Co-funded by the European Union

DACIA PROJECT

No.21.

MAGAZINE

„European Training 5''
2025-1-RO01-KA121-ADU-000331020

(„KA121-ADU - Accredited projects for mobility staff in adult education (KA121-ADU)„)

(Project Cofunded by the European Union)

(ISSN-L 2601 – 4882)



https://www.apdd.ro/

2025 – 2026

Asociația Pro Dezvoltare DACIA (APDD)

Editura: Asociația Pro Dezvoltare DACIA (APDD)
Redactor-șef: Cătălin Arapalea
Președintele APDD

Redactor adjunct: Anca Arapalea
Profesor
Desktop Publishing (DTP): Cătălin Arapalea Grafică digitală: Cătălin Arapalea

Colaboratori:
Alina Mihaela Dragusin
Alina-Maria Traistaru
Anca Arapalea
Andreea Teodora Dragusin
Andreea-Mihaela Bălașa
Andrei-Ionuț Grigorie
Aurel Buică
Carmen Daniela Popescu
Cătălin Arapalea
Darius Florin Lică
Elena Iuliana Popa
Ioana Iordache
Ionel Arapalea
Malina Alexandra Nicolaescu
Maria-Mirabela Filipoiu
Natalia Ivanus
Nicoleta – Claudia Trandafir
Oana Buică
Petruța Ioniță
Victoria Sidonia Vărzaru
Viorel Trandafir
Walter Eugen Ivănuș
NR 21 / 2025
ISSN 2601 – 4882
ISSN-L 2601 - 4882

„Finanțat de Uniunea Europeană. Punctele de vedere și opiniile exprimate aparțin, însă, exclusiv autorului (autorilor) și nu reflectă neapărat punctele de vedere și opiniile Uniunii Europene sau ale Agenției Naționale pentru Programe Comunitare în Domeniul Educației și Formării Profesionale (ANPCDEFP). Nici Uniunea Europeană și nici ANPCDEFP nu pot fi ținute răspunzătoare pentru acestea.”

„European Training 5’’ Project
„ Cofunded by the European Union„

Fotografiile conținute în material sunt realizate în timpul activităților proiectului.

Adresa revistei: Str. Tineretului, nr. 7,
Municipiul Drăgășani, Județul Vâlcea
apddacia@yahoo.com
https://www.apdd.ro/
+40722319389

Co-funded by the European Union

APDD

CUPRINS

PARTEA I – EXPERIENȚE EUROPENE ȘI PERSPECTIVE ALE PARTICIPANȚILOR
Articole și reflecții din mobilitățile de formare și job shadowing

Descriere Proiect – Arapalea Cătălin ……..5
Învățarea prin experiență europeană: incluziune, diversitate și implicarea comunității în educația adulților - Iordache Ioana ….....7
Strategii Instituționale Eficiente În Educația Adulților- Alina-Mihaela Drăgușin.....9
Învățând prin implicare – job shadowing în sprijinul incluziunii și diversității – Aurel-Gabriel Buica.....12
Promovarea bunelor practici în educația incluzivă – experiență erasmus+- Alina-Maria Traistaru ….....13
Cetățenia digitală incluzivă – bune practici europene pentru integrarea elevilor cu ces în școala românească – Oana-Cornelia Buica.....14
Dincolo de bosfor: lecții despre o educație care deschide uși - Carmen Daniela Popescu …...16
Când lecția prinde viață: idei pentru educație, descoperite la istanbul - Malina Alexandra Nicolaescu.....18
Inovație în educație prin programul erasmus+: experiența unei mobilități de formare la istanbul– Andreea-Teodora Drăgușin.....20
Erasmus+ la Shumen: învățare prin observație, schimbare prin colaborare
– Ivanus Nicoleta-Natalia.....22
Comunitatea se învață: de la educația adulților la primii pași ai cetățeniei active – Elena Iuliana Popa.. 24
Mai întâi cursantul, apoi tehnologia: lecții dintr-o experiență–Petruta Ionita 26
Experiența mea de job shadowing în shumen, Bulgaria - Maria-Mirabela Filipoiu.....28
Job shadowing in adult education and support institutions– Claudia-Nicoleta Trandafir..... 29
Implicare comunitară și cetățenie activă – experiența mea de formare în Bulgaria- Viorel Trandafir.....32
Învățare prin observație: o experiență erasmus+ la Istanbul-Walter-Eugen Ivanus.....35
Pauza dintre emoție și răspuns - Ionel Arapalea.....37
Implicarea comunității și cetățenia activă în educația adulților-Victoria Sidonia Vărzaru.....38
Din culisele formării: idei și practici pentru educația adulților-Anca Arapalea 40
De la idei la inițiative cu impact social- Andreea-Mihaela Bălașa 42
Învățarea adulților se construiește împreună cu comunitatea-Grigorie Andrei-Ionuț.....43
Educația ecologică începe cu ceea ce observăm în jurul nostru- Darius Florin Lică.....44

PARTEA A II-A – DE LA EXPERIENȚĂ LA PRACTICĂ
Metode, instrumente și aplicații pentru educația adulților

Începem cu ceea ce știm. Ancorarea în experiență – o metodă practică pentru educația adulților.
Fișă de activitate: „o situație, mai multe soluții”.....45

Planul individual de învățare – de la o nevoie personală la pași concreți- Fișă practică - Planul meu de învățare.....47
Fișă practică - planul meu de învățare.....47
Fișă de lucru - educația adulților.....48
Un obiectiv comun, mai multe moduri de a învăța-Adaptarea exercițiilor pentru adulți cu ajutorul inteligenței artificiale.....49
Fișă practică - Același mesaj, trei variante de lucru.....50
Din experiență în soluție - Instrument practic pentru învățarea activă în educația adulților.....52
Învățăm să colaborăm: jocul rolurilor în educația adulților - Instrument practic pentru educația adulților.....54
Un minut să ne convingi! Provocare de creativitate și comunicare pentru adulți.....56
Podul care ne unește - Provocare practică de colaborare și creativitate.....58
Învățarea începe cu participarea - Bune practici de incluziune și implicare comunitară din Volos, Grecia.....60
Ce ne împiedică să participăm? Fișă practică pentru construirea unor activități accesibile adulților.....61
Cetățenia digitală începe cu accesul la învățare.Experiențe și direcții de aplicare din cursul desfășurat la Volos.....63
Mesaj sigur sau capcană? Instrument practic pentru recunoașterea mesajelor suspecte.....65
Ascult, verific, decid. Exemplu de atelier de siguranță digitală adaptat adulților cu deficiențe de vedere.....67
Obiecte care spun povești. Activitate de comunicare și colaborare pentru seniori cu diferite dizabilități.....69
Pregătim împreună o întâlnire comunitară. Colaborare și participare în activitățile pentru adulți cu dizabilități.....71
Cum prefer să fiu sprijinit. Fișă de comunicare și sprijin pentru adulții și seniorii cu dizabilități care participă la activitățile APDD.....74
Comunitatea ca spațiu de învățare. Implicare comunitară și cetățenie activă — experiențe din Shumen, Bulgaria.....76
World Café — pași spre un loc de muncă. Activitate pentru adulți șomeri sau aflați în căutarea unui loc de muncă.....78
Cartierul nostru, responsabilitatea noastră. Aplicarea metodei „învățarea prin acțiune” în educația adulților.....81
Primul meu email – învățăm cu sprijinul comunității. Aplicarea metodei „Resource Mapping – cartografierea resurselor comunității”.....83
De la observare la aplicare - Fișa „Observ – Adaptez – Aplic”.....85
Comunitatea învață de la tine. Experiența adulților, resursă pentru învățarea comunitară.....87
De la o cerere generală la un material util. Fișă pentru formularea și verificarea cererilor către inteligența artificială.....89
Gesturi zilnice, efecte asupra planetei. Activitate de conștientizare pentru adulții din comunitățile rurale.....91
Instrumente și platforme digitale pentru formatori și facilitatori.....93
De la reproș la cerere clară. Instrument de comunicare pentru părinții adolescenților.....95
Pauză înainte de reacție. Instrument de autoreglare pentru formatori și facilitatori.....97
Patru ateliere pentru dezvoltarea competențelor emoționale și relaționale ale adulților.....99
Trusa practică pentru educația adulților. Șase instrumente pentru planificare, evaluare și colaborare.....101
Instrument I1. Fisa de Analiza a Nevoilor de Formare.....102

Instrument I2. Sablon de Design al unui Curs pentru Adulti.....106
Instrument I3. Fisa de Evaluare a Rezultatelor Formarii.....109
Instrument I4. Model de Protocol de Parteneriat Local..... 111
Instrument I5. Harta Oportunitatilor de Finantare pentru APDD.....113
Instrument I6. Plan Individual De Transfer 117
O abilitate locală, o inițiativă pentru comunitate. Fișă de proiectare a unui atelier de croitorie în mediul rural.....121
Fișa de fezabilitate „Atelier de croitorie în comunitatea rurală”. Instrument pentru evaluarea unei idei cu beneficiu social.....123
Observăm, înțelegem, protejăm. Instrument de conștientizare a protecției mediului pentru adulții din comunitățile rurale și urbane.....125
Concluzie Generală – Revista De Bune Practici În Educația Adulților.....128

CUM SĂ FOLOSEȘTI ACEASTĂ REVISTĂ

O experiență de învățare poate deveni o idee utilă pentru întreaga comunitate.

Descoperă experiențele participanților și ideile culese în mobilitățile europene.

Alege o metodă sau un instrument potrivit pentru adulții cu care lucrezi.

Adaptează activitatea la nevoile, resursele și realitățile comunității tale.

Aplică și reflectează asupra rezultatelor: ce a funcționat și ce ai schimba data viitoare?

Cu ce idee din această revistă ai putea începe în comunitatea ta?

……..

……..



DESCRIERE PROIECT

EUROPEAN TRAINING 5: COMPETENȚE ȘI RESURSE PENTRU EDUCAȚIA ADULȚILOR, PRIN MOBILITĂȚI ERASMUS+ ÎN CINCI ȚĂRI

Asociația Pro Dezvoltare DACIA (APDD) din Drăgășani a încheiat proiectul „European Training 5”, nr. 2025-1-RO01-KA121-ADU-000331020, cofinanțat de Uniunea Europeană, implementat în perioada 1 iunie 2025–31 august 2026, în baza acreditării Erasmus+ pentru Educația Adulților, nr. 2020-1-RO01-KA120-ADU-095193.

Proiectul a implicat 22 de participanți în cinci programe de cursuri structurate și șase programe de job shadowing, desfășurate în Turcia, Bulgaria, Grecia, Italia și Croația, pentru dezvoltarea competențelor profesionale și îmbunătățirea activităților educaționale oferite adulților.



În Istanbul, Turcia, în perioada 3–12 mai 2026, DERMEN BILISIM A.S. a găzduit trei participanți la cursul „Innovative Approaches to Teaching (Adult and School Education)” și trei la job shadowing „Learning through Observation and Hands-on Workplace Experience”. Cursul a dezvoltat competențe de utilizare a gamificării, învățării colaborative și instrumentelor digitale, iar observarea profesională a oferit metode pentru conectarea învățării cu demonstrațiile și sarcinile practice.



În Shumen, Bulgaria, EvroPro Training Center a găzduit trei participanți la cursul „Community Engagement and Active Citizenship in Adult Education”, în perioada 18–25 iunie 2026, și trei la job shadowing „From Observation to Change”, în perioada 17–26 iunie 2026. Cursul a abordat facilitarea participării civice prin World Café, Open Space și teatrul-forum. Job shadowingul a sprijinit documentarea bunelor practici și pregătirea unor planuri pentru adaptarea activităților și dezvoltarea parteneriatelor comunitare.



În Volos, Grecia, doi participanți au urmat cursul „Inclusive Digital Citizenship”, organizat de EVROPEI IXNILATES în perioada 26 iunie–3 iulie 2026, dezvoltând competențe privind siguranța online, protecția datelor și verificarea informațiilor. Alți doi au participat la „Inclusion, Diversity and Community Engagement in Adult Education”, în



perioada 25 iunie–4 iulie 2026, identificând practici pentru reducerea barierelor de participare, adaptarea activităților la grupuri diverse și colaborarea locală.

În Milano, Italia, în perioada 5–14 august 2026, C.A.D.E.P. Euro Training Form SRLS a găzduit trei participanți în programe distincte. Cursul „Artificial Intelligence for Innovative Education in Environmental Design" a urmărit crearea și adaptarea resurselor cu sprijinul IA și proiectarea activităților despre sustenabilitate. Cursul „Conflict Management and Emotional





Intelligence for Enhancing Positive Relationships" a inclus pregătirea a patru ateliere despre gestionarea emoțiilor, comunicarea nonviolentă, încrederea în sine și rezolvarea conflictelor. Programul „Job-Shadowing Adult Education Staff" a vizat șase instrumente: fișă de analiză a nevoilor, model de proiectare a cursurilor, fișă de evaluare, model de protocol de parteneriat, hartă a finanțărilor și plan de transfer.



În Zagreb, Croația, O.A.ZA. – Održiva Alternativa ZAjednici a găzduit doi participanți la „Social Innovation and Community Integration in Adult Education", în perioada 19–24 august 2026. Direcțiile de transfer au inclus antreprenoriatul social, participarea comunitară, parteneriatele locale, colaborarea digitală, voluntariatul ca experiență de învățare și documentarea practicilor. Un participant a urmat „Green Transition & Sustainability Education in Adult Education", în perioada 19–23 august 2026, pentru integrarea educației pentru sustenabilitate, învățării în aer liber, competențelor verzi, antreprenoriatului sustenabil și implicării ecologice a comunității.

Participanții au organizat și desfășurat 44 de activități de diseminare în comunitate, în care au prezentat și experimentat metodele și instrumentele studiate. Prin aceste activități, experiențele europene au fost adaptate nevoilor locale, contribuind la diversificarea oportunităților de învățare pentru adulții din Drăgășani și județul Vâlcea.

Proiectul s-a desfășurat în cadrul acreditării Erasmus+ pentru Educația Adulților, nr. 2020-1-RO01-KA120-ADU-095193, deținute de Asociația Pro Dezvoltare DACIA.

Informații proiect: http://www.apdd.ro, e-mail: apddacia@yahoo.com

Președinte APDD,
Cătălin Arapalea – Manager Proiect

PARTEA I – EXPERIENȚE EUROPENE ȘI PERSPECTIVE ALE PARTICIPANȚILOR

Articole și reflecții din mobilitățile de formare și job shadowing

ÎNVĂȚAREA PRIN EXPERIENȚĂ EUROPEANĂ: INCLUZIUNE, DIVERSITATE ȘI IMPLICAREA COMUNITĂȚII ÎN EDUCAȚIA ADULȚILOR



Participarea la programul Erasmus+ de tip Job Shadowing „Inclusion, Diversity and Community Engagement in Adult Education" a reprezentat mai mult decât o experiență de formare profesională. A fost o oportunitate de explorare a unor noi perspective asupra educației adulților, de observare a unor modele de lucru aplicate în contexte internaționale și de identificare a unor practici care pot fi adaptate și valorificate în activitatea organizației.

Contactul direct cu organizații și profesioniști implicați în educația adulților a evidențiat faptul că incluziunea, diversitatea și implicarea comunității nu sunt doar concepte teoretice, ci elemente esențiale pentru construirea unor intervenții educaționale eficiente și relevante.

Una dintre cele mai importante concluzii desprinse în urma acestei experiențe este aceea că educația adulților trebuie să pornească de la oameni, de la experiențele lor de viață, de la nevoile și aspirațiile acestora. Fiecare adult vine într-un proces de învățare cu un bagaj propriu de cunoștințe, valori și experiențe, iar rolul organizațiilor educaționale este de a crea contexte în care aceste resurse personale să fie recunoscute și valorificate. Modelele observate în cadrul mobilității Erasmus au demonstrat importanța unei abordări centrate pe participant, în care formatorul nu este doar un furnizor de informații, ci un facilitator al dezvoltării personale și profesionale.

Un aspect deosebit de relevant a fost modul în care principiul incluziunii este integrat în activitățile educaționale. Incluziunea nu se limitează la accesul persoanelor din grupuri vulnerabile la programe de formare, ci presupune crearea unui mediu în care fiecare participant să se simtă acceptat, respectat și încurajat să participe activ. Această perspectivă poate fi transferată și aplicată în activitatea organizației printr-o atenție sporită acordată identificării barierelor cu care se confruntă beneficiarii și prin adaptarea metodelor de lucru la diversitatea acestora.



Experiența internațională a evidențiat importanța utilizării unor metode de educație nonformală și participativă. Activitățile bazate pe colaborare, schimb de experiență, reflecție și învățare prin practică contribuie la creșterea implicării adulților și la dezvoltarea unor competențe care pot fi aplicate în viața personală, profesională și comunitară.

Pentru organizație, aceste metode reprezintă o direcție de dezvoltare care poate crește atractivitatea și eficiența programelor oferite, prin transformarea participanților din receptori pasivi în parteneri activi ai procesului educațional.

Diversitatea a fost un alt element central al experienței Erasmus. Interacțiunea cu persoane provenind din medii culturale și sociale diferite a demonstrat că diferențele dintre oameni pot deveni o resursă valoroasă pentru învățare. Într-un grup divers, participanții au posibilitatea de a descoperi perspective noi, de a-și dezvolta empatia și de a învăța unii de la alții. Această abordare poate fi integrată în activitățile organizației prin promovarea dialogului, a cooperării și a respectului pentru diversitatea fiecărui participant.

Un alt aspect important observat în cadrul mobilității a fost relația strânsă dintre educația adulților și comunitate. Organizațiile care obțin rezultate durabile sunt cele care nu se limitează la furnizarea unor cursuri, ci dezvoltă relații active cu beneficiarii și cu actorii locali. Implicarea comunității transformă educația într-un proces de dezvoltare colectivă, în care participanții devin nu doar beneficiari, ci și persoane capabile să contribuie la schimbarea mediului în care trăiesc.

Din această perspectivă, una dintre practicile care poate fi preluată în activitatea organizației este consolidarea parteneriatelor comunitare și implicarea beneficiarilor în definirea și dezvoltarea activităților. Ascultarea opiniilor acestora, identificarea nevoilor reale și crearea unor oportunități de participare activă pot contribui la dezvoltarea unor programe mai apropiate de realitatea comunității.

De asemenea, experiența Erasmus a subliniat rolul important al culturii organizaționale în promovarea incluziunii. Valorile precum respectul, deschiderea, colaborarea și egalitatea de șanse trebuie să se regăsească nu doar în activitățile externe, ci și în modul de funcționare internă a organizației. O organizație incluzivă este aceea care învață permanent, se adaptează și își dezvoltă capacitatea de a răspunde schimbărilor sociale.

Participarea la Job Shadowing-ul „Inclusion, Diversity and Community Engagement in Adult Education” a oferit astfel nu doar informații și exemple de bună practică, ci și o perspectivă nouă asupra rolului educației adulților în societatea actuală. Elementele observate pot fi transferate și adaptate în activitatea organizației prin dezvoltarea unor programe mai participative, mai accesibile și mai conectate la nevoile comunității.

Experiența europeană a confirmat faptul că educația adulților reprezintă un instrument puternic pentru incluziune socială, dezvoltare personală și consolidarea comunităților. Prin valorificarea bunelor practici dobândite și prin integrarea lor în activitatea curentă, organizația poate continua să contribuie la crearea unor oportunități de învățare care pun oamenii în centrul procesului și care generează schimbări pozitive pe termen lung.

Autor: Iordache Ioana, participant Job Shadowing „Inclusion, Diversity and Community Engagement in Adult Education”



STRATEGII INSTITUȚIONALE EFICIENTE ÎN EDUCAȚIA ADULȚILOR

O perspectivă teoretică și practică asupra adaptării curriculumului la piața muncii, între România și Istanbul, în oglinda politicilor europene și a programului Erasmus+

Educația adulților a devenit, în ultimele două decenii, o componentă centrală a politicilor europene privind învățarea pe tot parcursul vieții, nu o anexă a sistemelor de educație formală. Rezoluția Consiliului Uniunii Europene privind o agendă europeană reînnoită pentru învățarea în rândul adulților[1] a fixat, încă din 2011, ideea că participarea adulților la educație și formare este o condiție a competitivității economice și a coeziunii sociale, nu doar un instrument de recalificare individuală. Cinci ani mai târziu, Recomandarea Consiliului privind parcursurile de îmbunătățire a competențelor[2] a impus o schimbare de accent dinspre oferta generică de cursuri către un model personalizat, structurat în trei etape: evaluarea competențelor existente, o ofertă de învățare adaptată și flexibilă, precum și validarea și recunoașterea competențelor dobândite. Această arhitectură în trei pași rămâne, până astăzi, cel mai influent cadru teoretic pentru ceea ce numim, în titlul acestui articol, „strategie instituțională eficientă" în educația adulților.

La nivel teoretic, o strategie instituțională eficientă presupune, în esență, trei operațiuni distincte, dar interdependente: planificarea ofertei de curs pornind de la nevoile reale ale cursanților și ale pieței muncii locale, nu de la resursele deja disponibile ale furnizorului; asigurarea calității programelor printr-un mecanism de verificare externă și internă, nu doar prin autoevaluare declarativă; și adaptarea periodică a curriculumului, astfel încât competențele certificate să rămână relevante pe o piață a muncii aflată în schimbare rapidă. Fundamentul pedagogic al acestei abordări rămâne andragogia lui Malcolm Knowles[3], care a arătat că adultul învață eficient atunci când este tratat ca un actor autonom, capabil să își raporteze învățarea la o problemă concretă din propria viață profesională - principiu care, transpus la nivel instituțional, obligă furnizorii de educație a adulților să proiecteze oferta „de sus în jos", pornind de la piața muncii și de la profilul cursantului, iar nu invers.

Programul Erasmus+ a devenit, în acest peisaj, principalul instrument prin care instituțiile mici și mijlocii importă și exportă asemenea strategii, nu doar competențe individuale. Mobilitățile de tip job shadowing, parteneriatele de cooperare și proiectele de dezvoltare de curriculum finanțate prin acest program[4] permit unei organizații precum APDD Drăgășani să observe direct modul în care alte instituții europene rezolvă, practic, aceleași trei probleme (planificare, calitate, adaptare) și să transfere acasă nu materiale didactice, ci mecanisme instituționale de decizie.

---

[1]Rezoluția Consiliului privind o agendă europeană reînnoită pentru învățarea în rândul adulților, Jurnalul Oficial C 372, 20.12.2011, p. 1–6.

[2]Recomandarea Consiliului din 19 decembrie 2016 privind „Upskilling Pathways: New Opportunities for Adults" (2016/C 484/01), unul dintre actele legislative cheie ale „New Skills Agenda for Europe".

[3]Malcolm S. Knowles a introdus termenul de „andragogie" în pedagogia americană începând cu anii 1970, pentru a distinge principiile învățării la adulți de cele ale învățării la copii.

[4]Programul Erasmus+ finanțează, printre altele, mobilități de formare de tip job shadowing și parteneriate de cooperare între instituții de educație a adulților din state membre diferite.

