso de Formação de Formadores e do Manual de Orientações e Metodologia para permitir a sua avaliação.

2. CURSO DE FORMAÇÃO DE FORMADORES

É composto por cinco módulos:

- 1) Economia Circular vs. Economia Linear
- 2) O que é a Economia Circular?
- 3) Benefícios e barreiras da Economia Circular
- 4) Como desenvolver uma mentalidade Circular?
- 5) Como lidar com o ressentimento

Cada módulo começa com o objetivo de aprendizagem e termina com um resumo que (quando apropriado) inclui exemplos de como explicar o conteúdo aos seniores em palavras simples. No final do curso, haverá um teste para saber até que ponto os conhecimentos foram assimilados, utilizando cenários que incluem o contacto com os seniores.

Para dar uma ideia do conteúdo dos módulos, seguem-se os objetivos de aprendizagem e os resumos dos módulos, bem como um exemplo de cenário.

2.1 Módulo 1 - Economia Circular vs. Economia Linear

Objetivos de aprendizagem:

- Explicar o nosso modelo económico atual e como este resultou num estilo de vida insustentável para a humanidade.
- Explicar o papel que os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável desempenham na construção de um futuro melhor para todos.
- Explicar a ideia central por detrás da "Economia do Donut" e o panorama geral que nos dá para o futuro.
- Explicar a estratégia básica por detrás da Economia Circular.

Resumo:

- O modelo económico linear predominante na atualidade baseia-se num sistema de recolha e produção de resíduos que não é sustentável. Os seus efeitos negativos prejudicam o ambiente, as entidades não humanas e os seres humanos.
- Os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável definem 17 objetivos concretos e realizáveis para orientar os nossos esforços comuns para um futuro inclusivo e sustentável. Estes objetivos exigem uma parceria entre todas as partes interessadas para resolver questões globais

interdependentes e sobrepostas de uma forma que apoie a paz e o bem-estar de todos.

- Economia Circular é uma estratégia para alcançar os ODS (Objetivos de Desenvolvimento Sustentável) e concretizar a visão da "Economia do Donut". Imita os ciclos naturais da Terra para trazer a humanidade de volta à harmonia com todos os outros habitantes do planeta Terra.
- A "Economia do Donut" oferece-nos uma perspetiva geral para um futuro alternativo em que os seres humanos prosperam dentro do donut, sem ultrapassar os limites planetários ou ficar abaixo dos limites sociais. Esta perspetiva visionária chama-nos à ação e muda o foco do crescimento para a prosperidade.

2.2 Módulo 2 - O que é a Economia Circular?

Objetivos de aprendizagem:

- Explicar o conceito de Economia Circular e os seus elementos importantes, incluindo os conceitos de Reciclagem (R-Framework), hierarquia de resíduos e perspetiva de sistemas.
- Explicar os três princípios em que se baseia a Economia Circular: eliminar os resíduos e a poluição, manter os produtos e materiais em uso e regenerar os sistemas naturais.

Resumo:

A Economia Circular é uma transição da utilização de recursos energéticos finitos para a utilização de recursos renováveis, enquanto cria um impacto económico, natural e social. Isto é conseguido através da conceção de resíduos fora do sistema.

A Economia Circular baseia-se em três princípios que descrevem os passos necessários para alcançar um sistema totalmente circular, que se alimenta a si próprio para sustentar a vida: Eliminar, Circular e Regenerar.

Os conceitos *R* (*recusar, repensar, reduzir, reutilizar, reparar, renovar, refabricar, reutilizar, reciclar, recuperar*) baseiam-se numa hierarquia de resíduos em que a recusa é a solução mais desejável e a recuperação é a solução menos desejável.

Questões para reflexão:

- Já pratica algum dos 9 R's na sua vida quotidiana?
- Já conhecia o pensamento sistémico antes disto? Deixe a sua mente vagar um pouco e considere; que áreas da sua vida poderiam ser consideradas um sistema? Encontrou alguma coisa surpreendente?
- O seu estilo de vida apoia algum dos três princípios da circularidade? Consegue imaginar novas formas de os implementar no seu trabalho?