În România, aceste trei operațiuni sunt reglementate printr-un cadru legal relativ rigid. Ordonanța Guvernului nr. 129/2000 privind formarea profesională a adulților[5] condiționează funcționarea oricărui furnizor de o autorizare prealabilă, acordată sub coordonarea Autorității Naționale pentru Calificări, iar conținutul programelor este ancorat în standarde ocupaționale elaborate și actualizate cu participarea comitetelor sectoriale- structuri tripartite în care angajatorii, sindicatele și statul negociază formal competențele cerute pe piața muncii. Este un model în care planificarea ofertei și adaptarea curriculumului trec, aproape întotdeauna, printr-o etapă de validare instituțională externă, ceea ce garantează un anumit standard minim, dar introduce și o inerție: revizuirea unui standard ocupațional este un proces administrativ lent, greu de sincronizat cu o piață a muncii locale, precum cea din Vâlcea, care se schimbă de la un an la altul.

Stagiul de job shadowing derulat la Istanbul, în cadrul centrelor de educație publică pentru adulți (Halk Eğitim Merkezi) și al unui liceu tehnic vocațional, a arătat un model complementar, mai puțin formalizat, dar la fel de riguros în practică. Planificarea ofertei de curs se face acolo printr-o consultare directă, aproape continuă, a angajatorilor locali și a foștilor cursanți, nu doar prin raportare la un standard național fixat anterior; calitatea programelor este verificată prin vizite instituționale încrucișate și prin comparație directă între centre, iar nu exclusiv prin audit administrativ; iar adaptarea curriculumului la nevoile pieței muncii se produce gradual, prin introducerea treptată a unor module digitale și mixte, fără a aștepta o revizuire oficială a întregii programe. Diferența esențială față de modelul românesc nu este una de rigoare, ci de ritm: flexibilitatea instituțională turcă permite o adaptare mai rapidă a ofertei, în timp ce standardizarea românească oferă o garanție mai solidă a recunoașterii și comparabilității certificatelor la nivel național.

Cele două modele nu se exclud, ci se pot completa. Pentru o organizație precum APDD, care activează într-un context legal similar celui românesc, dar la scară locală, în Drăgășani, concluzia teoretică și practică a acestei comparații este că strategia instituțională eficientă nu se reduce la respectarea formală a cadrului de autorizare, ci presupune, în plus, mecanisme proprii de ascultare a pieței muncii locale- consultarea periodică a angajatorilor și a absolvenților, comparația cu alte instituții similare și revizuirea graduală a modulelor de curs- care pot funcționa în interiorul cadrului legal existent, fără a-l contrazice. Este exact direcția pe care o recomandă, de altfel, și cadrul european: standarde comune, dar aplicare locală adaptată[6], iar programele de mobilitate precum Erasmus+ rămân, din această perspectivă, mai puțin un instrument de formare individuală și mai mult un laborator pentru testarea unor asemenea strategii instituționale, înainte ca ele să fie asumate la scară mai largă.

[5]OG 129/2000, republicată, condiționează funcționarea furnizorilor de formare profesională a adulților de autorizarea Autorității Naționale pentru Calificări (ANC) și de conformitatea programelor cu standardele ocupaționale în vigoare.

[6]Principiu reafirmat, printre altele, în Pilonul european al drepturilor sociale, care include dreptul la educație, formare și învățare pe tot parcursul vieții de calitate și incluzivă printre principiile sale cheie.

Este de remarcat, în acest context, meritul propriu al Asociației Pro Dezvoltare DACIA (APDD). Într-un oraș de dimensiunea Drăgășaniului, unde infrastructura instituțională dedicată educației adulților este, prin natura lucrurilor, redusă, APDD a reușit să construiască, prin resurse proprii și prin implicare constantă, o punte reală între comunitate și oportunitățile de formare pe care alte regiuni le au adesea la îndemână prin instituții mai mari. Participarea la un program de mobilitate Erasmus+ de asemenea anvergură, deschiderea de a observa critic două sisteme educaționale diferite și disponibilitatea de a traduce aceste observații în propuneri concrete pentru comunitatea locală spun, de la sine, ceva despre seriozitatea și ambiția asociației, calități care nu sunt frecvente în mediul asociativ mic din România și care merită recunoscute ca atare de comunitatea drăgășăneană.

Traducerea acestor observații teoretice în pași concreți presupune, pentru APDD, resurse pe care asociația le are deja. Un prim pas, realist pe termen scurt, ar fi introducerea unei consultări anuale, structurate, a angajatorilor locali din Drăgășani și a foștilor cursanți ai atelierelor organizate de asociație, un exercițiu simplu, de tipul celui observat la Istanbul, care ar permite ajustarea ofertei de curs înainte, pentru a nu își pierde relevanța. Un al doilea pas ar fi identificarea unei instituții partenere, în Vâlcea sau într-un județ vecin, cu care APDD să organizeze vizite reciproce de observare a metodelor de predare la clasele de adulți, după modelul vizitelor instituționale încrucișate practicate în centrele turce- un mecanism de asigurare a calității mai puțin costisitor decât un audit formal, dar la fel de eficient în practică. În fine, un al treilea pas, mai ambițios, ar fi pilotarea unui singur modul digital simplu, de pildă un chestionar online de evaluare la finalul fiecărui curs, care să ofere asociației, în timp, un istoric de date propriu despre nevoile cursanților, util atât pentru deciziile interne, cât și pentru viitoare cereri de finanțare. Niciunul dintre acești pași nu contrazice cadrul legal existent; dimpotrivă, îl completează, transformând APDD dintr-un simplu furnizor local de cursuri într-o organizație capabilă să își gândească strategic propria ofertă educațională.

Bibliografie

Consiliul Uniunii Europene, Rezoluția Consiliului privind o agendă europeană reînnoită pentru învățarea în rândul adulților, Jurnalul Oficial C 372, 20.12.2011.

Consiliul Uniunii Europene, Recomandarea Consiliului din 19 decembrie 2016 privind parcursurile de îmbunătățire a competențelor: noi oportunități pentru adulți (2016/C 484/01), Jurnalul Oficial C 484, 24.12.2016.

Knowles, M. S., Holton, E. F., Swanson, R. A., The Adult Learner, ediția a 8-a, Routledge, New York, 2015.

Comisia Europeană, Ghidul programului Erasmus+ 2026, Oficiul pentru Publicații al Uniunii Europene, Bruxelles, 2026.

Guvernul României, Ordonanța nr. 129/2000 privind formarea profesională a adulților, republicată, cu modificările ulterioare, Monitorul Oficial al României.

Dermen Erasmus Courses, Job Shadowing Programme – Adult Education Focused: Innovative Teaching, Inclusion & Lifelong Learning Practices, Istanbul, 3–12 mai 2026.

Autor: Alina-Mihaela Drăgușin, participant Job Shadowing „Learning through Observation and Hands-on Workplace Experience”

ÎNVĂȚÂND PRIN IMPLICARE – JOB SHADOWING ÎN SPRIJINUL INCLUZIUNII ȘI DIVERSITĂȚII



Participarea la mobilitatea de tip Job Shadowing desfășurată în Volos, Grecia, a reprezentat o experiență profesională și umană valoroasă, oferind posibilitatea de a observa în mod direct activitatea desfășurată în centre dedicate adulților și copiilor cu dizabilități intelectuale și fizice.

Din perspectiva unui cadru militar, această experiență a evidențiat faptul că valorile precum disciplina, responsabilitatea, respectul față de oameni, spiritul de echipă și adaptabilitatea sunt esențiale nu doar în mediul militar, ci și în domeniul educației și al incluziunii sociale.

Pe parcursul vizitelor au fost observate metode moderne de lucru, activități educative și terapeutice, precum și modalități prin care beneficiarii sunt sprijiniți să își dezvolte autonomia, abilitățile sociale și încrederea în propriile forțe. Interacțiunea dintre specialiști, educatori, terapeuți, voluntari și familii demonstrează importanța colaborării pentru crearea unui mediu incluziv și sigur, în care fiecare persoană este respectată și încurajată să participe activ la viața comunității.



Experiența a evidențiat rolul comunității locale în promovarea incluziunii și a diversității, precum și importanța schimbului de bune practici între profesioniști din domenii diferite. Pentru un cadru militar, observarea acestor activități a contribuit la dezvoltarea competențelor de comunicare, empatie, leadership și gestionare a situațiilor complexe, competențe care pot fi valorificate atât în activitatea profesională, cât și în relația cu societatea.



Participarea la activitățile desfășurate împreună cu beneficiarii a demonstrat că incluziunea nu reprezintă doar un concept teoretic, ci o realitate construită prin implicare, respect și cooperare. Mobilitatea Erasmus+ desfășurată în Volos a oferit oportunitatea de a înțelege modul în care educația adulților și serviciile destinate persoanelor cu dizabilități contribuie la dezvoltarea unei societăți mai echitabile și mai solidare, în care fiecare persoană beneficiază de șanse egale de participare și dezvoltare.

Autor: Aurel-Gabriel Buica, participant Job Shadowing : ,,Inclusion, Diversity and Community Engagement in Adult Education”

PROMOVAREA BUNELOR PRACTICI ÎN EDUCAȚIA INCLUZIVĂ – EXPERIENȚĂ ERASMUS+

Participarea la un curs de formare Erasmus+ dedicat incluziunii persoanelor cu dizabilități a reprezentat o oportunitate valoroasă de dezvoltare profesională și personală. În cadrul mobilității, au fost prezentate metode moderne de predare și strategii educaționale care urmăresc asigurarea accesului egal la educație pentru toți elevii, indiferent de nevoile lor.

Ca profesor de matematică și formator APDD, am avut ocazia să descopăr și să aplic bune practici care facilitează învățarea într-un mediu incluziv. Printre acestea se numără adaptarea materialelor didactice în funcție de particularitățile fiecărui cursant, utilizarea resurselor digitale accesibile, integrarea activităților interactive și promovarea învățării colaborative. Aceste metode contribuie la creșterea motivației cursanților și la dezvoltarea încrederii în propriile capacități.



Un aspect important al cursului a fost înțelegerea conceptului de proiectare universală a învățării (Universal Design for Learning – UDL), care încurajează diversificarea modalităților de prezentare a informației, de implicare a cursanților și de evaluare a progresului acestora. În predare, acest lucru poate însemna utilizarea reprezentărilor vizuale, a aplicațiilor digitale, a materialelor manipulative și a exercițiilor diferențiate, adaptate nivelului și ritmului de învățare al fiecărui adult cursant.

De asemenea, cursul a evidențiat importanța colaborării dintre formatori, specialiști, familie și comunitate în construirea unui climat educațional incluziv. Schimbul de experiență cu participanți din mai multe țări europene a oferit exemple concrete de bune practici și soluții inovatoare care pot fi adaptate și implementate în activitatea didactică. Cunoștințele și competențele dobândite în cadrul mobilității Erasmus+ vor fi valorificate prin diseminarea informațiilor în cadrul organizației, organizarea unor sesiuni de prezentare pentru colegi și integrarea strategiilor incluzive în procesul de lucru cu adulții din comunitate.



Scopul acestor demersuri este crearea unui mediu educațional accesibil, echitabil și motivant pentru toți participanții la curs. Participarea la acest curs Erasmus+ demonstrează încă o dată că educația incluzivă reprezintă o investiție în viitor, iar schimbul de bune practici la nivel european contribuie la dezvoltarea unei societăți moderne, deschise și orientate spre nevoile fiecărei persoane.

Autor: Alina-Maria Traistaru, participant Curs structurat: ,, Inclusive Digital Citizenship”

CETĂȚENIA DIGITALĂ INCLUZIVĂ – BUNE PRACTICI EUROPENE PENTRU INTEGRAREA ELEVILOR CU CES ÎN ȘCOALA ROMÂNEASCĂ

Participarea la cursul Erasmus+ „Inclusive Digital Citizenship”, desfășurat în Volos, Grecia, a reprezentat o experiență deosebit de valoroasă, oferind oportunitatea de a observa direct modul în care școlile și centrele educaționale sprijină persoane cu dizabilități și cerințe educaționale speciale. Activitățile au fost orientate spre incluziune, acces egal la educație și utilizarea tehnologiei ca instrument de dezvoltare personală și socială, demonstrând că fiecare persoană poate progresa atunci când beneficiază de metode adaptate și de un mediu educațional propice.



Experiența din Grecia a demonstrat că incluziunea nu presupune existența unor resurse extraordinare, ci schimbarea perspectivei asupra actului educațional și adaptarea permanentă a metodelor de predare la particularitățile fiecărui cursant. Una dintre cele mai valoroase practice observate a fost utilizarea tehnologiei digitale pentru personalizarea învățării. Tabletele, aplicațiile educaționale interactive, materialele vizuale și platformele digitale au fost folosite pentru a facilita comunicarea și învățarea participanților la curs, cu diferite tipuri de dificultăți. Accentul nu a fost pus pe tehnologie în sine, ci pe modul în care aceasta poate elimina barierele de învățare și poate oferi fiecărei persoane șansa de a participa activ la activitățile din clasă.

Un alt aspect care merită preluat în activitatea organizației APDD îl reprezintă colaborarea permanentă dintre profesori, psihologi, logopezi, terapeuți și familie. În instituțiile vizitate, incluziunea era rezultatul muncii unei echipe, în care fiecare specialist contribuia la dezvoltarea persoanei. Această abordare poate constitui un model și pentru școlile din România, unde succesul elevilor cu CES depinde în mare măsură de cooperarea dintre cadrele didactice, specialiști și părinți.

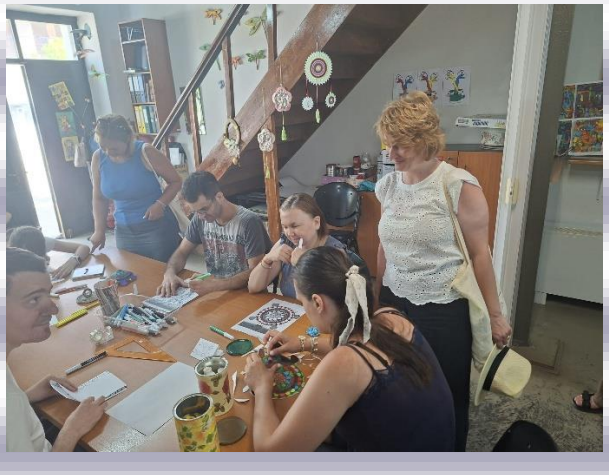
În cadrul activităților de formare s-a insistat asupra ideii că persoanele cu CES trebuie implicați în toate activitățile clasei, nu izolați sau tratați diferit. Adaptarea materialelor didactice, organizarea activităților pe echipe, utilizarea jocurilor educaționale și încurajarea colaborării între colegi au fost elemente constante în instituțiile vizitate. Aceste metode contribuie nu doar la dezvoltarea competențelor școlare, ci și la crearea unui climat bazat pe respect, empatie și acceptarea diversității.

O altă bună practică observată în Grecia a fost promovarea cetățeniei digitale încă de la vârste mici. Elevii erau învățați să utilizeze tehnologia în mod responsabil, să comunice respectuos în mediul online și să manifeste empatie față de ceilalți. Pentru copiii cu CES, aceste competențe sunt la fel de importante ca dezvoltarea competențelor academice, deoarece contribuie la integrarea lor socială și la creșterea autonomiei personale.



Experiența acumulată în cadrul cursului poate fi valorificată în activitatea APDD prin organizarea de ateliere dedicate incluziunii digitale, schimburi de bune practici între formatori, sesiuni de formare privind utilizarea instrumentelor digitale adaptate persoanelor cu CES și promovarea exemplelor de succes din școlile românești. Astfel de inițiative pot sprijini formatorii în identificarea unor soluții practice pentru integrarea tuturor cursanților și pentru crearea unui mediu educațional deschis, echitabil și orientat către nevoile fiecărei persoane.

Autor: Oana-Cornelia Buica, participant Curs structurat: „ Inclusive Digital Citizenship”









DINCOLO DE BOSFOR: LECȚII DESPRE O EDUCAȚIE CARE DESCHIDE UȘI

O experiență Erasmus+ de job shadowing în Istanbul. Când vorbim despre Istanbul, ne gândim adesea la Bosfor, la istorie și la întâlnirea dintre culturi. Pentru mine, însă, această călătorie a însemnat și întâlnirea cu o altă perspectivă asupra educației: una în care învățarea continuă la maturitate, iar diversitatea cursanților devine punctul de plecare al activității didactice.

În perioada 3–12 mai 2026, am participat în Turcia la o mobilitate Erasmus+ de tip job shadowing, dedicată inovației, incluziunii și învățării pe tot parcursul vieții. Experiența mi-a oferit posibilitatea de a observa activitatea unor centre de educație a adulților și școli profesionale și de a reflecta asupra felului în care practicile întâlnite pot inspira propria activitate.

A învăța la maturitate înseamnă a porni de la experiență. Una dintre cele mai valoroase dimensiuni ale programului a fost observarea relației dintre professor/formator și cursant. În educația adulților, fiecare persoană vine cu un parcurs diferit, cu experiențe, așteptări și nevoi proprii. Acest lucru cere flexibilitate și o atenție constantă la felul în care este construită învățarea.

Am urmărit metode de predare adaptate unor grupuri eterogene, strategii de menținere a motivației și modalități de corelare a formării cu cerințele pieței muncii. Aceste observații m-au făcut să reflectez la o întrebare esențială: cât de bine răspunde ceea ce predăm nevoilor reale ale celor care învață?



Pentru un adult, utilitatea unei competențe poate conta decisiv. Legătura dintre conținut și viața de zi cu zi, dintre exercițiu și activitatea profesională, oferă învățării sens și susține implicarea.

Incluziunea se vede în participare. Programul a depășit spațiul sălii de clasă. Participarea la festivaluri de robotică și codare, precum și la evenimente dedicate cursanților cu nevoi speciale, mi-a oferit ocazia de a observa educația în relație directă cu comunitatea. Aceste experiențe au adus în prim-plan valoarea participării. Incluziunea capătă sens atunci când oamenii au ocazia să se implice, să își exprime abilitățile și să își găsească locul într-o activitate comună.

În acest context, platformele digitale și instrumentele de inteligență artificială au deschis o reflecție despre rolul tehnologiei în educație. Valoarea lor trebuie căutată în sprijinul pe care îl pot oferi învățării și în posibilitatea de a răspunde unor nevoi diferite. Pentru mine, aceasta a fost una dintre ideile importante ale mobilității: inovația educațională începe cu înțelegerea persoanei care învață.

Ce se află în spatele unei activități reușite? Am avut posibilitatea să analizez și aspecte mai puțin vizibile ale activității educaționale: managementul instituțional, planificarea curriculară și mecanismele de asigurare a calității.

Observarea lor a completat experiența din sala de clasă. O activitate reușită are în spate obiective clare, organizare și preocuparea de a evalua și îmbunătăți ceea ce se face. Aceste dimensiuni merită aceeași atenție ca metodele de predare.

De la observație la idei pentru acasă. Sesiunile de schimb de bune practici, atelierele de micro-predare și discuțiile despre transferul experiențelor au oferit timp pentru reflecție. Am putut privi din nou ceea ce observasem și identifica ideile relevante pentru propriul context.



Transferul unei bune practici presupune adaptare: la participanți, la resurse și la obiective. Tocmai acest proces face experiența de job shadowing valoroasă. Observi, întrebi, compari și îți reconsideri propriile alegeri profesionale.

La festivitatea de certificare din 12 mai 2026, am simțit că închei o etapă de învățare care va continua și după întoarcere. Am revenit cu exemple concrete, strategii și întrebări care merită duse mai departe.

Istanbulul mi-a rămas în memorie și prin aceste întâlniri profesionale. Dincolo de Bosfor, am descoperit lecții despre o educație care poate deschide uși la orice vârstă — atunci când îi oferă fiecărui om motive și posibilități de a continua să învețe.

Autor: Carmen Daniela Popescu, participant Job Shadowing: ,,Learning through Observation and Hands-on Workplace Experience"







CÂND LECȚIA PRINDE VIAȚĂ: IDEI PENTRU EDUCAȚIE, DESCOPERITE LA ISTANBUL

Cum putem transforma o lecție într-o experiență care trezește curiozitatea și îi implică activ pe cei care învață? Această întrebare a căpătat pentru mine noi răspunsuri la Istanbul, în perioada 3–12 mai 2026, când am participat la cursul Erasmus+ „Innovative Approaches to Teaching (in Adult and School Education)".

Mobilitatea a fost o ocazie de a explora tehnologii și metode pedagogice, dar și de a reconsidera felul în care proiectăm învățarea. Dincolo de atractivitatea unui instrument digital, am căutat să înțeleg ce poate aduce acesta unei lecții și cum poate răspunde nevoilor elevilor sau ale cursanților adulți.

De la instrumente digitale la alegeri pedagogice. Programul a îmbinat inteligența artificială, realitatea augmentată și realitatea virtuală cu metode precum Design Thinking, gamificarea și clasa inversată — *Flipped Classroom*. Atelierele practice ne-au oferit posibilitatea să explorăm platforme de colaborare, aplicații interactive, modele tridimensionale și medii simulate.

Pentru mine, provocarea a fost să trec de la întrebarea „Ce poate face această aplicație?" la „Cum mă poate ajuta să construiesc o activitate de învățare relevantă?". Am explorat utilizarea inteligenței artificiale pentru personalizarea instruirii, crearea de conținut adaptat și evaluarea automată. Aceste activități mi-au oferit idei pentru pregătirea materialelor didactice și, în același timp, motive de reflecție asupra rolului profesorului: alegerea, verificarea și adaptarea resurselor rămân esențiale.

Concepte care pot fi văzute și explorate. Activitățile dedicate realității augmentate și realității virtuale au adus o altă perspectivă asupra predării. Am explorat felul în care modele 3D și medii simulate pot transforma concepte abstracte în experiențe vizuale. Această posibilitate m-a făcut să reflectez la situațiile în care o explicație ar putea fi completată prin explorare. Uneori, schimbarea perspectivei, observarea unui model sau interacțiunea cu un mediu virtual pot oferi un punct de pornire pentru întrebări și discuții. Am reținut însă că experiența trebuie legată de un obiectiv clar. O activitate captivantă devine valoroasă educațional atunci când îi ajută pe participanți să înțeleagă, să compare și să aplice ceea ce învață.

Istanbulul, dincolo de sala de curs. O dimensiune aparte a mobilității a fost explorarea patrimoniului cultural prin storytelling digital. Traseele care au inclus Süleymaniye, Bazarul de Condimente, Turnul Galata și croaziera pe Bosfor au oferit contexte pentru a privi orașul și ca spațiu de învățare. Legătura dintre locuri, povești și instrumente digitale a deschis posibilități de construire a unor activități educaționale pornind de la mediul înconjurător. Experiența mi-a sugerat că resursele pentru o lecție pot fi găsite și în afara manualului: în patrimoniul local, în comunitate și în întrebările pe care le provoacă o întâlnire cu un loc nou.

Idei transformate în planuri de lecție

Pe parcursul cursului, am lucrat la scenarii didactice care integr au gândirea critică, colaborarea și competențele secolului XXI. Metodele explorate ne-au încurajat să pornim de la nevoile celor care învață și să proiectăm activități în care aceștia au un rol activ. Sesiunile

de mentorat, prezentările proiectelor și evaluările între colegi au fost importante pentru dezvoltarea ideilor. Feedbackul primit ne-a ajutat să privim materialele din alte perspective și să le transformăm în planuri de lecție concrete.

Am apreciat în mod deosebit această trecere de la explorarea instrumentelor la proiectarea unei activități complete. Ea a făcut legătura dintre experiența internațională și ceea ce putem aplica în propria practică.