2.3 Módulo 3 - Benefícios e Barreiras da Economia Circular (EC)

Objetivos de aprendizagem:

- Explicar os benefícios e barreiras da EC.
- Explicar como todos podem contribuir para uma EC.

Resumo:

Os benefícios de uma mudança para uma Economia Circular são holísticos e multidimensionais porque afetam todas as áreas da sociedade, ao mesmo tempo que protegem a base da nossa subsistência, tentando permanecer dentro dos limites planetários.

Contributos: Os órgãos legislativos têm de definir os quadros necessários para as empresas e a economia, para as incentivar a criar novas práticas e produtos. Mas, no final, nós, enquanto indivíduos e cidadãos, temos de apoiar esta transição, responsabilizando os nossos governos, apoiando as empresas circulares e sendo intencionais nas nossas escolhas.

Os obstáculos a uma transição para a Economia Circular podem ser agrupados em culturais, tecnológicos, de mercado e regulamentares. As barreiras mais prementes são culturais e exigem mudanças de mentalidade em toda a sociedade.

Questões para reflexão:

- Quais os benefícios de uma Economia Circular que considera mais valiosos? Consegue imaginar um benefício não mencionado?
- Viu recentemente algumas iniciativas ou projetos interessantes que estão a abordar estes desafios?
- Vê-se a si mesmo como um consumidor informado? Que marcas respeita pelo trabalho que estão a fazer?

2.4 Módulo 4 - Como desenvolver uma mentalidade circular?

Objetivos de aprendizagem:

- Compreender o que é uma mentalidade de Economia Circular e porque é importante uma mudança de mentalidade para as transições.
- Partilhar como qualquer pessoa pode contribuir para uma transição da Economia Circular.

Resumo:

As nossas mentalidades foram forjadas durante uma época em que a Economia Linear era o sistema económico dominante, ansiando pela maximização dos lucros e acreditando no crescimento interminável da riqueza financeira independente dos limites da natureza e do bem-estar humano.

A EC está ancorada numa abordagem de pensamento sistémico - baseia-se na ideia de que **não existem atores isolados ou silos (naturais, sociais, económicos), que tudo está interligado e é fechado/circular.**

2.5 Módulo 5 - Como lidar com o descontentamento

Objetivos de aprendizagem:

- Compreender as emoções em torno da sustentabilidade e da crise climática.
- Conhecer os mecanismos de defesa face a uma crise.
- Desenvolver a compaixão e como enfrentar o descontentamento.

O módulo 5 não inclui um resumo porque não é um módulo de conteúdo, mas sim um módulo orientado para a prática. É seguido pelos cenários que aplicam os conhecimentos do curso.

2.6 Exemplo de cenário de um curso online de Formação de Formadores

Cenário: Explicar aos seniores o que é a Economia Linear e porque temos de a mudar.

Atualmente, vivemos numa Economia Linear. Isto significa que o nosso consumo de produtos segue uma linha reta. Utilizamos recursos para fazer coisas e, quando já não as queremos, deitamos fora. Por causa disto, estamos a poluir o nosso planeta com todas as coisas que já não queremos ou não usamos e estamos a usar todos os recursos da Terra sem preocupações. Isto deixa-nos numa situação má em que as perspetivas para os humanos do futuro são más. Se queremos que os nossos filhos, netos e bisnetos desfrutem da natureza e tenham uma vida saudável, temos de fazer alguma coisa rapidamente.

Ao explicar os problemas da Economia Linear aos seniores, é preciso transmitir-lhes que:

- a) ... as suas gerações destruíram impiedosamente o planeta com o seu comportamento egoísta e é tudo culpa delas que as gerações futuras tenham uma hipótese limitada de sobrevivência e bem-estar.
- b) ... os governos e a economia são os únicos responsáveis pela situação fútil em que se encontra o nosso planeta.
- c) **A Economia Linear não funciona num planeta com recursos finitos. A atual Economia Linear de tomar-fazer-usar-desperdiçar levou-nos ao ponto de**

extrairmos recursos da biosfera sem lhes restituirmos o mesmo valor para estarem disponíveis para os nossos filhos.