Ce aduc acasă din această experiență? La încheierea programului, pe 12 mai 2026, am plecat din Istanbul cu instrumente digitale, planuri de lecție și o perspectivă mai largă asupra posibilităților de predare. Mai ales, am revenit cu dorința de a alege mai atent: ce metodă servește obiectivului, ce resursă facilitează înțelegerea și ce activitate îi oferă fiecărui participant ocazia să contribuie.



Pentru mine, aceasta este valoarea unei experiențe Erasmus+: ideile întâlnite devin puncte de pornire pentru schimbări în propria activitate. Iar o lecție prinde cu adevărat viață atunci când curiozitatea, participarea și relația umană își găsesc locul în felul în care învățăm împreună.

Autor: Malina Alexandra Nicolaescu, participant Curs structurat: „Innovative Approaches to Teaching (in Adult Education and School Education”





INOVAȚIE ÎN EDUCAȚIE PRIN PROGRAMUL ERASMUS+: EXPERIENȚA UNEI MOBILITĂȚI DE FORMARE LA ISTANBUL

În cadrul programului Erasmus+, Asociația Pro Dezvoltare DACIA (APDD) a participat, în perioada 3–12 mai 2026, la cursul internațional de formare „Innovative Approaches to Teaching (in Adult and School Education)", desfășurat la Istanbul, Turcia. Mobilitatea a reunit participanți din mai multe state europene și a avut ca obiectiv dezvoltarea competențelor necesare integrării tehnologiilor digitale și a metodelor inovatoare în educația adulților și în educația școlară.

Programul de formare a oferit o perspectivă complexă asupra transformării digitale în educație, punând accent pe utilizarea Inteligenței Artificiale (AI), Realității Augmentate (AR) și Realității Virtuale (VR) pentru proiectarea unor experiențe de învățare interactive, personalizate și adaptate cerințelor societății actuale. Structura cursului a îmbinat prezentările teoretice cu ateliere practice, activități colaborative, simulări și exerciții de proiectare educațională, oferind participanților posibilitatea de a experimenta direct metode moderne de predare și învățare.

Pe parcursul activităților au fost abordate teme esențiale pentru educația contemporană, precum dezvoltarea competențelor secolului XXI, învățarea colaborativă și cooperativă, Project-Based Learning, Flipped Classroom, Design Thinking, gamificarea și activitățile de *outdoor learning*. De asemenea, au fost prezentate modalități de integrare a inteligenței artificiale în procesul educațional, atât pentru elaborarea materialelor didactice, cât și pentru personalizarea procesului de învățare și evaluare. Participanții au explorat aplicații de realitate augmentată și virtuală, platforme digitale colaborative și instrumente dedicate feedbackului și reflecției asupra procesului de învățare, toate având ca scop creșterea implicării și motivației cursanților.



Un element definitoriu al mobilității a fost dimensiunea internațională a învățării. Activitățile desfășurate în echipe multiculturale au facilitat schimbul de bune practici între participanți și au evidențiat diversitatea abordărilor educaționale existente la nivel european. Totodată, vizitele culturale și activitățile de *digital storytelling* au demonstrat modul în care patrimoniul cultural poate fi valorificat ca resursă educațională și integrat în procesele de învățare.

Participarea la acest curs a oferit oportunitatea descoperirii unor metode și instrumente cu aplicabilitate directă în activitatea Asociației Pro Dezvoltare DACIA (APDD). Printre acestea se numără utilizarea aplicațiilor bazate pe inteligență artificială pentru elaborarea materialelor educaționale și adaptarea conținutului la nevoile participanților, integrarea activităților colaborative și a învățării prin proiecte în sesiunile de formare, utilizarea

elementelor de gamificare pentru creșterea motivației și implicării beneficiarilor, precum și valorificarea platformelor digitale pentru comunicare, colaborare, evaluare și feedback.

Experiența acumulată va fi valorificată în cadrul activităților desfășurate de APDD prin dezvoltarea unor programe de formare mai interactive, mai dinamice și mai bine adaptate nevoilor grupurilor țintă. Noile competențe dobândite vor contribui la diversificarea metodelor utilizate în proiectele educaționale ale asociației, la integrarea unor instrumente digitale inovatoare și la promovarea unui proces de învățare centrat pe participant. În același timp, informațiile și bunele practici dobândite în cadrul mobilității vor fi diseminate în organizație și valorificate în viitoarele proiecte europene, contribuind la consolidarea capacității instituționale și la dezvoltarea unei culturi organizaționale orientate spre inovare, colaborare și învățare continuă.



Participarea la această mobilitate Erasmus+ a reprezentat o investiție în dezvoltarea profesională și organizațională a Asociației Pro Dezvoltare DACIA. Accesul la metode inovatoare, tehnologii educaționale emergente și exemple de bune practici din alte sisteme de educație consolidează capacitatea organizației de a dezvolta activități educaționale relevante și de calitate, adaptate provocărilor societății contemporane.

Experiența de la Istanbul a demonstrat că inovarea în educație nu înseamnă doar utilizarea unor tehnologii moderne, ci și dezvoltarea unei culturi a colaborării, creativității și învățării continue. Transferul cunoștințelor și al competențelor dobândite în cadrul acestei mobilități va sprijini dezvoltarea viitoarelor proiecte ale APDD și va contribui la consolidarea dimensiunii europene a organizației, în beneficiul comunității și al tuturor celor implicați în procesul educațional.

Autor: Andreea-Teodora Drăgușin, participant Curs structurat: ,,Innovative Approaches to Teaching (in Adult Education and School Education"



ERASMUS+ LA SHUMEN: ÎNVĂȚARE PRIN OBSERVAȚIE, SCHIMBARE PRIN COLABORARE

Job shadowing în domeniul educației adulților și al instituțiilor de sprijin. Cum răspund alte instituții nevoilor adulților care învață? Cum sunt sprijinite persoanele care întâmpină dificultăți și ce putem învăța din experiența profesioniștilor dintr-o altă țară? Mobilitatea Erasmus+ de tip job shadowing desfășurată la Shumen, Bulgaria, a oferit participanților ocazia de a explora aceste întrebări prin observație directă și dialog. Experiența a adus în prim-plan educația adulților și activitatea instituțiilor de sprijin, oferind perspective asupra legăturii dintre învățare, incluziune și nevoile comunității.



A observa pentru a înțelege. Job shadowing-ul oferă acces la activitatea cotidiană a unei instituții: la modul în care profesioniștii lucrează, colaborează și răspund provocărilor. Valoarea acestei forme de învățare se construiește prin întrebări, comparații și reflecție asupra practicilor observate. La Shumen, întâlnirile și discuțiile cu specialiștii au completat observarea activităților din instituțiile gazdă. Participanții au descoperit abordări ale procesului educațional, forme de sprijin acordate beneficiarilor și exemple de colaborare între profesioniști și instituții. Acest contact direct a creat oportunitatea de a privi propria activitate dintr-o perspectivă nouă: ce funcționează în contextul nostru, ce poate fi îmbunătățit și ce idei ar merita adaptate?



În centrul educației se află persoana. O dimensiune importantă a mobilității a fost reflecția asupra relației dintre educație și sprijinul individual. Adulții care învață au experiențe, motivații și nevoi diferite. Înțelegerea acestora este esențială pentru construirea unor oportunități de participare relevante. Respectul, empatia și atenția acordată fiecărei persoane dau sens metodelor și procedurilor. În acest context, instituțiile de sprijin au un rol important: pot contribui la depășirea barierelor și la apropierea beneficiarilor de resursele educaționale și sociale de care au nevoie. Experiența de la Shumen a oferit un cadru pentru a înțelege mai bine aceste legături și pentru a reflecta asupra felului în care colaborarea instituțională poate susține comunități mai incluzive.

Întâlnirea cu un alt context cultural. Descoperirea orașului Shumen a completat programul profesional. Contactul cu spațiul local, cultura și tradițiile a adăugat mobilității o dimensiune interculturală și a oferit ocazia de a înțelege mai bine contextul în care funcționează instituțiile vizitate. O experiență europeană de învățare se construiește și prin aceste întâlniri. Dialogul cu oameni care lucrează într-un alt mediu ne ajută să recunoaștem atât diferențele de abordare, cât și preocupările comune: accesul la educație, participarea și sprijinirea celor care au nevoie de oportunități suplimentare.

Idei care pot continua acasă. Una dintre mizele unei mobilități Erasmus+ este valorificarea experienței după întoarcere. Practicile observate pot deveni puncte de pornire pentru discuții cu colegii, pentru revizuirea unor activități sau pentru dezvoltarea unor colaborări. Adaptarea lor presupune atenție la nevoile beneficiarilor și la resursele disponibile. Tocmai această reflecție face ca schimbul de experiență să poată produce efecte în comunitatea de origine.

Mobilitatea de la Shumen a fost o ocazie de învățare profesională și de apropiere între oameni preocupați de educație și incluziune. Participanții au avut posibilitatea să observe, să întrebe și să descopere idei pe care să le ducă mai departe.

Prin astfel de experiențe, colaborarea europeană capătă un sens concret: ceea ce învățăm împreună poate contribui la îmbunătățirea activității pe care o desfășurăm acasă.

Autor: Ivanus Nicoleta-Natalia, participant Job Shadowing: „Job Shadowing in Adult Education and Support Institutions”



COMUNITATEA SE ÎNVAȚĂ: DE LA EDUCAȚIA ADULȚILOR LA PRIMII PAȘI AI CETĂȚENIEI ACTIVE

Experiență Erasmus+ la Shumen, Bulgaria, 18–25 iunie 2026. Cum îi încurajăm pe oameni să se implice în comunitate? Și cum putem cultiva, încă din copilărie, respectul, cooperarea și responsabilitatea față de ceilalți? Participarea la cursul internațional „Community Engagement and Active Citizenship in Adult Education", desfășurat în perioada 18–25 iunie 2026, la Shumen, Bulgaria, mi-a oferit ocazia să reflectez asupra acestor întrebări și să descopăr idei relevante pentru propria activitate didactică. Deși programul a avut în centru educația adulților, experiența m-a încurajat să privesc legătura dintre învățare și participarea comunitară de-a lungul întregii vieți. Disponibilitatea de a asculta, de a colabora și de a contribui la binele comun se construiește treptat, prin experiențele pe care le trăim alături de ceilalți.



Cetățenia activă, exersată prin participare. Pe parcursul cursului, am abordat teme precum implicarea comunitară, incluziunea, responsabilitatea socială și învățarea pe tot parcursul vieții. Activitățile practice, lucrul în echipă și metodele nonformale ne-au oferit posibilitatea de a explora aceste teme prin participare directă. Discuțiile și schimbul de experiențe ne-au încurajat să analizăm situații reale și să căutăm soluții împreună. Am putut reflecta astfel asupra felului în care educația îi poate ajuta pe oameni să își exprime punctele de vedere, să înțeleagă nevoile celor din jur și să își asume un rol în comunitate. Pentru mine, această abordare a evidențiat valoarea învățării prin experiență. Colaborarea capătă sens atunci când fiecare participant are ocazia să contribuie, să fie ascultat și să observe rezultatul efortului comun.



Perspective diferite, valori commune. Întâlnirea cu participanți din alte țări și contexte educaționale a fost una dintre dimensiunile valoroase ale mobilității. Dialogul intercultural a adus perspective noi asupra educației și implicării comunitare și a creat un cadru pentru compararea experiențelor profesionale. Dincolo de diferențe, am regăsit preocupări comune și valori care ne apropie: respectul, incluziunea, colaborarea și solidaritatea. Acest schimb mi-a oferit ocazia să îmi reconsider propriile abordări și să privesc diversitatea ca pe o resursă pentru învățare. Descoperirea culturii și a specificului local din Shumen a completat experiența profesională, adăugând un context concret întâlnirilor și discuțiilor din timpul cursului.

Legătura cu educația timpurie. O întrebare importantă pentru mine a fost cum pot valorifica principiile cursului în activitatea cu copiii. Educația timpurie oferă numeroase ocazii de a exersa cooperarea, exprimarea ideilor și grija față de ceilalți, într-un mod potrivit

vârstei. Activitățile de grup pot deveni contexte în care copiii învață să asculte, să împartă responsabilități și să contribuie la un rezultat comun. Grija pentru mediul înconjurător, respectarea unor reguli stabilite împreună sau încurajarea fiecărui copil să își exprime opinia pot susține aceste deprinderi. Privesc aceste posibilități ca pe direcții de aplicare a celor învățate. Adaptarea lor cere atenție la nevoile copiilor și la felul în care aceștia înțeleg lumea: prin joc, explorare și relații directe.

De la formare la practica de zi cu zi. Am revenit din Shumen cu idei noi și cu motivația de a crea experiențe educaționale care încurajează participarea. Cunoștințele dobândite pot susține o activitate didactică în care colaborarea și implicarea au un loc firesc, iar contribuția fiecăruia este recunoscută. Participarea la acest curs mi-a oferit timp pentru învățare, reflecție și dialog. Mi-a reamintit și că relația cu o comunitate începe prin gesturi accesibile: a asculta, a ajuta, a respecta și a lucra împreună.

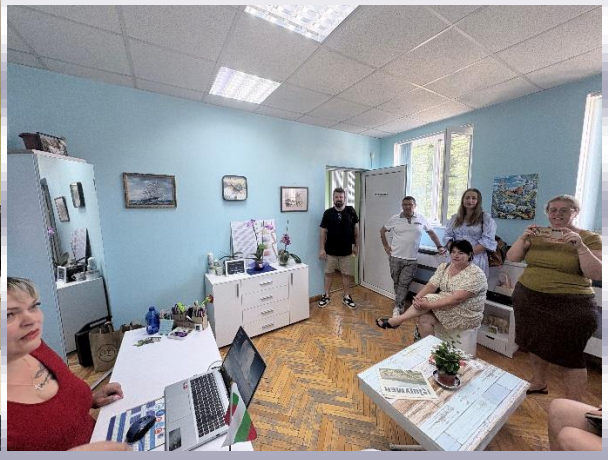
Experiența mi-a consolidat convingerea că educația adulților poate susține cetățenia activă prin crearea unor contexte de dialog și participare. Atunci când experiența fiecăruia este recunoscută, iar contribuțiile sunt încurajate, învățarea devine o resursă pentru dezvoltarea personală și pentru viața comunității.





Autor: Elena Iuliana Popa, participant Curs structurat: „ Community Engagement and Active Citizenship in Adult Education”





MAI ÎNTÂI CURSANTUL, APOI TEHNOLOGIA: LECȚII DINTR-O EXPERIENȚĂ

Zece zile de formare, trei instrumente digitale și o idee care mi-a rămas în minte: o activitate educațională reușită începe cu nevoile persoanei care învață. Aceasta este una dintre lecțiile cu care am revenit din Istanbul, unde, în perioada 3–12 mai 2026, am participat la un curs Erasmus+ destinat formatorilor din domeniul educației adulților. Mobilitatea mi-a oferit ocazia să explorez utilizarea inteligenței artificiale în educație, să lucrez alături de alți profesioniști și să descopăr idei pe care le pot valorifica în activitatea Asociației Pro Dezvoltare DACIA – APDD Drăgășani.

Instrumente noi, întrebări esențiale. În timpul cursului, am lucrat cu AI și Kahoot, explorând posibilități de creare a materialelor și de organizare a unor activități interactive. Am descoperit cum instrumentele digitale pot accelera pregătirea resurselor educaționale, inclusiv prin realizarea unor materiale într-un timp foarte scurt. Această experiență practică a venit însă cu o întrebare importantă: cât de bine răspunde materialul creat nevoilor cursanților? În educația adulților, participanții aduc experiențe, obiective și niveluri diferite de familiaritate cu tehnologia. Pentru mine, folosirea unui instrument digital trebuie să pornească de la înțelegerea acestor diferențe. Un material are valoare atunci când este clar, relevant și potrivit celor care îl vor utiliza.

Lecția care mi-a schimbat perspectiva. Mesajul pe care l-am reținut cel mai bine a fost: „Pornește de la problema cursantului, nu de la butonul calculatorului.” Această idee mi-a oferit un reper pentru alegerea metodelor și a resurselor. Înainte de a decide ce aplicație să folosim, avem nevoie să înțelegem ce dorește persoana să învețe, unde întâmpină dificultăți și ce fel de sprijin îi poate fi util. Tehnologia poate ajuta la pregătirea unei activități, dar formatorul îi dă direcție. El selectează, verifică și adaptează materialele, le pune în legătură cu experiența cursanților și creează spațiu pentru întrebări și dialog.

Învățarea prin colaborare. O parte valoroasă a mobilității a fost întâlnirea cu oameni din Turcia, pe care i-am descoperit creativi și plini de energie. Am schimbat idei, am lucrat împreună în fiecare zi și, treptat, am devenit o echipă. Colaborarea a completat ceea ce învățam despre instrumentele digitale. Discuțiile ne-au permis să comparăm abordări și să privim aceeași provocare din perspective diferite. Pentru mine, aceste întâlniri au arătat cât de mult poate contribui schimbul de experiență la dezvoltarea profesională. Am revenit cu trei instrumente noi, două parteneriate și numeroase idei pentru APDD — rezultate pe care doresc să le transform în resurse și oportunități de învățare pentru adulți.

Istanbulul ca spațiu de descoperire. Formarea s-a desfășurat într-un centru din apropierea Bosforului, iar vizitele la centre comunitare din Șișli au completat programul. Aceste experiențe mi-au oferit ocazia să cunosc și alte spații în care oamenii se întâlnesc și învață. Am apreciat întâlnirea dintre modern și tradițional, prezentă în felul în care am descoperit Istanbulul. Orașul a oferit un cadru cultural bogat unei experiențe profesionale bazate pe deschidere și colaborare.

Ce duc mai departe. Pentru mine, valoarea acestei mobilități se va regăsi în felul în care folosesc ceea ce am învățat: în materiale adaptate, activități care încurajează participarea și colaborări care pot aduce idei noi în educația adulților.

Experiența de la Istanbul mi-a consolidat un principiu simplu: oamenii rămân în centrul educației. Instrumentele digitale sunt utile atunci când ne ajută să îi înțelegem și să îi sprijinim mai bine. Cu acest reper, am revenit la APDD cu mai multă încredere și cu dorința de a pune ideile în practică.

Autor: Petruta Ionita, participant Curs structurat: ,,Innovative Approaches to Teaching (in Adult Education and School Education"









EXPERIENȚA MEA DE JOB SHADOWING ÎN SHUMEN, BULGARIA

În perioada 17–26 iunie 2026, am participat la o activitate de Job Shadowing în Shumen, Bulgaria, în cadrul proiectului European Training 5. Timp de zece zile am avut ocazia să descopăr activitatea unor instituții locale și să observ diferite metode folosite în educația non-formală și în lucrul cu oamenii din comunitate.

Primele activități au avut loc la EvroPro Training Center. Aici am participat la exerciții de cunoaștere, lucru în echipă, brainstorming și reflecție. Am înțeles mai bine cât de important este ca oamenii dintr-un grup să comunice și să se simtă confortabil să își spună ideile. Atmosfera creată în timpul activităților ne-a ajutat și pe noi să ne cunoaștem mai bine și să lucrăm împreună.





O metodă interesantă pentru mine a fost Resource Mapping. Prin această activitate am încercat să identificăm ce resurse există într-o comunitate: instituții, persoane, locuri, organizații, tradiții sau alte lucruri care pot fi folosite pentru a dezvolta activități. Mi s-a părut o metodă practică, care poate fi folosită și în comunitatea noastră atunci când pregătim proiecte sau activități locale.

În timpul mobilității am vizitat mai multe instituții din Shumen. Una dintre acestea a fost Casa de Cultură Boyan Penev 1949. Acolo am văzut spațiile în care se organizează activități pentru copii și tineri și am aflat mai multe despre programele de muzică, dans, canto, lectură și activități creative. Mi-a plăcut faptul că cei mici sunt încurajați să își descopere talentele și să participe la viața culturală a comunității.



Am vizitat și un centru care oferă sprijin copiilor cu nevoi speciale. Această vizită a fost diferită de celelalte și ne-a ajutat să vedem cât de important este ca fiecare copil să primească sprijin în funcție de nevoile sale. Am observat activități educative și

creative și am discutat despre integrarea copiilor și despre colaborarea dintre specialiști, familie și școală.

Un alt lucru care mi-a plăcut a fost faptul că am putut vedea activități pentru persoane de vârste diferite. Am vizitat case de cultură, dar și Clubul Pensionarilor, unde am descoperit cum sunt implicați seniorii în viața comunității. Am întâlnit și un grup vocal de seniori care păstrează și promovează muzica tradițională de aproape 50 de ani. A fost un exemplu frumos despre cum tradițiile pot fi transmise mai departe și cum oamenii pot rămâne activi indiferent de vârstă.





Pe parcursul programului am discutat și despre discriminare, stereotipuri și comunicare. Am lucrat pe diferite situații și am participat la exerciții de role-play. Aceste activități ne-au pus în situația de a ne gândi cum putem reacționa atunci când cineva este discriminat sau când apar remarci nepotrivite. Consider că astfel de exerciții pot fi folosite cu ușurință și în activitățile cu tineri sau adulți.

Cele zece zile petrecute în Shumen au fost pentru mine o experiență utilă, atât personal, cât și profesional. Am cunoscut oameni noi, am văzut alte moduri de lucru și am descoperit activități pe care le putem adapta și în cadrul APDD.



Din această experiență am învățat că nu este nevoie întotdeauna de activități complicate pentru a implica oamenii. Uneori, lucrul în echipă, comunicarea, activitățile creative și posibilitatea de a participa activ pot avea rezultate foarte bune. Mă întorc din Bulgaria cu idei noi și cu o imagine mai clară despre modul în care educația non-formală poate aduce oamenii împreună și poate contribui la dezvoltarea unei comunități.

Autor: Maria-Mirabela Filipoiu, participant Job Shadowing: „Job Shadowing in Adult Education and Support Institutions”

JOB SHADOWING IN ADULT EDUCATION AND SUPPORT INSTITUTIONS

De la observare la schimbare: experiență de Job Shadowing în Shumen, Bulgaria. În perioada 17–26 iunie 2026, am participat la o mobilitate de tip Job Shadowing desfășurată în Shumen, Bulgaria, în cadrul proiectului European Training 5, beneficiar fiind APDD – Asociația Pro Dezvoltare DACIA din Drăgășani. Activitatea a avut ca scop observarea unor bune practici în domeniul educației non-formale, incluziunii sociale, implicării comunitare și dezvoltării competențelor prin metode participative.



Experiența a început la EvroPro Training Center, unde accentul a fost pus pe cunoașterea grupului, construirea unei comunități de învățare și înțelegerea diferenței dintre un simplu grup de participanți și o comunitate activă. Prin exerciții de team-building, reflecție, lucru în echipă și brainstorming, am observat cât de important este ca participanții să se simtă implicați, ascultați și valorizați. Activitățile au demonstrat că un mediu sigur, deschis și cooperant poate stimula învățarea și poate încuraja exprimarea liberă a ideilor.

Un element important al mobilității a fost explorarea resurselor comunitare prin metoda Resource Mapping. Această abordare ne-a ajutat să privim comunitatea nu doar prin prisma nevoilor sale, ci și prin prisma potențialului existent: oameni, instituții, spații, tradiții, parteneri și inițiative locale care pot fi mobilizate pentru dezvoltare. Pentru activitatea APDD, această metodă poate fi foarte utilă în planificarea proiectelor locale și în identificarea unor soluții pornind de la resursele deja existente în Drăgășani.



Pe parcursul celor zece zile, am vizitat mai multe instituții culturale, educaționale și comunitare din Shumen. La Casa de Cultură Boyan Penev 1949, am observat activități dedicate copiilor și tinerilor, precum muzică, dans, lectură, canto și activități creative. Diversitatea spațiilor și rezultatele obținute de copii au evidențiat rolul educației non-formale în dezvoltarea talentelor, a încrederii în sine și a participării active la viața culturală.



O altă vizită semnificativă a fost la un centru de sprijin pentru copii cu nevoi speciale, unde am observat importanța serviciilor adaptate și a sprijinului individualizat. Centrul oferă copiilor

un mediu sigur, activități educaționale și creative, dar și sprijin pentru integrarea în procesul educațional. Această experiență a subliniat rolul empatiei, răbdării și colaborării dintre specialiști, școală, familie și comunitate.





Dimensiunea culturală și intergenerațională a fost prezentă și în vizitele la casele de cultură și la Clubul Pensionarilor. Activitățile dedicate seniorilor, copiilor și membrilor comunității au arătat că socializarea, cultura și tradițiile pot contribui la reducerea izolării sociale și la consolidarea relațiilor dintre generații. Un moment memorabil a fost întâlnirea cu un grup vocal de seniori, care promovează muzica tradițională de aproape 50 de ani, demonstrând că patrimoniul cultural poate deveni un instrument puternic de coeziune socială.

În cadrul mobilității au fost abordate și teme precum discriminarea, stereotipurile și comunicarea incluzivă. Prin scenarii și exerciții de tip role-play, am analizat situații concrete și modalități de reacție în fața remarcilor ofensatoare, hărțuirii sau comportamentelor discriminatorii. Aceste metode sunt ușor de adaptat în activitățile educaționale cu tineri, adulți și voluntari, deoarece oferă participanților ocazia de a exersa reacții constructive într-un cadru sigur. Experiența de Job Shadowing din Shumen a reprezentat o oportunitate valoroasă de învățare și reflecție profesională. Am observat metode simple, dar eficiente, care pot fi transferate în activitatea APDD: energizere, lucru în grup, reflecție, evaluare, ateliere creative, activități intergeneraționale, educație interculturală și implicarea comunității în inițiative locale.



Această mobilitate a arătat că schimbarea începe de multe ori prin observare atentă, dialog și deschidere către exemplele altor comunități. Lecția principală pe care o aducem acasă este că o comunitate se construiește prin participare, colaborare, incluziune și valorificarea resurselor locale. Pentru APDD, experiența din Shumen oferă inspirație pentru activități viitoare care să sprijine educația non-formală, solidaritatea și implicarea activă în comunitatea din Drăgășani

Autor: Claudia-Nicoleta Trandafir, participant Job Shadowing: „Job Shadowing in Adult Education and Support Institutions”

IMPLICARE COMUNITARĂ ȘI CETĂȚENIE ACTIVĂ – EXPERIENȚA MEA DE FORMARE ÎN SHUMEN, BULGARIA

În perioada 18–25 iunie 2026, am participat la cursul „Community Engagement and Active Citizenship in Adult Education”, organizat de EvroPro Training Center în Shumen, Bulgaria, în cadrul proiectului „European Training 5”, beneficiar fiind Asociația Pro Dezvoltare DACIA (APDD) din Drăgășani.



Cele opt zile de formare au reprezentat pentru mine o experiență de învățare foarte utilă, în care am îmbinat activitățile teoretice cu metode non-formale, exerciții practice, vizite de studiu și întâlniri cu reprezentanți ai unor instituții locale. Am avut astfel ocazia să descopăr noi modalități prin care putem încuraja participarea comunitară, cetățenia activă, incluziunea și dialogul intercultural.

De la grup la comunitate. În prima parte a cursului am participat la activități de orientare, cunoaștere și construire a grupului. Am făcut exerciții de cooperare, jocuri de cunoaștere, energizare și brainstorming și am discutat despre diferența dintre un simplu grup de persoane și o comunitate.



Am înțeles mai bine cât de importante sunt încrederea, implicarea și responsabilitatea comună. Una dintre ideile care mi-au rămas în minte a fost aceea că participarea reală apare atunci când oamenii simt că aparțin unui grup și că opinia și contribuția lor contează.

În cea de-a doua zi am lucrat pe tema valorilor comune, a motivației personale și a resurselor comunitare. Am realizat exercițiul „Resource Mapping”, prin care am identificat resurse umane, sociale și materiale existente chiar în comunitatea din Drăgășani.

Această activitate mi-a arătat că, atunci când vrem să dezvoltăm o inițiativă, este important să nu pornim doar de la problemele comunității, ci și de la ceea ce există deja și poate fi valorificat. La APDD putem folosi această metodă pentru a identifica mai ușor parteneri, voluntari, beneficiari și alte resurse utile proiectelor noastre.



Educație non-formală prin cultură și creativitate

Pe parcursul cursului am făcut și mai multe vizite de studiu. Am vizitat o instituție cultural-educațională în care se desfășoară activități de

lectură, muzică, dans, balet, canto și instrumente muzicale.

Am putut observa rezultatele obținute de copii, tineri și adulți și am văzut cum activitățile artistice îi pot ajuta să își dezvolte creativitatea, disciplina, încrederea în sine și capacitatea de exprimare.

Pentru mine, această experiență a fost un bun exemplu despre modul în care arta poate fi folosită nu doar pentru petrecerea timpului liber, ci și ca instrument de educație și incluziune. Este o abordare pe care o putem adapta și în activitățile desfășurate de APDD.

Incluziunea înseamnă sprijin concret O altă experiență importantă a fost vizita la un centru de sprijin pentru copii cu nevoi speciale. Am observat activitățile desfășurate cu beneficiarii și atenția acordată fiecărei persoane. M-a impresionat atmosfera caldă și modul în care activitățile erau adaptate nevoilor individuale. Interacțiunea cu beneficiarii mi-a confirmat că incluziunea reală nu înseamnă doar să permitem unei persoane să participe, ci să îi oferim sprijinul de care are nevoie pentru a putea participa cu adevărat. Am înțeles încă o dată cât de importante sunt respectul, empatia, răbdarea și colaborarea dintre specialiști, familie, școală și comunitate.





Tradiții, seniori și dialog între generații. Am vizitat și o casă de cultură dintr-o comunitate cu populație romă, unde am cunoscut un grup vocal de seniori cu o activitate îndelungată. Am ascultat cântece tradiționale și am discutat despre păstrarea și transmiterea tradițiilor. Această întâlnire mi-a arătat cât de important poate fi rolul seniorilor în comunitate și cum tradițiile pot deveni un instrument de coeziune socială și dialog intercultural.

Am văzut că muzica, poveștile și experiențele personale pot crea legături între generații și pot contribui la păstrarea identității unei comunități. Astfel de activități pot fi adaptate și la APDD, prin întâlniri și ateliere comune pentru copii, tineri și seniori.

Colaborarea pentru dezvoltarea comunității. În cadrul cursului am avut ocazia să observ și modul în care organizațiile, instituțiile și administrația locală pot colabora pentru dezvoltarea unei comunități.



Prin vizitele și discuțiile organizate am înțeles că domenii precum educația, cultura, turismul, ecologia și proiectele europene pot fi conectate și pot contribui împreună la dezvoltarea locală.

Întâlnirea cu un reprezentant al administrației locale a fost deosebit de interesantă pentru mine, deoarece mi-a oferit o imagine concretă asupra colaborării instituționale. Am realizat că o organizație locală trebuie să lucreze în rețea și să își conecteze activitățile cu nevoile și direcțiile de dezvoltare ale comunității.

Diversitate, stereotipuri și gândire critică. În ultima parte a cursului am participat la activități despre diversitate culturală, stereotipuri și prejudecăți. Am analizat scenarii practice și am discutat despre modul în care prejudecățile pot influența deciziile și comportamentul nostru.

Aceste exerciții mi-au arătat cât de important este să creăm un mediu în care fiecare persoană să poată participa și să fie respectată. Am discutat, de asemenea, despre reflecția critică, evaluarea activităților și modalitățile prin care putem transfera ceea ce am învățat în activitatea organizației.



Ce aduc cu mine la APDD. La finalul celor opt zile, consider că mi-am dezvoltat competențele în mai multe domenii: facilitare participativă, planificarea activităților comunitare, incluziune și diversitate, dialog intercultural, evaluare și reflecție critică, precum și transferul și diseminarea rezultatelor. Experiența din Shumen nu se încheie odată cu întoarcerea acasă. Mi-am propus să transfer ceea ce am învățat în activitatea APDD. Printre primele acțiuni se numără organizarea unei sesiuni de prezentare pentru colegii mei, adaptarea exercițiului de cartografiere a resurselor pentru voluntari și beneficiari și integrarea activităților de dialog intercultural și reflecție critică în proiectele viitoare.



Pentru mine, cursul „Community Engagement and Active Citizenship in Adult Education” a fost o experiență valoroasă de dezvoltare profesională și, în același timp, o oportunitate de a privi comunitatea dintr-o perspectivă nouă. Am revenit cu metode, idei și exemple concrete pe care le putem adapta la realitatea din Drăgășani.

Am înțeles, mai ales, că o comunitate activă nu se construiește doar prin proiecte, ci prin oameni care se implică, comunică și colaborează. Iar rolul nostru, ca organizație, este să creăm cât mai multe contexte în care această implicare să devină posibilă.

Autor: Viorel Trandafir, participant Curs structurat: „ Community Engagement and Active Citizenship in Adult Education”

ÎNVĂȚARE PRIN OBSERVAȚIE: O EXPERIENȚĂ ERASMUS+ LA ISTANBUL

În perioada 3–12 mai 2026, am participat la Istanbul, Turcia, la programul Erasmus+ „Job Shadowing – Learning through Observation and Hands-on Workplace Experience”, organizat de DERMEN BILISIM A.S., în domeniul educației adulților.

Pe parcursul celor zece zile, am avut ocazia să observ activități educaționale la Sisli Istanbul Borsa Public Education Centre, Dermen Bilisim IT și Rustü Uzel High School. Am urmărit metode de predare adaptate adulților, tehnici de motivare și modalități de organizare a învățării pentru persoane cu experiențe și nevoi diferite.



Observarea relației dintre formatori și cursanți a fost deosebit de relevantă. În educația adulților, experiența personală și profesională a fiecărui participant poate deveni o resursă pentru întregul grup. Această perspectivă m-a încurajat să reflectez asupra importanței dialogului și a activităților care le permit cursanților să contribuie cu propriile cunoștințe.

Un aspect important al programului a fost legătura dintre incluziune și utilizarea tehnologiei. Observarea instrumentelor digitale și discuțiile despre inteligența artificială și tehnologiile AR/VR au oferit perspective asupra felului în care acestea pot sprijini participarea și învățarea. Activitățile dedicate managementului instituțional și formării profesionale au completat înțelegerea modului în care sunt construite programele pentru adulți.

Participarea la evenimente dedicate roboticii, codării și persoanelor cu nevoi educaționale speciale a completat observațiile din instituțiile gazdă. Aceste întâlniri au oferit



ocazia de a reflecta asupra diversității beneficiarilor și asupra rolului educației în crearea unor oportunități de implicare.Sesiunile zilnice de reflecție și dialogul cu mentorii au permis analizarea practicilor observate și identificarea unor idei care pot fi adaptate în organizația de origine. Schimbul de bune practici și activitățile de micro-predare au făcut legătura dintre observație și aplicare, iar elaborarea unui plan de diseminare a oferit o direcție pentru valorificarea experienței după întoarcere.



Această mobilitate mi-a oferit ocazia să privesc propria activitate dintr-o perspectivă nouă. Am revenit cu idei pentru o educație a adulților mai accesibilă, mai participativă și mai apropiată de nevoile reale ale cursanților. Doresc să valorific cele învățate prin împărtășirea experienței cu colegii și prin adaptarea metodelor observate la contextul în care lucrez.

Experiența de la Istanbul mi-a arătat cât de valoroasă este întâlnirea cu alte moduri de a organiza învățarea. Uneori, o discuție cu un formator sau observarea unei activități poate deschide o perspectivă pe care nu o luasem în considerare. Duc mai departe această deschidere, cu convingerea că dezvoltarea profesională continuă prin întrebări, colaborare și disponibilitatea de a învăța din experiența celorlalți. Pentru cei care lucrează în educația adulților, propriul exemplu de învățare pe tot parcursul vieții poate fi una dintre cele mai convingătoare surse de inspirație.

Autor: Walter-Eugen Ivanus, participant Job Shadowing: „Learning through Observation and Hands-on Workplace Experience”

PAUZA DINTRE EMOȚIE ȘI RĂSPUNS

O experiență Erasmus+ despre gestionarea conflictelor în educația adulților. O discuție se încinge. Cineva ridică vocea, altcineva se retrage, iar grupul așteaptă reacția formatorului. Într-un asemenea moment, felul în care răspundem poate schimba direcția întregii întâlniri. Această situație, familiară în lucrul cu oamenii, exprimă una dintre temele centrale ale cursului „Conflict Management and Emotional Intelligence for Enhancing Positive Relationships”, desfășurat la Milano, în perioada 5–14 august 2026, de C.A.D.E.P. Euro Training Form, în cadrul proiectului European Training 5 al APDD.

Pentru mine, programul a fost o invitație de a privi mai atent ceea ce se întâmplă înaintea unui răspuns: emoția, interpretarea și impulsul de a reacționa. În educația adulților, participanții aduc experiențe de viață diferite, așteptări și preocupări care influențează relațiile din grup. Formatorul are nevoie să înțeleagă aceste perspective și să își recunoască propriile reacții. Exercițiile de autocunoaștere, ascultare activă și autoreglare au oferit ocazia de a explora tocmai acest spațiu dintre emoție și acțiune. O scurtă pauză, atenția la respirație sau o întrebare de clarificare pot deveni puncte de sprijin pentru un răspuns mai atent.

Un reper important a fost comunicarea nonviolentă, construită în jurul observațiilor, sentimentelor, nevoilor și cererilor. Diferența poate fi înțeleasă printr-un exemplu simplu. În loc de „Nu mă asculți niciodată”, putem spune: „Când sunt întrerupt înainte să îmi închei ideea, mă simt frustrat. Am nevoie să mă pot exprima. Putem vorbi pe rând?”. O astfel de formulare face mai clară problema și deschide posibilitatea unui dialog.

Prin jocuri de rol, simulări și exerciții de mediere, programul a adus aceste idei în situații apropiate de activitatea cu adulții. Am reflectat asupra modului în care putem gestiona tensiunile, încuraja exprimarea opiniilor și crea un cadru în care participanții se simt respectați, inclusiv atunci când nu sunt de acord.

Partea practică a cursului a urmărit pregătirea a patru ateliere pentru comunitatea APDD: „Emoțiile mele, alegerea mea”, „Vorbim fără să rănim”, „Eu contez” și „Împreună găsim soluții”. Temele lor leagă autoreglarea emoțională de comunicare, încredere în sine și participare comunitară. Proiectarea, exersarea și revizuirea activităților au oferit o direcție concretă pentru transferul celor învățate în educația adulților.



Ceea ce duc mai departe din această experiență este atenția la calitatea relațiilor. Un dezacord poate scoate la lumină o nevoie neexprimată sau o perspectivă pe care nu am ascultat-o suficient. Înainte de a căuta soluția, merită să înțelegem ce încearcă fiecare persoană să spună.

La Milano, am învățat să acord mai multă valoare acelei pauze dinaintea răspunsului. În ea putem găsi răbdarea de a asculta și libertatea de a alege cuvinte care păstrează deschisă conversația.

Autor: Ionel Arapalea, participant Curs structurat: „Conflict Management and Emotional Intelligence for Enhancing Positive Relationships”

IMPLICAREA COMUNITĂȚII ȘI CETĂȚENIA ACTIVĂ ÎN EDUCAȚIA ADULȚILOR

Participarea la cursul „Community Engagement and Active Citizenship in Adult Education”, desfășurat în Bulgaria, în perioada 18–25 iunie 2026, în cadrul proiectului European Training 5, mi-a oferit ocazia de a reflecta asupra rolului educației adulților în dezvoltarea comunităților. Am înțeles mai bine cum învățarea, dialogul și colaborarea pot sprijini oamenii să participe la viața locală și să contribuie la rezolvarea problemelor comune.

Comunitatea, un spațiu de învățare. Una dintre ideile importante ale cursului a fost legătura dintre educație și realitatea cotidiană. Adulții vin la activități cu experiențe profesionale, cunoștințe practice și perspective diferite. Aceste resurse pot fi valorificate atunci când învățarea pornește de la situații care îi privesc direct: accesul la servicii, îngrijirea spațiilor comune, protecția mediului sau relațiile dintre membrii comunității.



Pentru mine, această abordare evidențiază importanța ascultării participanților. Formatorul/facilitatorul creează cadrul de lucru, dar obiectivele și soluțiile se construiesc împreună cu adulții.

Cetățenia activă începe cu participarea. Cetățenia activă presupune cunoașterea drepturilor și responsabilităților, exprimarea opiniilor și implicarea în deciziile care influențează viața comunității. Ea se manifestă și prin gesturi concrete: formularea unei propuneri, participarea la o consultare, sprijinirea unui vecin sau organizarea unei inițiative locale.

Metodele participative abordate în cadrul cursului, precum World Café, Open Space, Fishbowl și dezbaterea structurată, oferă posibilități de a aduce perspective diferite în aceeași discuție. Prin întrebări clare și schimb de experiență, adulții pot identifica nevoi comune și pot analiza soluții.

De la învățare la acțiune. Pornind de la tematica formării, consider că o aplicație potrivită este organizarea unei inițiative de îngrijire a unui spațiu comun, sub titlul „Cartierul nostru, responsabilitatea noastră”.

Adulții pot identifica o zonă în care se acumulează deșeuri, pot discuta cauzele și pot planifica o intervenție. Împărțirea responsabilităților, comunicarea cu serviciul de salubritate și invitarea vecinilor devin ocazii de învățare practică.

La final, reflecția este esențială: ce am reușit, cum am colaborat și ce trebuie făcut pentru ca rezultatul să se mențină? Astfel, o acțiune punctuală poate deschide un dialog despre responsabilitatea individuală și sprijinul necesar din partea instituțiilor.

Incluziunea înseamnă posibilitatea de a contribui. O comunitate participativă trebuie să ofere spațiu și persoanelor care întâmpină dificultăți de transport, timp, comunicare sau încredere în sine. Pentru a încuraja implicarea, activitățile trebuie organizate în locuri accesibile, la ore potrivite și cu explicații ușor de înțeles.

Contribuțiile pot lua forme diferite. O persoană poate participa la planificare, alta la informarea vecinilor, iar alta la intervenția practică. Important este ca fiecare să fie ascultat și să poată avea un rol potrivit posibilităților sale.

Ce putem valorifica în activitatea APDD. Experiența cursului oferă repere pentru dezvoltarea unor activități în care adulții identifică probleme, iau decizii și acționează împreună. Colaborarea cu instituții locale, biblioteci, spații culturale și alte organizații poate susține aceste inițiative și continuitatea lor.

Pentru mine, mesajul central este că educația adulților poate transforma experiența individuală într-o resursă pentru comunitate. Prin dialog, incluziune și implicare, oamenii își pot dezvolta încrederea și capacitatea de a contribui la schimbări în locul în care trăiesc.

Autor: Victoria Sidonia Vărzaru, participant Curs structurat: „ Community Engagement and Active Citizenship in Adult Education”



DIN CULISELE FORMĂRII: IDEI ȘI PRACTICI PENTRU EDUCAȚIA ADULȚILOR

Un curs începe, aparent, în momentul în care formatorul întâlnește participanții. În realitate, calitatea lui se construiește cu mult înainte: atunci când sunt identificate nevoile oamenilor, sunt alese obiectivele și sunt pregătite condițiile în care învățarea poate avea loc. Iar activitatea continuă după ultima întâlnire, prin evaluarea rezultatelor și prin sprijinirea participanților să folosească ceea ce au învățat. Această perspectivă asupra întregului proces de formare a fost în centrul experienței mele de job shadowing îm Italia.

În perioada 5–14 august 2026, am participat la mobilitatea „Job-Shadowing Adult Education Staff", găzduită de C.A.D.E.P. Euro Training Form, în cadrul proiectului Erasmus+ European Training 5, implementat de Asociația Pro Dezvoltare DACIA – APDD Drăgășani. Programul a urmărit trei direcții relevante pentru activitatea organizației: proiectarea și evaluarea formării adulților, orientarea și recalificarea profesională, precum și construirea parteneriatelor locale.

Experiența mi-a oferit posibilitatea să urmăresc procesele din spatele activităților educaționale, să analizez instrumente de lucru și să discut cu mentorul despre raționamentul unor alegeri metodologice. Am privit fiecare etapă și prin prisma unei întrebări: ce ar putea fi util pentru adulții din comunitățile în care lucrează APDD?

Să înțelegem nevoia înainte de a propune soluția. Una dintre primele teme ale mobilității a fost analiza nevoilor de formare. Chestionarele, interviurile și grilele de evaluare pot ajuta o organizație să înțeleagă ce competențe doresc oamenii să dezvolte, dar și ce îi împiedică să participe. Pentru mine, această etapă a evidențiat importanța ascultării: o ofertă educațională relevantă trebuie construită pornind de la situația concretă a beneficiarilor.

În educația adulților, aceeași temă poate avea semnificații diferite pentru fiecare persoană. Cineva urmărește găsirea unui loc de muncă, altcineva dorește să își actualizeze competențele, iar o altă persoană are nevoie să își recapete încrederea în propria capacitate de a învăța. Nivelul de pregătire, experiența profesională și barierele de participare influențează felul în care ar trebui organizat programul. Pornind de la aceste observații, activitățile dedicate proiectării cursurilor au făcut legătura dintre nevoia identificată și structura formării. Obiectivele, competențele urmărite, metodele, durata și materialele trebuie să formeze un ansamblu coerent. Mi s-a părut deosebit de utilă abordarea modulară, care permite organizarea învățării în etape clare și adaptarea activităților la ritmul participanților.

Această perspectivă este relevantă pentru APDD, unde programele pentru adulți trebuie să țină cont de diversitatea comunității. Un instrument de proiectare bine construit poate susține atât consecvența activităților, cât și flexibilitatea necesară pentru a răspunde unor nevoi diferite.

Recalificarea profesională și încrederea de a începe din nou. O altă componentă a programului a fost observarea activităților de orientare și recalificare profesională pentru adulți. Atenția s-a îndreptat către metodele de facilitare, materialele utilizate și modalitățile de susținere a motivației persoanelor aflate în căutarea unui loc de muncă sau într-un proces de reconversie.

Schimbarea profesională poate presupune incertitudine și efort. Pentru un adult care revine la formare după o perioadă îndelungată, participarea la un curs poate însemna și confruntarea cu teama de a greși sau cu îndoiala că va reuși. Din această perspectivă, relația cu formatorul și felul în care sunt organizate activitățile merită o atenție deosebită. Discuțiile cu mentorul au oferit un cadru pentru compararea practicilor observate cu realitatea din Drăgășani și județul Vâlcea. Transferul presupune să înțelegem de ce funcționează o metodă și ce adaptări sunt necesare pentru beneficiarii noștri. Limbajul, complexitatea sarcinilor și legătura cu situațiile practice pot influența accesibilitatea unei activități.