Se escolherem:

- A. Não é útil culpar as pessoas; isso levará à relutância em agir.
- B. Todas as pessoas fazem parte do sistema económico e devem, portanto, assumir a responsabilidade pelas suas ações e estar conscientes das suas consequências.
- C. Quer queiramos, quer não, temos de mudar o paradigma da economia, porque o nosso atual sistema económico, mentalidade e estilo de vida não são sustentáveis.

3. DIRETRIZES E KIT DE FERRAMENTAS METODOLÓGICAS

As Diretrizes fornecem informação prática para preparar e implementar um workshop, curso ou evento de informação para seniores sobre EC.

Começa com informações sobre o grupo-alvo relacionadas com a idade, especificações de aprendizagem e especificações socioeconómicas e fornece conselhos sobre como abordar a EC com os seniores considerando valores, tipos motivacionais e comunicação (enquadramento, metáforas, linguagem, mensageiros)

O Conjunto de Ferramentas Metodológicas ajudará a planear e implementar workshops presenciais sobre EC para seniores. Proporcionando-lhe diferentes métodos e cenários, dependendo do contexto socioeconómico, da idade e da literacia digital.

O Kit de Ferramentas Metodológicas inclui:

- Ideias para diferentes cenários em reuniões de grupo presenciais com seniores independentes
- Ideias para seniores em contextos de cuidados estacionários (por exemplo, empoderamento, café de contar histórias)
- Ideias para seniores com diferentes restrições, ou seja, mobilidade, visão, etc.
- Métodos e modelos de avaliação (questionários e atividades de grupo)

Os métodos introduzidos são:

- Métodos para se conhecerem uns aos outros (*assembleia*)
- Métodos para introduzir um novo tópico (*lanterna, questionário, brainstorming paradoxal*)
- Métodos para trabalhar sobre tópicos (*trabalho em pequenos grupos, trabalho com filmagens, método dos seis chapéus, técnica “handstand”, trabalho em estações, entrevista a especialistas, café com histórias, pensar-partilhar, excursão, visita de estudo*)
- Métodos de recolha de feedback (*rede de pesca, questionário*)

Os métodos sugeridos são seguidos de exemplos de cenários para reuniões de grupo com **seniores independentes** sobre temas como uma viagem através da sua casa - como tornar-se mais circular no dia-a-dia, presentes sustentáveis para os netos e reduzir a sua pegada ecológica enquanto poupa dinheiro.

Resultados de aprendizagem previstos:

Os seniores são sensibilizados para o tema da EC, podem combinar as suas próprias experiências com novas informações e implementar ações na sua vida quotidiana no sentido de uma EC sustentável.

3.1 Exemplo de unidade para trabalhar com seniores independentes

Reduzir a pegada digital enquanto se poupa dinheiro

Objetivos	Duração	Conteúdo/Métodos	Materiais
Os participantes aprendem e refletem sobre os seus conhecimentos prévios acerca da Economia Circular	5'-10'	Introdução e boas-vindas Breve introdução: "O que é a Economia Circular?"	Trabalho em grupo Círculo de cadeiras ou sentados em secretárias Material para introdução de dados:
	5'	Exercício: "Partilhe o que sabia sobre sustentabilidade e a Economia Circular. A sua perceção sobre o tema mudou com a apresentação?"	Vídeo exemplo: https://ellenmacarthurfoundation.org/videos/explaining-the-circular-economy-rethink-progress

Objetivos	Duração	Conteúdo/Métodos	Materiais
Os participantes aprendem sobre o impacto do seu modo de vida. Ficam a saber como podem minimizar o seu impacto, poupando assim dinheiro e vivendo de forma mais saudável.	20'-30'	Exercício: "Como é atualmente a minha pegada ecológica?"	https://www.footprintcalculator.org/home/en Trabalho individual Apoio do facilitador em caso de perguntas Utilização de um computador ou smartphone
	5'	Reflexão: "O resultado surpreendeu-o? Como se sente agora que fez o teste?"	Trabalho em grupo Círculo de cadeiras ou sentados em secretárias
	10'	Partilha: "Que mudanças ocorreram no seu estilo de vida ao longo da sua vida? Por favor, compare a sua infância e juventude com a sua vida adulta e a sua reforma."	Trabalho em pares
	30'	Debate: "Que possibilidades existem para minimizar a sua pegada ecológica? Há coisas da sua infância que podem ser reativadas?"	Trabalho em pequenos grupos (máx. 4 pessoas) <ul style="list-style-type: none"> • Quadro • Papel • Canetas Os participantes podem sair da sala para trabalhar em grupos. Devem recolher as suas conclusões num papel.
	15'	Reflexão sobre os resultados do debate <u>Avaliação:</u> "Este workshop motivou-o a integrar algumas destas práticas na sua vida?"	Trabalho em grupo Círculo de cadeiras ou sentados em secretárias
5'	Conclusão		