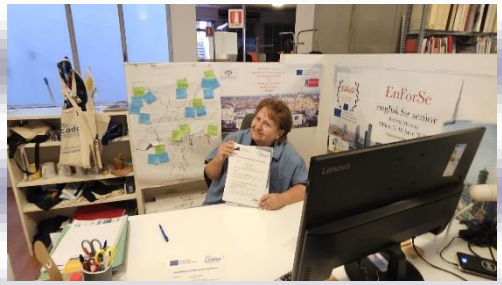
La fel de importantă este evaluarea. Un chestionar de satisfacție poate arăta cum au perceput participanții cursul, însă analiza rezultatelor trebuie să urmărească și competențele dobândite. Autoevaluarea, observația și indicatorii de progres pot contribui la o imagine mai clară asupra învățării și asupra aspectelor care necesită îmbunătățire.

O organizație educațională are nevoie de o rețea. Mobilitatea a adus în atenție și rolul parteneriatelor cu instituții, centre de formare și companii. O organizație poate proiecta activități valoroase, dar colaborarea locală o ajută să ajungă la beneficiari și să conecteze formarea cu oportunități concrete. Analizarea modelului de parteneriat a evidențiat importanța obiectivelor comune și a responsabilităților clare. Fiecare partener trebuie să înțeleagă ce poate oferi și cum contribuie la rezultatul urmărit. Pentru APDD, această direcție poate sprijini dezvoltarea unei rețele locale în care educația adulților este susținută prin resurse și competențe complementare.

Discuțiile despre finanțare au completat perspectiva instituțională. Identificarea unor surse de sprijin dincolo de Erasmus+ poate contribui la continuitatea programelor. O hartă a oportunităților, construită în funcție de eligibilitate și de obiectivele organizației, poate deveni un instrument de planificare.

Din observații, instrumente pentru activitatea de acasă. Programul a urmărit dezvoltarea a șase instrumente pentru APDD: o fișă de analiză a nevoilor, un model de proiectare a cursurilor, o fișă de evaluare a rezultatelor, un model de protocol de parteneriat, o hartă a oportunităților de finanțare și un plan individual de transfer. Valoarea acestor instrumente stă în utilizarea lor. Planul de transfer a oferit cadrul pentru stabilirea unor acțiuni, termene și responsabilități, cu perspectiva aplicării în primele trei luni după mobilitate. Împărtășirea experienței cu echipa și partenerii locali poate transforma învățarea individuală într-o resursă pentru organizație.

Cele zece zile de la Milano mi-au oferit o înțelegere mai atentă a muncii care susține un program educațional. Dincolo de activitatea vizibilă din sala de formare există ascultare, planificare, colaborare și evaluare. Duc mai departe această perspectivă cu dorința de a contribui la programe prin care adulții din comunitatea noastră să găsească sprijin pentru a învăța, a se adapta și a construi noi posibilități pentru viitor.



Autor: Anca Arapalea, participant : „ Job-Shadowing Adult Education Staff”

DE LA IDEI LA INIȚIATIVE CU IMPACT SOCIAL

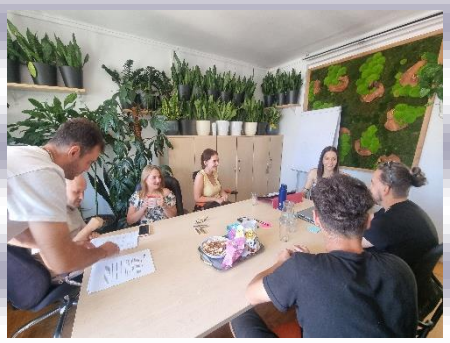
În perioada 19–24 august 2026, am participat la mobilitatea de job shadowing „Social Innovation and Community Integration in Adult Education”, organizată de O.A.ZA. – Održiva Alternativa ZAjednici, Zagreb, Croația, în cadrul proiectului European Training 5 al Asociației Pro Dezvoltare DACIA.



Experiența mi-a oferit o perspectivă asupra legăturii dintre educația adulților, inițiativele sociale și dezvoltarea comunității. Observarea activității unei organizații permite înțelegerea modului în care o idee este susținută prin planificare, resurse și colaborare.

Un reper al programului a fost OAZA Joyful Kitchen, un model de antreprenoriat social care leagă activitatea economică de sustenabilitate și sprijinul comunitar. Acest exemplu m-a încurajat să reflectez asupra posibilităților de valorificare a priceperilor existente în comunitățile noastre.

O adaptare posibilă în mediul rural este un atelier de croitorie, în care adulții cu experiență să contribuie la repararea și modificarea hainelor și să transmită aceste priceperi altor persoane. Inițiativa poate combina învățarea practică, reutilizarea materialelor și explorarea unor oportunități de activitate profesională.



Pentru dezvoltarea unei asemenea idei, primul pas este consultarea comunității. Trebuie să aflăm ce servicii sunt necesare, cine dorește să învețe și ce persoane pot oferi sprijin. Urmează verificarea spațiului, a echipamentelor și a costurilor. Un atelier-pilot ar permite evaluarea interesului și a resurselor înainte de extindere.

Componenta educațională este esențială: adulții pot învăța operațiuni de croitorie, dar și organizarea sarcinilor, colaborarea și comunicarea cu beneficiarii. Persoanele care au o pricepere dobândită prin muncă sau experiență personală pot deveni resurse de învățare pentru ceilalți.

Pentru mine, valoarea acestei mobilități constă în înțelegerea faptului că o inițiativă socială pornește de la o nevoie reală și se construiește împreună cu oamenii. Experiența din Croația oferă repere pentru adaptare, iar aplicarea locală trebuie să țină cont de posibilitățile și interesele comunității.

Autor: Andreea-Mihaela Bălașa, participant Job-Shadowing : ,,Social Innovation and Community Integration in Adult Education”

ÎNVĂȚAREA ADULȚILOR SE CONSTRUIEȘTE ÎMPREUNĂ CU COMUNITATEA

Mobilitatea de job shadowing „Social Innovation and Community Integration in Adult Education”, desfășurată la O.A.ZA., Zagreb, Croația, în perioada 19–24 august 2026, a reprezentat pentru mine o oportunitate de a analiza modul în care o organizație conectează educația, implicarea comunitară și parteneriatele locale.

Activitatea a avut loc în cadrul proiectului European Training 5, implementat de Asociația Pro Dezvoltare DACIA. Programul a urmărit organizarea inițiativelor comunitare, incluziunea adulților, colaborarea dintre instituții și utilizarea resurselor pentru învățare.

Una dintre ideile pe care le consider importante este că un program educațional are nevoie de legături cu viața oamenilor. Înainte de alegerea temelor și metodelor, trebuie să înțelegem ce își doresc adulții, ce experiențe au și ce le poate îngreuna participarea.

Colaborarea dintre organizații, instituții și locuitori poate aduce resurse complementare: spații, persoane cu experiență, informații și posibilități de sprijin. Totuși, un parteneriat devine util atunci când contribuțiile sunt clare și răspund unei nevoi concrete.

Programul mobilității a inclus și mecanismele de recrutare, pregătire și integrare a voluntarilor. Pentru activitatea APDD, această componentă poate fi valorificată prin clarificarea rolurilor de sprijin în atelierele pentru adulți. Voluntarii pot ajuta la pregătirea materialelor, organizare și participare, sub coordonarea formatorului/facilitatorului.

Incluziunea trebuie urmărită pe tot parcursul activității. Un adult care participă rar la formare poate avea nevoie de o invitație personală, explicații accesibile sau timp suplimentar pentru exercițiu. Experiența sa trebuie recunoscută, iar contribuția încurajată.

Job shadowingul presupune și reflecție: ce putem adapta, ce resurse avem și cum verificăm utilitatea unei schimbări? Jurnalul de observație și planul de transfer ajută la transformarea ideilor în pași concreți.

Experiența din Zagreb mi-a consolidat perspectiva că educația adulților este susținută de relații, încredere și colaborare. Atunci când oamenii participă la construirea activităților, învățarea devine mai relevantă și poate contribui la dezvoltarea comunității.

Autor: Grigorie Andrei-Ionuț, participant Job-Shadowing: ,,Social Innovation and Community Integration in Adult Education”



EDUCAȚIA ECOLOGICĂ ÎNCEPE CU CEEA CE OBSERVĂM ÎN JURUL NOSTRU

În perioada 19–23 august 2026, am participat la mobilitatea de job shadowing „Green Transition & Sustainability Education in Adult Education”, organizată de O.A.ZA., Zagreb, Croația, în cadrul proiectului European Training 5 al Asociației Pro Dezvoltare DACIA.

Programul a urmărit educația pentru sustenabilitate, metodele de învățare în aer liber și implicarea comunității în protecția mediului. Pentru mine, această experiență a evidențiat importanța legării temelor ecologice de situații pe care adulții le întâlnesc în viața cotidiană.

O componentă a mobilității a fost analizarea metodelor din programul Oasis for Kids, bazate pe grădini educaționale și învățare experiențială, din perspectiva adaptării lor pentru adulți. O grădină, un parc sau o curte pot deveni spații de observare, dialog și învățare, atât în mediul rural, cât și în cel urban.

Pornind de aici, o aplicație posibilă este utilizarea fișei „Observăm, înțelegem, protejăm”. Participanții analizează un spațiu familiar: cum este folosită apa, ce se întâmplă cu deșeurile, cum este îngrijită vegetația și ce forme de viață pot observa.

Discuția urmărește legătura dintre situațiile identificate și comportamentele oamenilor. O pierdere de apă, deșeurile abandonate sau deteriorarea unei zone plantate oferă puncte de plecare pentru înțelegerea responsabilității față de mediu. Sunt recunoscute și practicile bune pe care comunitatea le aplică deja.

După observare, grupul poate alege o îmbunătățire realizabilă, stabilind responsabilitățile și momentul verificării. Unele acțiuni pot fi realizate de locuitori, iar altele necesită colaborarea cu administratorii spațiului sau cu instituțiile competente.

Rolul formatorului/facilitatorului este să sprijine înțelegerea și participarea. Adulții contribuie cu experiența lor, compară practici și identifică schimbări potrivite propriilor posibilități.

Experiența din Croația mi-a arătat că educația pentru mediu poate deveni mai apropiată de oameni prin observare directă și acțiune comună. Conștientizarea capătă valoare atunci când este urmată de alegeri responsabile și de implicare în protejarea comunității.

Autor: Darius Florin Lică participant Job-Shadowing: „Green Transition & Sustainability Education in Adult Education”





PARTEA A II-A – DE LA EXPERIENȚĂ LA PRACTICĂ

Metode, instrumente și aplicații pentru educația adulților

ÎNCEPEM CU CEEA CE ȘTIM
ANCORAREA ÎN EXPERIENȚĂ – O METODĂ PRACTICĂ PENTRU EDUCAȚIA ADULȚILOR

În cadrul mobilității de job shadowing desfășurate în Turcia, în perioada 3–12 mai 2026, participanții au explorat practici de educație a adulților bazate pe valorificarea experiențelor personale. Una dintre metodele consemnate în observațiile din mobilitate a fost ancorarea în experiență, prin care introducerea unui conținut nou pornește de la întrebări despre situații trăite de cursanți. Răspunsurile acestora oferă puncte de sprijin pentru explicațiile și activitățile următoare.



Fișa de mai jos propune o adaptare a acestei metode pentru activitățile de educație a adulților organizate de Asociația Pro Dezvoltare DACIA.

FIȘĂ DE ACTIVITATE: „O SITUAȚIE, MAI MULTE SOLUȚII”

Scop: conectarea temei de învățare cu experiențele reale ale participanților.
Cui se adresează: adulților care participă la activități de educație nonformală, inclusiv grupurilor cu niveluri diferite de pregătire.
Durată orientativă: 25–35 de minute.
Materiale: foi, pixuri și o tablă sau un flipchart. Participanții pot răspunde și oral.
Ce urmărim?
La finalul activității, participanții vor putea:

- să identifice o experiență personală relevantă pentru tema discutată;
- să compare soluții și perspective diferite;
- să lege un concept nou de o situație concretă;
- să aleagă o idee pe care să o aplice în viața cotidiană.

Pregătirea activității

Formatorul alege o întrebare simplă, legată de tema întâlnirii. Aceasta trebuie să permită răspunsuri din viața obișnuită, fără să presupună cunoștințe de specialitate.

Pentru o sesiune despre comunicare, întrebarea poate fi:*„Gândiți-vă la o situație în care a fost dificil să vă faceți înțeles. Ce ați încercat și ce s-a întâmplat?”*

Participanții sunt invitați să aleagă o situație pe care se simt confortabil să o împărtășească, fără nume sau detalii personale sensibile.

Cum se desfășoară?

1. Pornim de la o experiență — 5 minute

Fiecare participant reflectează individual și notează câteva cuvinte: situația, reacția sa și rezultatul. Cine preferă poate păstra răspunsul pentru discuția orală.

2. Ascultăm o altă perspectivă — 7 minute

În perechi, participanții își prezintă pe rând exemplele. Persoana care ascultă poate întreba: „Ce te-a ajutat?” sau „Ce ai încerca diferit acum?”.

3. Căutăm punctele comune — 8 minute

În grup, formatorul adună ideile pe flipchart. Pentru tema comunicării, pot apărea: ascultarea, claritatea mesajului, tonul vocii, presupunerile sau nevoia de a cere explicații.

4. Introducem instrumentul nou — 5 minute

Formatorul prezintă un concept relevant pentru exemplele oferite. De pildă, verificarea înțelegerii prin întrebarea: „Am înțeles corect că…?”. Participanții discută cum ar fi putut folosi această formulare în situațiile descrise.

5. Alegem un pas concret — 5 minute

Fiecare completează propoziția: *„Data viitoare când întâmpin o situație asemănătoare, voi încerca să…”*

Reflecție și evaluare

Discuția finală poate porni de la trei întrebări:

- Ce ai descoperit pornind de la propria experiență?
- Ce idee a unui coleg ți-a oferit o perspectivă nouă?
- În ce situație ai putea folosi ceea ce ai învățat astăzi?

Recomandări pentru formator

Oferiți posibilitatea de a participa prin scris, vorbire sau un exemplu ipotetic. Evitați să transformați experiențele povestite în răspunsuri „corecte” și „greșite”. Folosiți-le pentru a explora opțiuni și pentru a introduce conținutul nou.

Ce rămâne după activitate?

Grupul construiește o listă de strategii pornind de la situații reale, iar fiecare participant formulează un pas personal de aplicare. La următoarea întâlnire, această alegere poate deveni punctul de plecare al unei noi discuții: „Ce ai încercat și ce ai observat?”.

Sursa metodei: fișele de observație completate de paricipanți, în cadrul mobilității de job shadowing din Turcia, 3–12 mai 2026. Pașii, durata și exemplul de comunicare sunt propuneri de adaptare pentru activitățile APDD.

ÎNVĂȚAREA ÎNCEPE CU UN OBIECTIV

PLANUL INDIVIDUAL DE ÎNVĂȚARE – DE LA O NEVOIE PERSONALĂ LA PAȘI CONCREȚI

În același grup, un participant poate avea nevoie să capete încredere, altul să exerseze o abilitate, iar altul să găsească o soluție pentru o situație de la locul de muncă. O temă comună de formare poate răspunde acestor nevoi dacă oferă spațiu pentru obiective și ritmuri diferite.

În cadrul mobilității de job shadowing desfășurate în Turcia, în perioada **3–12 mai 2026**, observațiile participanților au evidențiat utilizarea **planului individual de învățare** și a unor modalități variate de evaluare: orală, practică și prin portofoliu. Aceste practici oferă adulților posibilitatea de a-și urmări progresul și de a demonstra ceea ce au învățat în forme potrivite obiectivelor lor.

Pornind de la aceste observații, propunem un instrument pentru activitățile de educație a adulților organizate de Asociația Pro Dezvoltare DACIA.

FIȘĂ PRACTICĂ • PLANUL MEU DE ÎNVĂȚARE



Domeniu: educația adulților – stabilirea obiectivelor și urmărirea progresului
Durată: aproximativ 30 de minute pentru elaborare, cu reveniri pe parcursul formării
Organizare: lucru individual și dialog cu formatorul
Materiale: fișa de lucru și un pix; opțional, o versiune digitală

Scopul activității:
Sprijinirea fiecărui participant să identifice o nevoie de învățare, să stabilească un obiectiv realizabil și să aleagă pașii și dovezile prin care își va urmări progresul.

Obiective:
La finalul activității, participanții vor putea:

- să recunoască abilitățile și experiențele pe care se pot baza;
- să formuleze un obiectiv concret de învățare;
- să identifice resursele și sprijinul necesar;
- să aleagă o modalitate potrivită de demonstrare a progresului.

Pregătire:
Formatorul prezintă tema și posibilitățile de lucru din cadrul activității. Explică faptul că planul poate fi ajustat pe parcurs, în funcție de progres și de dificultățile întâlnite.
Participanții pot completa fișa în scris sau pot formula răspunsurile oral, cu sprijin pentru consemnarea lor. Obiectivele personale nu trebuie prezentate întregului grup.

Desfășurarea activității:

1. De unde pornesc? • 5 minute

Participanții reflectează asupra a ceea ce știu deja și a situațiilor în care au folosit aceste cunoștințe.

Întrebări de sprijin:

„Ce pot face deja în legătură cu această temă?”

„Ce îmi este încă dificil?”

Formatorul încurajează exemplele concrete, inclusiv experiențele dobândite în afara cursurilor.

2. Ce vreau să pot face? • 5 minute

Fiecare participant alege un obiectiv legat de tema formării. Formatorul îl ajută să transforme o dorință generală într-o acțiune care poate fi observată.

De exemplu, „vreau să mă descurc mai bine cu tehnologia” poate deveni:

„Până la finalul atelierului, vreau să pot trimite un e-mail cu un document atașat, fără ajutor.”

3. Cum voi ajunge acolo? • 8 minute

Participanții stabilesc doi sau trei pași și identifică sprijinul necesar. Pot alege o demonstrație, exerciții repetate, instrucțiuni ilustrate sau lucru împreună cu un coleg.

Pentru exemplul de mai sus, pașii pot fi: observarea unei demonstrații, exersarea cu sprijin și trimiterea individuală a unui mesaj de probă.

4. Cum voi arăta ce am învățat? • 7 minute

Participantul și formatorul aleg o dovadă potrivită obiectivului: o sarcină practică, o explicație orală, un material realizat sau câteva produse reunite într-un portofoliu.

Dovada trebuie să arate abilitatea urmărită. Dacă obiectivul este trimiterea unui e-mail cu atașament, verificarea se face prin realizarea acestei sarcini.

5. Când revin asupra planului? • 5 minute

Se stabilește un moment de verificare: la finalul atelierului, după câteva sesiuni sau la încheierea programului. Participantul notează ce va încerca până atunci.

FIȘĂ DE LUCRU • EDUCAȚIA ADULȚILOR

Alege un obiectiv concret și stabilește pașii prin care îl vei atinge. Revino la fișă pentru a-ți urmări progresul.

Tema / activitatea: .....

Data: ..... Momentul de revizuire: .....

Reper	**Răspunsul meu**
Ce știu sau pot face deja?	**…….**
Ce vreau să pot face la final?	**…….**
Ce pași voi urma?	**1……..** **2……..** **3…….**
De ce resurse sau sprijin am nevoie?	**…….**
Cum voi demonstra ce am învățat?	**…….**
Când îmi verific progresul?	**…….**

Ce am reușit și ce urmează?	…….

Reflecție și evaluare

La momentul stabilit, participantul revine asupra planului împreună cu formatorul:

- Ce pot face acum și îmi era dificil la început?
- Ce m-a ajutat cel mai mult?
- Unde mai am nevoie de exercițiu sau sprijin?
- Care este următorul pas realist?

Recomandări pentru formator:

Porniți de la un singur obiectiv, suficient de clar pentru a putea fi urmărit. Oferiți exemple fără a decide în locul participantului ce ar trebui să își propună. Dacă obiectivul depășește timpul sau resursele disponibile, împărțiți-l în etape mai mici.

Păstrați modalitățile de evaluare accesibile și relevante pentru abilitatea vizată. O dificultate de exprimare în scris nu ar trebui să împiedice demonstrarea unei competențe care poate fi observată practic sau explicată oral.

Ce rămâne după activitate?

Fiecare participant obține un plan personal, cu un obiectiv, pași de lucru și un reper pentru verificarea progresului. Formatorul îl poate folosi pentru a adapta sprijinul și exercițiile pe parcurs.

Valoarea fișei crește atunci când este reluată. O realizare consemnată, o dificultate discutată și un pas ajustat îl ajută pe adult să vadă cum înaintează și ce poate face în continuare.

Material elaborat pornind de la observațiile consemnate de participanții la mobilitatea de job shadowing din Turcia. Activitatea și fișa de lucru reprezintă o propunere de adaptare pentru educația adulților la APDD.

UN OBIECTIV COMUN, MAI MULTE MODURI DE A ÎNVĂȚA
ADAPTAREA EXERCIȚIILOR PENTRU ADULȚI CU AJUTORUL INTELIGENȚEI ARTIFICIALE

Într-un grup de adulți, aceeași sarcină poate fi ușoară pentru un participant și dificilă pentru altul. Experiența, încrederea și familiaritatea cu tema influențează felul în care fiecare se implică. Formatorul poate păstra un obiectiv comun, oferind însă instrucțiuni și forme de sprijin diferite.

În cadrul mobilității de job shadowing desfășurate în Turcia, în perioada **3–12 mai 2026**, observațiile participanților au evidențiat utilizarea inteligenței artificiale pentru personalizarea resurselor educaționale și importanța adaptării sarcinilor în grupuri eterogene.

Activitatea de mai jos propune valorificarea acestor observații în educația adulților. Inteligența artificială ajută la pregătirea variantelor de lucru, iar formatorul verifică materialele și decide cum le folosește.

FIȘĂ PRACTICĂ • ACELAȘI MESAJ, TREI VARIANTE DE LUCRU



Domeniu: educația adulților – comunicare scrisă
Durată: aproximativ 40 de minute
Organizare: lucru individual sau în perechi, urmat de reflecție în grup
Materiale: fișe tipărite, pixuri; pentru pregătire, accesul formatorului la un instrument AI
Participanții pot lucra integral pe hârtie, fără conturi sau dispozitive digitale.
Scopul activității: Exersarea redactării unui mesaj clar prin sarcini care urmăresc același rezultat, dar oferă grade diferite de sprijin.

Obiectivul comun:
La final, fiecare participant va putea redacta un mesaj scurt prin care solicită informații despre un curs, incluzând:

- motivul mesajului;
- întrebări despre program și înscriere;
- o formulă potrivită de încheiere.

Pregătirea materialelor:
Formatorul stabilește situația de lucru:
„Vrei să participi la un curs pentru adulți. Ai găsit un anunț, dar nu sunt precizate programul întâlnirilor și modalitatea de înscriere. Scrie un mesaj organizatorului pentru a cere aceste informații.”
Pornind de la această situație, pregătește trei variante ale exercițiului. AI poate propune formulări, modele și întrebări de sprijin.

Exemplu de cerință adresată AI:
„Pregătește trei variante ale unui exercițiu de comunicare scrisă pentru adulți. Obiectivul comun este redactarea unui mesaj prin care se solicită programul unui curs și informații despre înscriere. Prima variantă va conține un model de completat, a doua va oferi întrebări de sprijin, iar a treia va permite redactarea independentă. Folosește un limbaj clar, respectuos și potrivit adulților. Nu inventa date despre curs.”
Formatorul citește rezultatele, corectează eventualele greșeli și verifică dacă toate variantele urmăresc obiectivul stabilit.

Cele trei variante de lucru:

Varianta A • Pornesc de la un model:
Participantul completează un mesaj cu structură oferită:

Bună ziua,
Sunt interesat/interesată de cursul ..... .
Aș dori să aflu în ce zile și la ce ore ..... .
De asemenea, vă rog să îmi spuneți cum ..... .
Vă mulțumesc!

Formatorul poate pune la dispoziție și expresii utile, precum „au loc întâlnirile”, „mă pot înscrie” sau „ce documente sunt necesare”.

Varianta B • Îmi construiesc mesajul cu sprijin:

Participantul redactează mesajul folosind patru întrebări:

1. Cum încep politicos?
2. Ce curs mă interesează?
3. Ce informații vreau să aflu despre program și înscriere?
4. Cum închei mesajul?

Varianta C • Redactez și revizuiesc independent:

Participantul scrie mesajul fără model. Apoi îl recitește și verifică dacă destinatarul poate înțelege ușor ce i se solicită. Reformulează pasajele neclare și elimină informațiile care nu sunt necesare.

Desfășurarea activității:

1. Înțelegem situația • 5 minute

Formatorul prezintă sarcina și discută cu grupul: cui îi scriem, de ce și ce răspuns ne-ar fi util.

2. Alegem sprijinul potrivit • 5 minute

Participanții aleg o variantă, cu îndrumarea formatorului dacă este necesar. Pot schimba fișa pe parcurs. Variantele sunt prezentate ca opțiuni de lucru, fără etichete precum „slab” sau „avansat”.

3. Redactăm mesajul • 15 minute

Fiecare lucrează individual sau împreună cu un coleg. Formatorul oferă clarificări și încurajează participanții să formuleze propriile mesaje.

4. Verificăm în perechi • 10 minute

Participanții schimbă mesajele și folosesc aceeași listă de verificare, indiferent de varianta aleasă:

☐ Înțeleg despre ce curs este vorba.

☐ Găsesc o întrebare despre program.

☐ Găsesc o întrebare despre înscriere.

☐ Mesajul are o formulă potrivită de încheiere.

Fiecare oferă o sugestie concretă de îmbunătățire, iar autorul decide ce modifică.

5. Reflectăm • 5 minute

Grupul discută ce forme de sprijin au fost utile și ce ar putea face participanții mai independent data viitoare.

Întrebări pentru reflecție:

- Ce te-a ajutat să începi?
- Unde ai avut nevoie de o explicație?
- Ce ai schimbat după feedbackul colegului?
- În ce situație reală ai putea folosi această abilitate?

Utilizarea responsabilă a AI:

Pentru pregătirea exercițiilor, formatorul folosește situații fictive și descrieri generale ale nevoilor de învățare. Nu introduce nume, date de contact sau informații personale ale participanților.

Materialele generate sunt verificate înainte de utilizare. Formatorul urmărește corectitudinea, claritatea și respectarea obiectivului, precum și evitarea formulărilor care infantilizează adulții.

Ce rămâne după activitate? :

Fiecare participant obține un mesaj redactat și revizuit. Formatorul păstrează trei fișe reutilizabile, pe care le poate adapta pentru alte situații: solicitarea unei programări, cererea de informații despre un serviciu sau comunicarea cu o instituție.

Progresul se urmărește prin rezultatul comun: un mesaj clar, care conține informațiile necesare. Sprijinul poate varia și poate fi redus treptat, pe măsură ce participantul capătă autonomie.

Material elaborat pornind de la observațiile consemnate în cadrul mobilității de job shadowing din Turcia. Activitatea și exemplele reprezintă o propunere de adaptare pentru educația adulților la APDD.

DIN EXPERIENȚĂ ÎN SOLUȚIE

INSTRUMENT PRACTIC PENTRU ÎNVĂȚAREA ACTIVĂ ÎN EDUCAȚIA ADULȚILOR



Legătura cu mobilitatea: instrument propus ca adaptare la tema cursului „Innovative Approaches to Teaching (in Adult and School Education)", desfășurat la Istanbul, Turcia, în perioada 3–12 mai 2026.

Scop: valorificarea experiențelor participanților pentru rezolvarea unei probleme concrete, prin colaborare și aplicare practică.
Durată: 40 de minute.
Materiale: foi, pixuri și o tablă sau un flipchart.
Organizare: grupuri de 3–4 persoane.

Cum se folosește

1. Pornim de la o situație reală – 5 minute

Formatorul prezintă o problemă apropiată de viața participanților. De exemplu: „Primești un mesaj care îți cere să accesezi urgent un link și să introduci date personale. Cum procedezi?"

2. Punem experiențele în comun – 10 minute

Participanții discută situații asemănătoare întâlnite anterior: ce au făcut, ce i-a ajutat și ce ar schimba. Fiecare contribuie, în scris sau oral.

3. Construim o soluție – 10 minute

Fiecare grup completează fișa de mai jos și propune o succesiune de acțiuni.

Întrebare	Răspunsul grupului
Care este problema?	……
Ce știm din experiența noastră?	……
Ce informații trebuie verificate?	……
Ce soluție propunem și de ce?	……
Care este primul pas concret?	……

4. Testăm soluția – 10 minute

Grupurile își schimbă fișele. Fiecare analizează soluția primită: este clară, poate fi aplicată și ce ar trebui îmbunătățit? Formatorul clarifică informațiile inexacte, iar grupurile își revizuiesc propunerile.

5. Transferăm în viața de zi cu zi – 5 minute

Fiecare participant completează: „În următoarea situație asemănătoare, primul lucru pe care îl voi face este…"

Întrebări de reflecție

- Ce am învățat din experiența celorlalți?
- Ce am schimbat în soluția inițială și de ce?
- Unde mai pot aplica această metodă?

Recomandare pentru formator: adaptați problema la nevoile grupului: utilizarea serviciilor online, organizarea unei activități comunitare sau comunicarea la locul de muncă. La final, verificați dacă fiecare participant poate identifica o acțiune concretă și poate explica alegerea făcută.



ÎNVĂȚĂM SĂ COLABORĂM: JOCUL ROLURILOR ÎN EDUCAȚIA ADULȚILOR
INSTRUMENT PRACTIC PENTRU EDUCAȚIA ADULȚILOR

Adaptare inspirată din atelierul „Role-Based Cooperative Game", inclus în programul cursului „Innovative Approaches to Teaching (in Adult and School Education)", Istanbul, Turcia, 3–12 mai 2026.



Obiectiv: dezvoltarea colaborării, a comunicării și a capacității de a lua decizii în grup, prin asumarea unor roluri complementare.
Durată: 45 de minute.
Organizare: echipe de 4 persoane.
Materiale: cartonașe cu roluri, foi și pixuri.

Provocarea comună

„Organizați un atelier gratuit de două ore pentru 12 adulți care vor să învețe să folosească servicii online. Unii au experiență redusă cu telefonul, doi nu au acces la internet acasă, iar o persoană are dificultăți de citire. Aveți o sală, un laptop, un proiector și conexiune la internet. Construiți un plan în care fiecare să poată participa."

Rolurile în echipă:

Rol	Responsabilitate
Coordonatorul	Organizează discuția, urmărește timpul și invită fiecare persoană să contribuie.
Responsabilul pentru incluziune	Verifică dacă activitățile sunt accesibile persoanelor descrise în provocare.
Responsabilul pentru resurse	Verifică dacă planul poate fi realizat cu timpul și materialele disponibile.
Raportorul	Notează deciziile și prezintă soluția echipei.

Regula jocului: fiecare contribuie cu idei și analizează planul din perspectiva rolului primit. Echipa finalizează soluția după ce fiecare membru a formulat o propunere sau o observație.

Desfășurarea activității:

1. Distribuirea rolurilor – 5 minute

Formatorul prezintă provocarea, distribuie cartonașele și clarifică responsabilitățile.

2. Construirea planului – 15 minute

Echipele discută și completează fișa de lucru. Deciziile se iau împreună.

3. O schimbare neașteptată – 5 minute

Formatorul anunță: „În ziua atelierului, proiectorul nu funcționează.” Echipele adaptează planul, păstrând obiectivul și participarea tuturor.

4. Prezentare și feedback – 10 minute

Echipele își prezintă pe scurt soluțiile. Ceilalți oferă o apreciere și o sugestie concretă de îmbunătățire.

5. Reflecție – 10 minute

Participanții discută despre contribuția fiecărui rol și despre modul în care au luat deciziile.

Fișa de lucru a echipei:

De completat	Soluția echipei
La finalul atelierului, participanții vor putea să…	……
Activitățile propuse și timpul pentru fiecare	……
Cum sprijinim persoanele cu experiență digitală redusă?	……
Cum adaptăm explicațiile pentru dificultățile de citire?	……
Cum exersează cei fără internet acasă?	……
Ce schimbăm dacă proiectorul nu funcționează?	……
Prin ce sarcină practică verificăm învățarea?	……

Întrebări de reflecție:

- Cum a influențat rolul meu soluția echipei?
- Ce idee a unui coleg ne-a făcut să schimbăm planul?
- A avut fiecare posibilitatea să contribuie?
- Ce putem aplica din această experiență în alte activități?



Evaluare: planul este realizabil dacă se încadrează în două ore, folosește resursele disponibile, răspunde nevoilor descrise și include o sarcină practică de verificare a învățării.

Recomandare pentru formator: cartonașele și provocarea pot fi citite cu voce tare. La o nouă rundă, schimbați rolurile pentru ca participanții să exerseze responsabilități diferite.

UN MINUT SĂ NE CONVINGI!
PROVOCARE DE CREATIVITATE ȘI COMUNICARE PENTRU ADULȚI

Adaptare inspirată din atelierul „1-Minute Idea Pitch”, inclus în programul cursului „Innovative Approaches to Teaching (in Adult and School Education)”, Istanbul, Turcia, 3–12 mai 2026.



Obiectiv: exersarea prezentării clare a unei idei, a colaborării și a adaptării rapide la o provocare.
Durată: 35 de minute.
Organizare: 3–5 echipe, cu 3–4 persoane în fiecare.
Materiale: cartonașe, foi, markere, cronometru și biletele pentru vot.
Provocarea
„Cum putem transforma o activitate de învățare pentru adulți într-o experiență la care oamenii să participe cu plăcere?”
Fiecare echipă extrage câte un cartonaș din cele două categorii:

Pentru cine?	Ce condiție trebuie respectată?
Adulți cu experiență digitală redusă	Activitatea nu folosește internetul.
Persoane aflate în căutarea unui loc de muncă	Participanții învață prin mișcare.
Adulți care învață o limbă străină	Se folosesc obiecte din viața cotidiană.
Adulți nou-veniți în comunitate	Fiecare contribuie cu ceva din experiența proprie.
Adulți care revin la învățare după o pauză	Activitatea include o surpriză.

Cartonașele pot fi combinate în orice ordine.

Desfășurarea activității

1. Extragerea provocării – 5 minute

Echipele extrag cartonașele și aleg un nume pentru activitatea pe care o vor propune.

2. Pregătirea ideii – 8 minute

Fiecare echipă construiește o activitate simplă, răspunzând la patru întrebări:

- Ce vor învăța participanții?
- Ce vor face concret?
- Cum îi implicăm pe toți?
- Cum respectăm condiția extrasă?

Echipa pregătește și un desen, un obiect simbolic sau o scurtă demonstrație.

3. Prezentarea de un minut – 7 minute

Fiecare echipă are maximum 60 de secunde pentru a-și prezenta ideea. Pot vorbi mai mulți membri, iar demonstrația trebuie inclusă în timpul acordat.

4. Surpriza: schimbăm o regulă! – 8 minute

Formatorul anunță o condiție nouă pentru toate echipele: „Timpul activității voastre se reduce la jumătate!"

Echipele au 3 minute să adapteze ideea, apoi fiecare prezintă în maximum 30 de secunde ce a schimbat.

5. Vot și reflecție – 7 minute

Fiecare participant acordă un vot unei alte echipe, completând: „Aș participa la această activitate pentru că…".

Formatorul invită grupul să discute atât ideile votate, cât și soluțiile interesante din celelalte propuneri.

Fișa pentru prezentare

Activitatea noastră se numește: …

Se adresează: …

Participanții vor învăța să: …

Concret, ei vor: …

Fiecare va putea contribui prin: …

Merită încercată pentru că: …

Întrebări de reflecție

- Ce ne-a ajutat să explicăm ideea într-un minut?
- Cum am decis ce păstrăm și ce eliminăm?
- Cum am adaptat activitatea la condiția-surpriză?
- Ce idee am dori să testăm în practică?

Recomandare pentru formator: încurajați umorul, mișcarea și demonstrațiile scurte. Participanții pot contribui prin vorbire, desen sau prezentarea unui obiect. Votul exprimă interesul pentru o idee; feedbackul urmărește claritatea, utilitatea și participarea tuturor.



PODUL CARE NE UNEȘTE
PROVOCARE PRACTICĂ DE COLABORARE ȘI CREATIVITATE

Adaptare inspirată din atelierul „Build & Solve Challenge”, inclus în programul cursului „Innovative Approaches to Teaching (in Adult and School Education)”, Istanbul, Turcia, 3–12 mai 2026.



Misiunea voastră

Construiți un pod între două mese, folosind doar materialele primite. Podul trebuie să susțină o radieră timp de **10 secunde**, fără să fie ținut cu mâna!
Obiectiv: exersarea colaborării, a comunicării și a rezolvării problemelor prin construire, testare și îmbunătățire.
Durată: 30 de minute.
Organizare: echipe de 3–4 adulți.

Trusa fiecărei echipe

- 6 foi A4;
- 1 metru de bandă adezivă;
- 1 metru de sfoară;
- o foarfecă;
- o radieră pentru testare.

Pregătire: formatorul așază mesele la aproximativ 20 cm distanță. Toate echipele primesc aceleași materiale și aceeași provocare.

Start provocare!

Etapă	Timp	Ce faceți?
Imaginați	3 minute	Propuneți idei, alegeți o soluție și împărțiți sarcinile.
Construiți	10 minute	Realizați podul și încercați să-l faceți stabil.
Testați	5 minute	Așezați radiera în mijlocul podului și numărați 10 secunde.
Îmbunătățiți	5 minute	Modificați construcția și testați din nou.
Reflectați	7 minute	Discutați despre rezultat și despre colaborarea în echipă.

Cartonașul-surpriză

La jumătatea etapei de construire, formatorul anunță:
„De acum, timp de două minute, comunicăm fără cuvinte! Folosiți gesturi, desene sau demonstrații.”
Cronometrul continuă. După două minute, echipele pot vorbi din nou.

Fișa echipei

Numele echipei: .....

Numele podului: .....

Schița noastră:

Desenați forma podului și marcați punctele de sprijin.

.....

.....

.....

Provocarea	Răspunsul nostru
Ce idee am ales și de ce?	
Cum ne-am împărțit sarcinile?	
Cum ne-am înțeles fără cuvinte?	
Ce s-a întâmplat la primul test?	
Ce am schimbat înainte de al doilea test?	

Cum a mers?

Podul nostru a susținut radiera:

☐ La primul test

☐ După îmbunătățire

☐ Încă nu — următoarea schimbare ar fi: .....

În echipa noastră:

☐ Fiecare a avut o contribuție.

☐ Am ascultat mai multe idei înainte de a decide.

☐ Am cerut sau am oferit ajutor.

☐ Am folosit rezultatul testului pentru a îmbunătăți soluția.

Dincolo de pod

- Ce ne-a ajutat să lucrăm împreună?
- Cum am reacționat când o idee nu a funcționat?
- Ce am descoperit în cele două minute fără cuvinte?
- Unde putem aplica această experiență în viața de zi cu zi?

Ideea pe care o luăm cu noi:

„Data viitoare când lucrăm în echipă, vom…”

.....

Pentru formator: apreciați atât construcția, cât și colaborarea și progresul dintre teste. Adaptați etapa fără cuvinte la nevoile de comunicare ale grupului și permiteți contribuții prin proiectare, construire, observare sau testare.

ÎNVĂȚAREA ÎNCEPE CU PARTICIPAREA
BUNE PRACTICI DE INCLUZIUNE ȘI IMPLICARE COMUNITARĂ DIN VOLOS, GRECIA



În perioada **25 iunie–4 iulie 2026**, participanții la mobilitatea de job shadowing **„Inclusion, Diversity and Community Engagement in Adult Education”**, găzduită de **EVROPEI IXNILATES** în Volos, Grecia, au explorat practici de educație incluzivă și sprijin comunitar. Mobilitatea s-a desfășurat în cadrul proiectului **European Training 5**, implementat de Asociația Pro Dezvoltare DACIA (APDD).

Observațiile și reflecțiile participanților au evidențiat importanța construirii activităților pornind de la nevoile, experiențele și interesele beneficiarilor. Pentru un adult care revine la învățare, participarea poate depinde de claritatea explicațiilor, de accesibilitatea spațiului, de ritmul activității sau de sprijinul oferit atunci când întâmpină dificultăți.

Adaptarea activităților la oameni. În materialele realizate după mobilitate, participanții au descris activități educative și de sprijin destinate persoanelor cu dizabilități, orientate spre dezvoltarea autonomiei, a abilităților sociale și a încrederii în sine. Experiențele relatate subliniază valoarea sarcinilor practice și a unui mediu în care fiecare persoană este încurajată să contribuie.

În educația adulților, aceste observații pot fi valorificate prin explicații în pași mici, demonstrații, materiale vizuale și timp suficient pentru exersare. O activitate poate oferi mai multe modalități de participare: exprimare orală, desen, lucru practic sau colaborare cu un coleg. Adaptarea se construiește prin dialog cu persoana, ținând cont de sprijinul pe care aceasta îl consideră util.

Beneficiarii contribuie la proiectarea învățării. Programul mobilității a inclus evaluarea nevoilor și proiectarea activităților împreună cu beneficiarii. Această abordare oferă un reper pentru APDD: înainte de stabilirea unui atelier, adulții pot fi invitați să spună ce vor să învețe, ce dificultăți întâmpină și ce i-ar ajuta să participe.

Întrebări precum „Ce ai dori să poți face singur după această activitate?” sau „Ce ar face participarea mai ușoară pentru tine?” pot orienta alegerea obiectivelor și a metodelor. Consultarea trebuie urmată de ajustări concrete și de explicarea modului în care propunerile primite au fost folosite.

Colaborarea susține incluziunea. Participanții au remarcat importanța cooperării dintre educatori, specialiști, terapeuți, voluntari și familii. În lucrul cu adulții, implicarea persoanelor de sprijin se realizează cu acordul beneficiarului și cu respectarea propriilor alegeri. Programul a abordat și parteneriatele dintre organizații, servicii sociale și actori comunitari. Pentru APDD, această direcție poate sprijini identificarea persoanelor care au

acces limitat la învățare, orientarea către servicii potrivite și organizarea unor activități mai apropiate de nevoile locale.

De la observație la aplicare. Experiența din Volos oferă repere pentru dezvoltarea unor activități accesibile și participative: consultarea adulților, identificarea barierelor, adaptarea sarcinilor și colectarea feedbackului. Jurnalele de observație și planurile de transfer prevăzute în program ajută la transformarea acestor repere în acțiuni cu responsabilități și termene.

În activitățile APDD, progresul poate fi urmărit prin întrebări concrete: cine a reușit să participe, ce sprijin a fost util, ce sarcină poate realiza acum beneficiarul și ce trebuie schimbat la următoarea întâlnire?

CE NE ÎMPIEDICĂ SĂ PARTICIPĂM?
FIȘĂ PRACTICĂ PENTRU CONSTRUIREA UNOR ACTIVITĂȚI ACCESIBILE ADULȚILOR

Instrument adaptat pornind de la temele mobilității de job shadowing „Inclusion, Diversity and Community Engagement in Adult Education", Volos, Grecia, 25 iunie–4 iulie 2026: identificarea nevoilor, accesibilitate și proiectarea activităților împreună cu beneficiarii.



Scopul activității
Identificarea dificultăților care pot limita participarea adulților și alegerea unor soluții împreună cu aceștia.
Durată: 35 de minute.
Organizare: lucru individual, urmat de discuție în grup.
Materiale: fișa tipărită, pixuri și bilețele.

Pornim de la o activitate concretă:
Formatorul prezintă un atelier care urmează să fie organizat: tema, locul, programul, durata și ce vor face participanții. Fiecare persoană este invitată să răspundă: **„Ce m-ar ajuta să particip și să învăț în această activitate?"** Răspunsurile pot fi oferite în scris, oral sau printr-o discuție individuală cu formatorul. Completarea poate fi anonimă, iar fiecare persoană alege ce dorește să împărtășească.

Fișa mea de participare
Activitatea despre care discutăm: .....
Aș vrea să învăț să: .....
Bifează ce ar putea face participarea dificilă pentru tine:
☐ Ora sau durata activității
☐ Deplasarea până la locul întâlnirii
☐ Accesul și orientarea în clădire
☐ Costurile legate de participare

☐ Responsabilitățile de serviciu sau de îngrijire
☐ Lipsa unui telefon, calculator sau a internetului
☐ Explicațiile prea complicate
☐ Citirea, auzirea sau urmărirea materialelor
☐ Ritmul prea rapid ori lipsa pauzelor
☐ Teama de a greși sau de a vorbi în grup
☐ Altceva: .....
☐ Nu identific dificultăți în acest moment

Cel mai mult m-ar ajuta:

.....

Prefer să contribui prin:

☐ Discuție în grup
☐ Lucru în pereche
☐ Activitate practică
☐ Scris sau desen
☐ Altă modalitate: .....

🤝 **Din răspunsuri construim soluții:**

1. Prezentarea activității – 5 minute

Formatorul explică atelierul propus și clarifică întrebările.

2. Completarea fișei – 7 minute

Participanții identifică dificultățile și sprijinul dorit.

3. Discuția comună – 10 minute

Formatorul grupează răspunsurile fără a identifica persoanele. Grupul propune soluții: schimbarea orei, explicații mai clare, materiale tipărite, lucru în perechi sau pauze suplimentare.

4. Alegerea măsurilor – 8 minute

Participanții și organizatorul aleg trei ajustări prioritare și completează planul.

Ce trebuie îmbunătățit? Ce vom face concret? Cine se ocupă? Până când?

5. Confirmarea – 5 minute

Formatorul recapitulează schimbările convenite și explică ce necesită verificări suplimentare. Participanții pot adăuga observații sau solicita o discuție individuală.

✅ **Verificăm după atelier**

- Ajustările convenite au fost realizate?
- Ce sprijin a fost util?
- Au rămas dificultăți de participare?
- Ce schimbăm la următoarea activitate?

Recomandare pentru formator: întrebați despre sprijinul necesar, fără a solicita diagnostice sau justificări personale. Oferiți ajutor la completare și folosiți răspunsurile pentru ajustări concrete, discutate cu participanții.