3.2 Exemplo unidade para seniores dependentes:

O cenário para trabalhar com seniores **dependentes** em lares de seniores "Viagem ao Passado" tem os seguintes resultados de aprendizagem:

- Estimulação da memória e participação ativa dos seniores na atividade.
- Capacitação: Os seniores podem contribuir através da transmissão de conhecimentos sobre práticas circulares sustentáveis.
- Ativação: Podem apresentar os seus conhecimentos de uma forma visual às gerações mais jovens.

Uma viagem ao passado

Objetivos	Duração	Conteúdo/Métodos	Materiais
	DIA 1		
<p>Os participantes falam de outra coisa que não sejam doenças, comida ou aspetos negativos da sua vida.</p> <p>Os participantes são encorajados a recordar (estimulação cerebral) aspetos positivos das suas vidas passadas.</p>	5'	<p>A sua abordagem ao tema Boas-vindas e breve apresentação do tema "Economia Circular" (exemplos do que é, como funciona e porque é importante)</p>	
	45'	<p>Como o fizemos no passado I</p> <p><u>Tarefa de trabalho:</u> O facilitador modera uma sessão plenária e pede aos participantes que partilhem memórias de aspetos sustentáveis da vida no passado. "Por favor, lembrem-se de coisas que fizeram no passado, que conservaram os recursos e que permitiram aumentar o tempo de vida dos produtos que utilizavam. Por favor, nomeiem-nas e descrevam-nas."</p> <p><u>Forma de trabalho:</u> Contar histórias, (despertar a memória com perguntas abertas).</p>	<p>Papel colorido</p> <p>O facilitador escreve o que as pessoas se lembram</p>
	DIA 2		
Os participantes são capacitados porque têm conselhos vitais	20-45'	<p>Como o fizemos no passado II</p> <p>O facilitador modera uma sessão plenária onde resume o que as pessoas disseram na última reunião. Encoraja a memorização</p>	Papel colorido

para as gerações mais novas e podem mostrar e partilhar os seus conhecimentos		e repete o processo se as pessoas apresentarem mais ideias. (Ver dia 1).	O facilitador escreve o que as pessoas se lembram
	45'	<p>Como podemos fazer hoje? <u>Trabalhar com imagens</u></p> <p>O facilitador explica que para partilhar o conhecimento com as gerações mais jovens, o grupo irá criar um papel de parede com os métodos que recolheram nas sessões anteriores e colocar no lar de seniores para os visitantes verem.</p> <p>Dependendo das capacidades do grupo, estes podem cocriar ou observar e dar indicações ao facilitador.</p>	Papel colorido + imagens de objetos descritos na primeira sessão (a preparar pelo facilitador)

Os exemplos de cenários para o trabalho de grupo com seniores independentes e dependentes podem ser adaptados ao tempo disponível, tamanho do grupo e interesses dos seniores. Elementos do curso de formação em e-learning sobre EC para seniores (Resultado 1) e do curso de e-learning sobre plataformas e ferramentas de EC (Resultado 3) podem ser incluídos quando adequado, dependendo das competências e interesses dos seniores.

4. Conclusão

O currículo do curso online de formação de formadores tem como objetivo fornecer uma boa visão geral dos vários aspetos da Economia Circular, porque é importante e como chegar lá. Além disso, ele dá exemplos e ideias sobre como abordar o grupo-alvo de seniores com mais de 60 anos utilizando uma linguagem simples e tendo em consideração os aspetos psicológicos, que são importantes num ambiente interativo presencial.

As diretrizes e o conjunto de ferramentas metodológicas fornecem ideias sobre a forma de trabalhar com o grupo-alvo, tendo em consideração aspetos sociodemográficos importantes e as necessidades de aprendizagem deste grupo-alvo.