CETĂȚENIA DIGITALĂ ÎNCEPE CU ACCESUL LA ÎNVĂȚARE EXPERIENȚE ȘI DIRECȚII DE APLICARE DIN CURSUL DESFĂȘURAT LA VOLOS

În perioada **26 iunie–3 iulie 2026**, participanții la cursul **„Inclusive Digital Citizenship”**, organizat de **EVROPEI IXNILATES** în Volos, Grecia, au explorat modalități de sprijinire a participării adulților în mediul digital. Mobilitatea s-a desfășurat în cadrul proiectului **European Training 5**, implementat de Asociația Pro Dezvoltare DACIA (APDD).



Programul a abordat dezvoltarea competențelor digitale de bază, siguranța online, verificarea informațiilor, accesarea serviciilor publice și utilizarea instrumentelor accesibile. Aceste teme au fost conectate cu nevoile adulților care întâmpină dificultăți din cauza experienței digitale reduse, a resurselor disponibile sau a barierelor de accesibilitate.

Explicații clare și învățare în pași mici. O direcție importantă a cursului a fost organizarea învățării fără termeni tehnici inutili. Folosirea emailului, a aplicațiilor mobile sau a serviciilor online poate fi exersată prin demonstrații scurte, urmate de încercări individuale și sprijin adaptat.

Pentru activitățile APDD, această abordare poate însemna alegerea unei sarcini concrete pentru fiecare întâlnire: redactarea unui email, găsirea unei informații sau identificarea pașilor necesari pentru accesarea unui serviciu. Ritmul și explicațiile se ajustează în funcție de ceea ce participanții pot realiza și de dificultățile pe care le semnalează.

Materiale accesibile și modalități diferite de participare. În articolele realizate după mobilitate, participanții au evidențiat utilizarea materialelor vizuale, a aplicațiilor interactive și a resurselor adaptate. Reflecțiile lor au inclus și proiectarea universală a învățării: diversificarea modurilor de prezentare a informației, de implicare și de exprimare a celor învățate.

Exemplele descrise în articole privesc în principal mediul școlar. Transferul către educația adulților poate fi realizat prin instrucțiuni ilustrate, demonstrații practice, explicații orale și posibilitatea de a repeta sarcina. Alegerea formatului pornește de la preferințele și nevoile persoanei.

Siguranță online prin situații concrete. Programul a inclus recunoașterea mesajelor suspecte, protejarea datelor personale și o simulare dedicată identificării fraudelor online. Astfel de activități oferă un punct de plecare pentru ateliere în care adulții analizează exemple fictive și discută ce ar face înainte de a răspunde unui mesaj sau de a accesa un link.

Scopul educațional este dezvoltarea unei rutine de verificare și a încrederii de a cere sprijin atunci când o situație este neclară. Exercițiile pot fi organizate și pe hârtie, pentru ca participarea să fie posibilă fără dispozitive personale.

Gândire critică și participare digital. O altă temă a cursului a fost verificarea informațiilor. Programul a prevăzut tehnici de verificare a surselor și un joc de rol despre identificarea și gestionarea știrilor false. Pentru adulți, aceste teme pot fi abordate prin compararea unor mesaje, căutarea sursei inițiale și discutarea motivelor pentru care o informație merită verificată înainte de distribuire.

Accesarea serviciilor publice și participarea la consultări online completează această perspectivă. Învățarea digitală devine relevantă atunci când îi ajută pe oameni să rezolve sarcini cotidiene și să își exprime punctul de vedere în comunitate.

Aplicarea în activitățile APDD. Experiența cursului oferă repere pentru pregătirea unor ateliere accesibile: evaluarea inițială a nevoilor, alegerea unor obiective practice, adaptarea materialelor și verificarea progresului prin sarcini concrete.

Reflecțiile participanților și temele programului pot fi valorificate în ghiduri vizuale, exerciții de analiză a mesajelor și activități de verificare a informațiilor. Aceste resurse pot sprijini adulții să folosească mediul digital cu mai multă autonomie și încredere.





MESAJ SIGUR SAU CAPCANĂ?
INSTRUMENT PRACTIC PENTRU RECUNOAȘTEREA MESAJELOR SUSPECTE

Adaptare inspirată din simularea „Identifying and Preventing Online Fraud", prevăzută în ziua 3 a cursului „Inclusive Digital Citizenship", Volos, Grecia, 26 iunie–3 iulie 2026.



Obiectiv: participanții identifică semnale de risc într-un mesaj și aleg o modalitate de verificare înainte de a acționa.
Durată: 30 de minute.
Organizare: perechi sau grupuri de 3 persoane.
Materiale: cartonașele de mai jos, fișa de lucru și pixuri. Activitatea poate fi realizată integral pe hârtie.

Ai primit un mesaj!

Cartonașul 1 — Coletul urgent.
„Coletul dumneavoastră este blocat. Achitați taxa de 7 lei în următoarele 30 de minute, altfel va fi returnat. Introduceți datele cardului la linkul de mai jos."

Cartonașul 2 — Premiul neașteptat.
„Felicitări! Numărul tău de telefon a câștigat un premiu de 2.000 lei. Pentru confirmare, trimite o fotografie a actului de identitate și codul primit prin SMS."

Cartonașul 3 — Prietenul care cere ajutor.
„Salut! Mi-am schimbat numărul. Am o urgență și nu pot vorbi. Poți să-mi transferi acum 300 lei? Îți explic mai târziu."

Cartonașul 4 — Anunțul despre atelier.
„Bună ziua! Vă reamintim că atelierul la care v-ați înscris începe mâine, la ora 10:00, în sala centrului comunitar. Pentru întrebări, folosiți numărul de contact din formularul de înscriere."
Exemplele sunt fictive. Cartonașele nu conțin linkuri active.

Cum desfășurăm activitatea

1. Citim și alegem — 5 minute
Formatorul distribuie cartonașele. Pentru fiecare mesaj, participanții aleg:

Identific semnale clare de risc.

Am nevoie de verificări suplimentare.

Pare în regulă în contextul descris.

Fiecare alegere trebuie explicată. Culoarea verde nu garantează autenticitatea mesajului.

2. Căutăm indiciile — 10 minute
Perechile analizează mesajele și completează fișa.

Mesaj	Ce îmi atrage atenția?	Ce verific și prin ce canal?	Ce fac până la verificare?

Coletul urgent			
Premiul neașteptat			
Prietenul care cere ajutor			
Anunțul despre atelier			

3. Jucăm situația — 10 minute

O persoană joacă rolul destinatarului, iar cealaltă al unui coleg căruia îi cere sfatul. Destinatarul explică ce i se cere, ce îl face să ezite și cum va verifica. Apoi rolurile se schimbă.

4. Alegem o regulă personală — 5 minute

Fiecare completează:

„Înainte să răspund unui mesaj care îmi cere bani sau date, voi…"

.....

Repere pentru formator

Cartonaș	Semnale și răspuns posibil
Coletul urgent	Presiune de timp, amenințarea returnării și solicitarea datelor cardului. Verificarea se face prin aplicația sau site-ul oficial al curierului, accesat separat.
Premiul neașteptat	Premiu nesolicitat și cererea actului de identitate și a unui cod SMS. Participanții nu transmit datele sau codul.
Prietenul care cere ajutor	Număr nou, urgență și refuzul conversației. Identitatea se verifică printr-un număr deja cunoscut sau prin alt canal folosit anterior.
Anunțul despre atelier	Mesajul corespunde unei înscrieri și nu cere bani sau date sensibile. Dacă există îndoieli, se verifică folosind contactul din formularul original.

Ce am învățat?

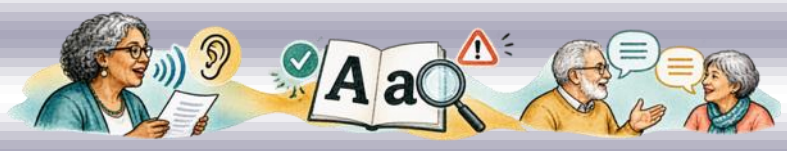
La final, fiecare participant trebuie să poată:

☐ Identifica cel puțin două semnale de risc.

☐ Explica o modalitate de verificare independentă de mesaj.

☐ Alege ce face înainte de a trimite bani sau date.

Pentru accesibilitate: citiți mesajele cu voce tare, folosiți caractere mari și permiteți răspunsuri orale. Culorile sunt însoțite de explicații, astfel încât activitatea să poată fi folosită și în format alb-negru.



ASCULT, VERIFIC, DECID
EXEMPLU DE ATELIER DE SIGURANȚĂ DIGITALĂ ADAPTAT ADULȚILOR CU DEFICIENȚE DE VEDERE

Propunere de adaptare, pornind de la temele de siguranță online și accesibilitate ale cursului „Inclusive Digital Citizenship", Volos, Grecia, 26 iunie–3 iulie 2026.



Obiectiv: recunoașterea semnalelor de risc dintr-un mesaj și exersarea unei verificări înainte de transmiterea banilor sau a datelor personale.

Durată: 45 de minute.

Grup: 4–6 adulți.

Materiale: mesaje fictive în format audio și text digital accesibil; la cerere, variante tipărite cu caractere mărite și contrast ridicat. Telefonul personal este opțional.

Pregătirea atelierului:

Înaintea întâlnirii, formatorul întreabă fiecare participant ce format preferă și ce sprijin îi este util: citire cu voce tare, text mărit, cititor de ecran sau înregistrare audio.
La sosire, descrie organizarea sălii și poziția materialelor. Căile de acces rămân libere.
Sprijinul pentru deplasare sau utilizarea dispozitivului este oferit cu acordul persoanei.
Materialele digitale folosesc text selectabil, titluri clare și o ordine simplă de citire.
Formatorul verifică în prealabil utilizarea lor cu cititorul de ecran. Exercițiile nu se bazează pe culori sau imagini.

1. Pornim de la experiență — 5 minute

Formatorul întreabă:
„Cum accesați de obicei mesajele și ce vă ajută când un mesaj este neclar?"
Participanții pot răspunde sau pot alege să asculte. Formatorul explică faptul că toate exemplele sunt fictive.

2. Ascultăm mesajele — 10 minute

Fiecare mesaj este citit rar sau redat audio și poate fi repetat la cerere.
Mesajul A:
„Contul dumneavoastră va fi blocat în 15 minute. Pentru a-l păstra activ, transmiteți parola și codul primit prin SMS."
Mesajul B:
„Salut! Sunt prietenul tău. Mi-am schimbat numărul și am nevoie urgent de 300 lei. Nu pot vorbi acum."
Mesajul C:

„Vă reamintim că atelierul la care v-ați înscris începe mâine la ora 10:00. Pentru întrebări, puteți suna la numărul din formularul de înscriere.”
După fiecare mesaj, participanții aleg oral:

- **„Identific un risc.”**
- **„Am nevoie de verificări.”**
- **„Pare în regulă în context.”**

Formatorul cere motivul alegerii. Un mesaj care pare obișnuit poate necesita verificare dacă expeditorul sau contextul sunt neclare.

3. Analizăm în perechi — 10 minute

Perechile aleg un mesaj și răspund la trei întrebări:
Ce mi se cere să fac?
Ce mă face să ezit?
Cum verific printr-un canal cunoscut, separat de mesaj?
Răspunsurile pot fi oferite oral, înregistrate cu acordul participanților sau notate în formatul preferat. Partenerul sprijină accesul la material, fără a decide în locul celuilalt.

4. Exersăm decizia — 15 minute

Formatorul joacă rolul unui expeditor care insistă: „Trebuie să acționați chiar acum!”
Participantul exersează un răspuns și explică următorul pas:
„Mă opresc și verific înainte să trimit ceva.”
Pentru mesajul A, identifică solicitarea parolei și a codului drept semnal de risc. Pentru mesajul B, propune contactarea prietenului la numărul deja cunoscut. Pentru mesajul C, poate verifica folosind contactul din formularul original.
Cine dorește poate exersa găsirea unui contact cunoscut pe propriul telefon, cu funcția de accesibilitate folosită în mod obișnuit. Activitatea se poate realiza integral și prin simulare orală.

5. Verificăm învățarea — 5 minute

Formatorul citește un exemplu nou:
„Ai câștigat un premiu. Trimite fotografia actului de identitate pentru a-l primi.”
Fiecare participant identifică un semnal de risc și explică ce ar face înainte de a răspunde.

Rezultatul urmărit: participantul poate recunoaște o solicitare suspectă și poate descrie o verificare independentă de mesaj.

Recomandări pentru formator

Anunțați cine vorbește și verbalizați instrucțiunile, demonstrațiile și feedbackul. Acordați timp pentru navigarea cu cititorul de ecran și repetați mesajele fără presiune. Folosiți exemple fără linkuri active și fără date personale reale.

Resursă de luat acasă: cele trei întrebări de verificare, oferite în formatul ales de participant — audio, text digital accesibil sau tipar mărit.



OBIECTE CARE SPUN POVEȘTI
ACTIVITATE DE COMUNICARE ȘI COLABORARE PENTRU SENIORI CU DIFERITE DIZABILITĂȚI

Propunere de activitate adaptată pentru utilizare în activitățile APDD, inspirată de temele incluziunii și învățării centrate pe participant abordate în mobilitatea de job shadowing din Volos, Grecia.



Obiectiv: fiecare participant contribuie, în modalitatea preferată, la o poveste comună pornind de la obiecte familiare.

Durată: 40 de minute, cu posibilitatea unei pauze.

Grup: 4–6 seniori.

Materiale: obiecte ușor de manevrat — o lingură de lemn, o eșarfă, o carte poștală, un săculeț din pânză; imagini cu contrast ridicat; cartonașe cu cuvinte și simboluri; foi și markere groase.

🤝 **Pregătim participarea.** Formatorul discută înainte cu fiecare persoană despre modalitatea de comunicare și sprijinul preferat. Sala are acces liber, locuri confortabile și iluminare potrivită. Obiectele sunt așezate la îndemână, iar activitatea se poate desfășura integral din poziția șezând.

1. Aleg un obiect — 8 minute

Formatorul prezintă obiectele, le numește și le descrie. Participanții pot privi sau explora tactil obiectele, dacă doresc.

Fiecare alege prin vorbire, indicare, gest sau cu sprijinul unei persoane care îi confirmă alegerea.

Întrebarea de pornire: „Ce îți sugerează acest obiect?”

Răspunsul poate fi o amintire, o idee inventată, un cuvânt sau un desen. Nimeni nu este obligat să povestească experiențe personale.

2. Împărtășim o idee — 10 minute

Fiecare participant este invitat să contribuie. Formatorul poate oferi întrebări simple, pe rând:

- „Unde am putea folosi obiectul?”
- „Cine l-ar putea avea?”

- „Ce s-ar putea întâmpla cu el?”

Persoana poate răspunde, poate alege dintre două variante sau poate spune „pas”. Formatorul acordă timp și verifică dacă a înțeles corect contribuția.

3. Construim povestea împreună — 12 minute

Formatorul propune începutul:

„Într-o dimineață, un grup de prieteni a găsit pe masă un săculeț…”

Fiecare adaugă un element: un personaj, un loc, un obiect sau o întâmplare. Formatorul citește și arată pe rând opțiunile disponibile.

La final, recapitulează povestea cu voce tare și în scris, în propoziții scurte. Participanții confirmă sau modifică ideile care le aparțin.

4. Alegem titlul și încheiem — 10 minute

Grupul propune un titlu. Participanții aleg oral, prin indicare sau prin modalitatea lor obișnuită de comunicare.

Fiecare este invitat să completeze:

„Mi-a plăcut…”

„Data viitoare m-ar ajuta…”

Adaptări în funcție de nevoi

Nevoie de acces	Adaptare posibilă
Deficiențe de vedere	Descriere orală, obiecte explorate tactil cu acordul persoanei, text mărit la cerere
Deficiențe de auz	Vorbește o singură persoană, cu fața vizibilă; instrucțiuni scrise și sprijin de comunicare convenit anterior
Mobilitate sau dexteritate reduse	Obiecte ușoare, suport stabil, materiale aduse la îndemână; contribuția nu presupune manipularea lor
Dificultăți cognitive sau de memorie	O instrucțiune pe rând, exemple concrete, două opțiuni la alegere și recapitulări fără testarea memoriei
Dificultăți de vorbire	Gesturi, indicare, cartonașe sau dispozitivul de comunicare folosit de persoană; timp suficient pentru răspuns
Oboseală sau sensibilitate la stimuli	Pauze, ritm flexibil, spațiu liniștit și posibilitatea de a observa fără a interveni

Adaptările se aleg împreună cu participantul și pot fi combinate.

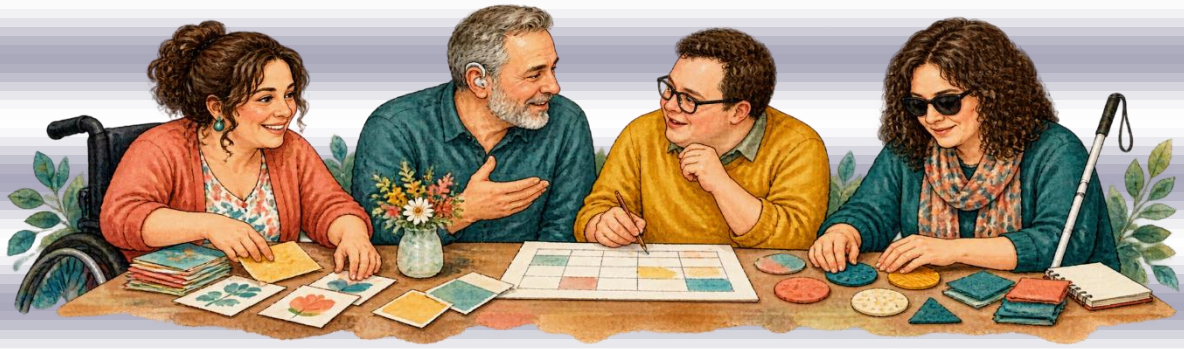
Ce urmărim?

- A avut fiecare o posibilitate accesibilă de a contribui?
- Au fost respectate alegerile și ritmul participanților?
- Ce sprijin a fost util?
- Ce ajustăm la următoarea întâlnire?

Pentru formator: folosiți un ton firesc, de la adult la adult, și materiale potrivite intereselor grupului. Activitatea urmărește participarea și relaționarea; nu este un test de memorie. Povestea poate fi păstrată în formatul preferat de grup, iar înregistrarea se face numai cu acordul participanților.

PREGĂTIM ÎMPREUNĂ O ÎNTÂLNIRE COMUNITARĂ COLABORARE ȘI PARTICIPARE ÎN ACTIVITĂȚILE PENTRU ADULȚI CU DIZABILITĂȚI

Propunere de activitate adaptată pentru utilizare în activitățile APDD, inspirată de observațiile participanților și de temele mobilității de job shadowing „Inclusion, Diversity and Community Engagement in Adult Education", Volos, Grecia.



În materialele realizate după mobilitate, participanții au evidențiat colaborarea dintre educatori, terapeuți, voluntari și familii pentru sprijinirea autonomiei și participării persoanelor cu dizabilități. Aplicarea acestei abordări la nivel local presupune responsabilități clare, schimb de informații cu acordul beneficiarului și activități construite împreună cu acesta.

Scopul activității. Un grup de 4–6 adulți, inclusiv seniori cu diferite dizabilități, pregătește o întâlnire comunitară de aproximativ 30 de minute. Participanții aleg tema, contribuie la organizare și primesc invitații.

Obiective: exersarea alegerii, comunicării, colaborării și realizării unor sarcini practice.

Pregătire: două sesiuni de 45 de minute, cu pauze și ritm adaptat.
Materiale: hârtie, markere, invitații în formate accesibile, obiecte pentru prezentare și un program simplu al întâlnirii.

Colaborarea începe înaintea activității. Educatorul discută cu fiecare participant despre interese, modalități de comunicare și sprijinul dorit. Cu acordul persoanei, pot fi consultați familia, persoana de sprijin și specialiștii care o cunosc.

O scurtă discuție de pregătire urmărește patru întrebări:

- Ce dorește persoana să facă?
- Ce poate realiza singură și unde solicită sprijin?
- Ce adaptări sunt utile?

- Cine oferă sprijinul și în ce moment?
-

Cine contribuie?	Responsabilitate concretă
Participantul	Alege sarcina, exprimă preferințele și confirmă sprijinul dorit.
Educatorul sau formatorul	Stabilește obiectivele împreună cu grupul, adaptează instrucțiunile și coordonează activitatea.
Terapeutul sau specialistul relevant, când este disponibil	Recomandă adaptări privind comunicarea, poziționarea, manipularea materialelor sau ritmul, în limitele competenței sale.
Voluntarul	Oferă sprijinul convenit: descrie materialele, citește instrucțiunile sau ajută la pregătire, fără a prelua automat sarcina.
Familia sau persoana de sprijin, cu acordul participantului	Oferă informații despre preferințe și adaptări utile și poate sprijini deplasarea sau continuarea exersării acasă.

Familia și echipa sprijină alegerile adultului. Formatorul i se adresează direct și verifică dacă ajutorul oferit îi este util.

Prima sesiune — Alegem și planificăm

1. Alegerea temei — 10 minute

Grupul propune o temă: povești despre comunitate, obiecte cu semnificație personală sau idei pentru un cartier mai accesibil. Propunerile sunt prezentate oral și în formate potrivite participanților.

2. Alegerea sarcinilor — 15 minute

Fiecare alege ce dorește să facă: să formuleze invitația, să selecteze un obiect, să pregătească materialele, să întâmpine invitații sau să prezinte o idee. O sarcină poate fi realizată individual ori în pereche.

3. Pregătirea și exersarea — 20 de minute

Formatorul demonstrează sarcinile și le împarte în pași scurți. Participanții încearcă, cer sprijin și pot schimba rolul ales.

A doua sesiune — Pregătim și repetăm. Grupul verifică invitațiile, spațiul și materialele, apoi exersează desfășurarea întâlnirii. Echipa urmărește dacă fiecare persoană are acces la informații și suficient timp pentru contribuția sa.

Adaptările pot include descriere orală, text mărit, instrucțiuni scrise, obiecte ușor de manevrat, comunicare prin simboluri sau pauze. Acestea se aleg după nevoile persoanei și se verifică împreună cu ea.

Întâlnirea comunitară. Participanții își realizează sarcinile cu sprijinul convenit. Voluntarii așteaptă, întreabă înainte de a interveni și lasă timp pentru răspuns. Orice participant poate solicita o pauză sau poate renunța la o sarcină.

Când colaborarea este greu de organizat. APDD poate începe cu un formator coordonator și un voluntar pregătit, apoi poate construi legături cu servicii sociale, organizații pentru persoane cu dizabilități și specialiști locali.

Colaborarea poate lua forma unei consultări scurte înaintea activității, a unor recomandări pentru adaptarea materialelor sau a unei întâlniri de evaluare. Specialistul nu trebuie să fie prezent la fiecare sesiune. Dacă o sarcină necesită sprijin specializat care lipsește, aceasta se modifică sau se amână.

Voluntarii primesc instrucțiuni clare despre sprijinul convenit și persoana de contact. Ei nu preiau atribuții terapeutice.

Fișa de coordonare
Sarcina aleasă de participant: .....
Ce dorește să realizeze singur: .....
Sprijinul solicitat și acceptat: .....
Cine îl oferă: .....
Adaptările pregătite: .....
Ce verificăm după activitate: .....

Se notează numai informațiile necesare organizării, cu acordul persoanei, fără distribuirea inutilă a datelor personale sau medicale.

Evaluăm împreună
Participantul este întrebat primul:
„Ai putut face ceea ce ți-ai propus?”
„Ajutorul primit a fost potrivit?”
„Ce ai dori să schimbi data viitoare?”

Formatorul/educatorul, voluntarul și, când sunt implicați, specialistul și familia discută apoi ce a funcționat și ce trebuie ajustat. Evaluarea urmărește participarea, alegerile și autonomia persoanei, precum și calitatea sprijinului oferit.



CUM PREFER SĂ FIU SPRIJINIT
FIȘĂ DE COMUNICARE ȘI SPRIJIN PENTRU ADULȚII ȘI SENIORII CU DIZABILITĂȚI CARE PARTICIPĂ LA ACTIVITĂȚILE APDD

Propunere de instrument adaptat pentru utilizare în activitățile APDD, inspirată de temele incluziunii și învățării centrate pe participant abordate în mobilitatea de job shadowing din Volos, Grecia.

Fișa se completează împreună cu participantul, în scris sau prin conversație, folosind modalitatea sa preferată de comunicare. Persoana alege ce răspunde și poate modifica informațiile oricând.

Cum doresc să mi se spună: .....

Activitatea: .....



Data completării sau actualizării: .....

💬 Cum comunicăm

Prefer să primesc explicațiile:

☐ Oral, în propoziții clare

☐ În scris

☐ Cu text mărit

☐ Prin imagini sau simboluri

☐ Prin demonstrație practică

☐ În format digital accesibil

☐ Altfel: .....

Pentru a răspunde, prefer:

☐ Să vorbesc

☐ Să scriu

☐ Să indic sau să folosesc gesturi

☐ Să folosesc dispozitivul meu de comunicare

☐ Altfel: .....

Mă ajută dacă îmi acordați timp pentru:

.....

Ce vreau să fac singur

În această activitate, doresc să încerc singur:

.....

.....

Înainte să mă ajutați, vă rog să:

.....

🤝 **Pentru ce doresc ajutor**

Aș dori sprijin pentru:

.....

Ajutorul care îmi este util este:

.....

Prefer să mă sprijine, dacă este posibil:

.....

⏸ **Când am nevoie de o pauză**

Voi spune sau voi semnala astfel:

.....

În timpul pauzei, prefer:

.....

Dacă nu este clar ce doresc, vă rog să:

.....

🌸 **Ce aș vrea să știe persoana care mă sprijină**

Mă ajută:

.....

Prefer să evitați:

.....

Altceva important pentru participarea mea:

.....

🔒 **Cu cine putem împărtăși informațiile**

Sunt de acord ca această fișă să fie consultată de:

- ☐ Coordonatorul activității
- ☐ Educatorul sau formatorul
- ☐ Voluntarul care mă sprijină
- ☐ Altă persoană:

.....

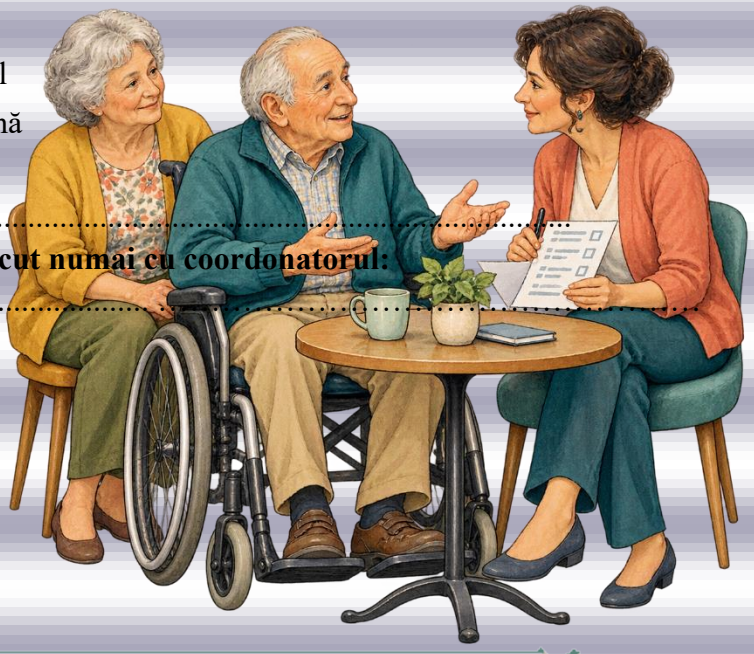
Informații pe care prefer să le discut numai cu coordonatorul:

.....

✅ **Verificăm după activitate**

Sprijinul primit a fost potrivit?

- ☐ Da
- ☐ Parțial



☐ Nu

☐ Prefer să discut individual

Data viitoare aș dori să schimbăm:

.....

Pentru echipa APDD: adresați-vă direct participantului și confirmați preferințele cu acesta. Familia sau specialistul poate contribui cu acordul său. Fișa consemnează sprijinul practic necesar, fără a solicita diagnostice. Păstrați-o într-un loc accesibil numai persoanelor convenite și reverificați preferințele când se schimbă activitatea sau persoana de sprijin.

COMUNITATEA CA SPAȚIU DE ÎNVĂȚARE
IMPLICARE COMUNITARĂ ȘI CETĂȚENIE ACTIVĂ — EXPERIENȚE DIN SHUMEN, BULGARIA



În perioada **18–25 iunie 2026**, trei participanți ai Asociației Pro Dezvoltare DACIA (APDD) au participat la cursul **„Community Engagement and Active Citizenship in Adult Education”**, organizat de **EvroPro Training Center** în Shumen, Bulgaria, în cadrul proiectului **European Training 5**.

Programul a combinat sesiuni de formare, exerciții participative, vizite de studiu și reflecție asupra aplicării metodelor în comunitate. Experiențele relatate după mobilitate oferă repere pentru identificarea resurselor locale, sprijinirea participării și dezvoltarea colaborării dintre organizații și beneficiari.

Pornim de la resursele comunității. Un exemplu concret descris în materialul realizat după curs este exercițiul **„Resource Mapping” — cartografierea resurselor**. Acesta a fost folosit pentru identificarea resurselor umane, sociale și materiale existente în comunitatea din Drăgășani.

Metoda invită grupul să privească dincolo de dificultăți și să identifice ce poate susține o inițiativă: persoane cu experiență, voluntari, spații, instituții, asociații și relații de colaborare. Pentru APDD, o astfel de hartă poate sprijini pregătirea atelierelor pentru adulți și identificarea unor parteneri potriviți.

Cartografierea devine utilă atunci când este urmată de verificări: cine dorește să se implice, ce resurse sunt disponibile și în ce condiții pot fi folosite?

Participarea se construiește prin dialog. Programul cursului a inclus metode precum **World Café, Open Space, Fishbowl, jocul de rol civic, dezbaterea structurată și teatrul-forum**. Acestea oferă modalități diferite de a discuta nevoi, de a compara perspective și de a formula propuneri.

În activitățile pentru adulți, alegerea metodei trebuie să țină cont de experiența grupului și de accesibilitate. Întrebările clare, timpul pentru exprimare și posibilitatea de a contribui oral, în scris sau cu sprijin pot ajuta persoanele care participă mai rar la discuții comunitare.

Cultura și experiența seniorilor. În relatarea despre mobilitate este descrisă o întâlnire la o casă de cultură dintr-o comunitate cu populație romă, unde un grup vocal de seniori a prezentat cântece tradiționale. Experiența a adus în atenție rolul seniorilor în păstrarea și transmiterea patrimoniului cultural.

Pentru APDD, această direcție poate fi adaptată prin întâlniri în care adulții și seniorii împărtășesc povești, cântece, meșteșuguri sau experiențe locale. Participanții contribuie la alegerea conținutului și a modului de prezentare, iar implicarea altor generații poate crea oportunități de învățare reciprocă.



Incluziunea are nevoie de sprijin concret. Materialul participantului descrie și o vizită la un centru pentru persoane cu nevoi speciale, unde au fost observate activități adaptate și atenție acordată fiecărui beneficiar. Deși exemplul privește copiii, principiul sprijinului individualizat poate orienta și organizarea activităților pentru adulți.

Aplicarea presupune discutarea nevoilor cu persoana, adaptarea materialelor și ritmului și clarificarea responsabilităților celor care oferă sprijin. Colaborarea cu specialiștii și persoanele de sprijin se construiește cu acordul adultului și cu respectarea alegerilor sale.

Colaborare locală și transfer în APDD. Vizitele și discuțiile relatate au evidențiat legăturile dintre educație, cultură, administrație și inițiative comunitare. Programul a completat această perspectivă cu planificarea activităților, evaluarea

participativă și pregătirea unui plan individual de transfer.

Direcțiile propuse după curs includ prezentarea experiențelor către colegi, adaptarea cartografierii resurselor pentru voluntari și beneficiari și integrarea dialogului intercultural în activitățile APDD.

Un prim pas practic este alegerea unei nevoi împreună cu adulții din comunitate, identificarea resurselor disponibile și organizarea unei activități-pilot. Feedbackul participanților poate arăta ce merită păstrat, ce trebuie ajustat și cine dorește să contribuie în continuare.

WORLD CAFÉ — PAȘI SPRE UN LOC DE MUNCĂ
ACTIVITATE PENTRU ADULȚI ȘOMERI SAU AFLAȚI ÎN CĂUTAREA UNUI LOC DE MUNCĂ

Propunere de activitate adaptată pentru utilizare în activitățile APDD, pornind de la metoda World Café inclusă în programul cursului „Community Engagement and Active Citizenship in Adult Education", Shumen, Bulgaria, 18–25 iunie 2026.



Scopul activității

Participanții identifică abilități pe care le pot valorifica profesional, discută dificultățile întâmpinate în căutarea unui loc de muncă și aleg un pas concret pentru următoarele șapte zile.

Grup: 9–15 adulți, repartizați la trei mese.

Durată: 75 de minute.

Materiale: foi mari, markere, fișe individuale și exemple tipărite de anunțuri de angajare.

Cum funcționează?

Participanții discută în grupuri mici și schimbă mesele după fiecare rundă. La fiecare masă rămâne o gazdă, care prezintă ideile discutate anterior și notează noile contribuții. Formatorul precizează că fiecare împărtășește numai ceea ce dorește. Pe foile comune se notează idei și resurse, fără nume sau informații personale.

Masa 1 — Ce știu să fac?

Întrebarea principală: „Ce abilități am și în ce activități profesionale le-aș putea folosi?" Gazda invită participanții să pornească de la experiențe de muncă, voluntariat, gospodărie sau îngrijire:

- Ce sarcini am realizat?
- Ce am învățat din ele?
- Cum pot descrie concret această experiență unui angajator?

Exemplu: „Am organizat cumpărăturile și cheltuielile unei gospodării” poate oferi exemple de planificare, respectarea unui buget și atenție la detalii.

Rezultatul mesei: o listă de abilități, fiecare însoțită de un exemplu concret. Grupul discută unde ar putea fi utile și ce pregătire suplimentară ar necesita.

Masa 2 — Ce îmi îngreunează căutarea?

Întrebarea principală: „Unde întâmpin dificultăți și ce sprijin m-ar ajuta?”

Participanții pot discuta despre redactarea CV-ului, găsirea anunțurilor, folosirea platformelor online, interviuri, transport, program sau lipsa unei calificări.

Pentru fiecare dificultate, grupul propune o acțiune posibilă.

Dificultate	**Sprijin sau acțiune posibilă**
Nu știu cum să prezint experiența în CV	Lucru individual pentru formularea unor exemple clare
Nu mă descurc pe platformele de recrutare	Exersarea căutării și aplicării, cu sprijin
Am emoții la interviu	Simulare și feedback
Nu cunosc cerințele unui post	Analizarea anunțului și clarificarea cerințelor
Transportul sau programul mă limitează	Căutarea unor opțiuni compatibile cu situația personală

Rezultatul mesei: dificultăți asociate cu soluții de explorat, fără a presupune că aceeași soluție se potrivește tuturor.

Masa 3 — Unde caut și ce verific?

Întrebarea principală: „Ce surse putem folosi și cum analizăm o ofertă?”

Formatorul aduce anunțuri pentru analiză și o listă verificată înaintea atelierului cu resurse locale: serviciul public de ocupare, angajatori și oportunități de consiliere sau formare.

Grupul discută:

- Sunt clare angajatorul, sarcinile și locul de muncă?
- Ce experiență sau calificare se solicită?
- Sunt precizate programul și modalitatea de aplicare?
- Ce informații lipsesc și trebuie cerute?
- Cum verificăm identitatea angajatorului înainte de a transmite date personale?

Rezultatul mesei: o listă de surse și întrebări utile pentru verificarea ofertelor. Informațiile neverificate se marchează pentru clarificare.

Desfășurarea atelierului

Etapă	**Durată**

Introducerea temei și explicarea regulilor	5 minute
Trei runde de discuție, câte 12 minute	36 de minute
Două schimbări între mese	4 minute
Prezentarea concluziilor	10 minute
Completarea planului individual	15 minute
Evaluarea și stabilirea revenirii	5 minute

📝 **Planul meu pentru următoarele șapte zile**

Tipul de activitate sau postul pe care vreau să îl explorez:

.....

O abilitate pe care o pot demonstra printr-un exemplu:

.....

Primul pas pe care îl aleg:

☐ Actualizez CV-ul

☐ Analizez două anunțuri potrivite

☐ Pregătesc o candidatură

☐ Exersez prezentarea mea pentru interviu

☐ Contactez un serviciu de consiliere sau formare

☐ Alt pas: .....

Îl voi realiza până la: .....

Sprijinul de care am nevoie: .....

Cine mă poate sprijini, după confirmarea disponibilității:

.....

✅ **Cum urmărim rezultatul?**

După șapte zile, APDD poate organiza o scurtă întâlnire de revenire. Participanții discută ce pas au realizat, ce dificultăți au apărut și ce sprijin ar fi util în continuare.

Evaluarea urmărește progresul în căutare: identificarea abilităților, înțelegerea ofertelor și realizarea unei acțiuni concrete. Obținerea unui loc de muncă depinde și de oportunitățile disponibile.

Pentru formator: oferiți variante tipărite, explicații orale și ajutor la completare. Dacă schimbarea meselor este dificilă, mutați gazdele și materialele. Confirmați separat sprijinul pe care APDD îl poate oferi și orientați solicitările specializate către servicii competente.



CARTIERUL NOSTRU, RESPONSABILITATEA NOASTRĂ
APLICAREA METODEI „ÎNVĂȚAREA PRIN ACȚIUNE” ÎN EDUCAȚIA ADULȚILOR



Pornind de la tematica cursului **„Community Engagement and Active Citizenship in Adult Education” – „Implicare comunitară și cetățenie activă în educația adulților”**, desfășurat în Bulgaria, propunem o activitate practică prin care adulții să își dezvolte capacitatea de colaborare și implicare în comunitate.

Prezența hârtiilor și a altor deșeuri într-un cartier poate constitui punctul de plecare pentru o experiență de învățare și acțiune civică. Prin organizarea unei inițiative comune, participanții contribuie la îmbunătățirea unui spațiu și oferă un exemplu care îi poate încuraja și pe ceilalți locuitori să se implice.

Descrierea metodei.

Învățarea prin acțiune este o metodă participativă prin care adulții învață lucrând împreună la rezolvarea unei probleme reale. Procesul cuprinde identificarea și analizarea problemei, planificarea unei intervenții, punerea acesteia în practică și reflecția asupra experienței.

Educatorul facilitează discuțiile, sprijină organizarea și încurajează participarea tuturor. Adulții contribuie cu propriile experiențe și idei, iau decizii și își asumă responsabilități. Reflecția îi ajută să înțeleagă ce au învățat și cum pot folosi această experiență în alte situații.

Aplicarea metodei.

Grup-țintă: adulți din comunitate, cu experiențe și niveluri de educație diferite.

Scop: dezvoltarea responsabilității civice, a colaborării și a inițiativei prin organizarea unei acțiuni de curățenie într-un spațiu comun.

Materiale: mănuși de protecție, saci pentru deșeuri, instrumente de colectare și materiale pentru informarea locuitorilor.

1. Observăm și înțelegem problema.

Participanții parcurg cartierul și identifică o zonă în care se acumulează deșeuri. Educatorul facilitează o discuție pornind de la întrebări precum: „Cum ne afectează această situație?”, „De ce apar deșeurile aici?” și „Ce putem schimba împreună?”.

Grupul analizează atât comportamentele locuitorilor, cât și condițiile existente, precum disponibilitatea coșurilor de gunoi și organizarea colectării deșeurilor.

2. Planificăm împreună.

Participanții aleg spațiul în care vor interveni, stabilesc data și împart responsabilitățile. Unii se ocupă de colectare, alții de informarea vecinilor, pregătirea materialelor sau contactarea serviciului de salubritate pentru preluarea deșeurilor.
Rolurile sunt adaptate posibilităților fiecăruia, astfel încât și persoanele care nu pot desfășura efort fizic să contribuie.

3. Acționăm și oferim un exemplu.

Grupul desfășoară acțiunea de curățenie folosind materialele de protecție și respectând indicațiile privind colectarea. Deșeurile periculoase sunt semnalate serviciilor competente.
Vecinii sunt invitați să participe printr-un mesaj prietenos: **„Ne dorim un cartier mai curat și începem cu acest spațiu. Vă invităm să contribuiți alături de noi!"**
Participanții explică scopul inițiativei și încurajează implicarea prin propriul exemplu, fără a culpabiliza locuitorii.

4. Reflectăm asupra experienței.

La final, educatorul reunește grupul pentru o discuție: „Ce am reușit împreună?", „Ce dificultăți am întâmpinat?", „Cum au reacționat vecinii?" și „Ce am face diferit data viitoare?".
Adulții identifică ceea ce au învățat despre comunicare, organizare, luarea deciziilor și responsabilitatea față de comunitate.

5. Urmărim schimbarea și continuăm.

După două săptămâni, participanții revin în zonă și observă dacă spațiul s-a menținut curat. Pe baza constatărilor, decid un pas următor: implicarea altor vecini, repetarea activității sau formularea unei propuneri către autoritățile locale pentru amplasarea unor coșuri de gunoi.

Rezultate educaționale și impact comunitar.

Prin această activitate, adulții exersează colaborarea, comunicarea și organizarea unei inițiative civice. Ei învață să transforme o problemă observată într-o acțiune comună și să evalueze rezultatele acesteia.
Impactul poate fi urmărit prin numărul locuitorilor implicați, menținerea curățeniei în zonă și apariția unor inițiative similare. Activitatea poate deveni astfel un model de participare comunitară, în care educația adulților se leagă direct de viața cotidiană.



PRIMUL MEU EMAIL – ÎNVĂȚĂM CU SPRIJINUL COMUNITĂȚII APLICAREA METODEI „RESOURCE MAPPING – CARTOGRAFIEREA RESURSELOR COMUNITĂȚII”



În cadrul mobilității „From Observation to Change – Job Shadowing in Adult Education and Support Institutions”, desfășurate la EvroPro Training Center, Shumen, Bulgaria, în perioada 17–26 iunie 2026, participanții au a explorat metoda Resource Mapping. Mobilitatea a avut loc în cadrul proiectului European Training 5, implementat de Asociația Pro Dezvoltare DACIA.

Pornind de la această experiență, propunem utilizarea metodei pentru organizarea unor ateliere de inițiere în folosirea emailului, adresate în special **adulților din mediul rural care au competențe digitale limitate**.

Descrierea metodei.

Cartografierea resurselor comunității este o metodă participativă prin care un grup identifică oamenii, competențele, instituțiile, spațiile și materialele care pot contribui la realizarea unui obiectiv comun.

Educatorul facilitează discuția, iar participanții contribuie cu informații despre comunitate și cu propriile experiențe. Resursele sunt reprezentate pe o hartă simplă, realizată pe hârtie. După verificarea disponibilității lor, grupul stabilește cum le poate folosi pentru a răspunde unei nevoi concrete de învățare.

Aplicarea metodei.

În comunitățile rurale, unii adulți folosesc telefonul pentru apeluri și mesaje, dar au nevoie de sprijin pentru comunicarea prin email. Învățarea poate porni de la situații relevante pentru ei: trimiterea unui CV, solicitarea unor informații sau transmiterea unui document către o instituție.

Grup-țintă: adulți din mediul rural care nu au utilizat emailul sau nu îl pot folosi independent.

Scop: mobilizarea resurselor locale pentru a sprijini dezvoltarea autonomiei adulților în comunicarea prin email.

Materiale: coli mari, cartonașe, markere, telefoane sau calculatoare conectate la internet și fișe cu instrucțiuni ilustrate.

1. Identificăm nevoile de învățare

Formatorul / Educatorul discută cu adulții despre experiența lor: au o adresă de email, o pot accesa, au trimis vreodată un mesaj? Participanții explică în ce situații le-ar fi utilă această abilitate. Sunt identificate și condițiile necesare participării: un spațiu apropiat, un program potrivit, acces la un dispozitiv și sprijin individual.

2. Construim harta resurselor comunității

În centrul unei coli se scrie obiectivul: **„Învățăm să folosim emailul”**. Participanții identifică împreună:

- **Persoane care pot ajuta:** educatori, bibliotecari, voluntari și locuitori cu competențe digitale;
- **Spații posibile:** biblioteca, școala, căminul cultural sau un spațiu al unei organizații locale;
- **Echipamente și materiale:** telefoane, calculatoare, internet și instrucțiuni tipărite;
- **Parteneri:** instituții și organizații care pot contribui la informarea participanților și la organizare.

Adulții din grup pot contribui prin invitarea altor persoane, identificarea unui spațiu sau sprijinirea colegilor.

3. Confirmăm resursele și împărțim responsabilitățile

Persoanele și instituțiile identificate sunt contactate pentru a verifica ce pot oferi. Grupul notează resursele confirmate și stabilește cine pregătește spațiul, cine facilitează atelierul și cine oferă sprijin individual.

Educatorul și persoanele de sprijin pregătesc împreună explicații simple și exerciții adaptate nivelului participanților.

4. Organizăm atelierul practic

Atelierul se desfășoară în grupuri mici, cu demonstrații urmate de exercițiu. În funcție de nivelul inițial, participanții învață:

- ce este o adresă de email și la ce folosește;
- să își creeze o adresă, dacă nu au deja;
- să deschidă și să citească un mesaj;
- să completeze destinatarul, subiectul și textul unui email;
- să trimită un mesaj și să atașeze o fotografie sau un document;
- să recunoască mesaje suspecte și să își protejeze datele.

Temele pot fi împărțite în mai multe întâlniri. Fiecare adult exersează în propriul ritm, păstrând confidențialitatea parolelor și a codurilor de verificare.

5. Evaluăm învățarea și continuăm sprijinul

La final, fiecare participant încearcă să trimită un email de exercițiu și, dacă este pregătit, să atașeze un fișier fără date personale. Educatorul observă ce poate realiza independent și unde mai are nevoie de ajutor.

Participanții primesc o fișă cu pașii principali. Harta resurselor se actualizează pentru a identifica cine poate oferi sprijin ulterior și unde se poate organiza o nouă întâlnire.

Rezultate educaționale și comunitare

Activitatea urmărește creșterea încrederii și a autonomiei adulților în utilizarea emailului. Progresul se observă prin operațiunile pe care fiecare participant le poate realiza singur.

Aplicarea metodei produce și **o hartă a resurselor locale confirmate, însoțită de un plan de colaborare**. Aceasta poate fi reutilizată pentru alte activități de educație a adulților, apropiind oportunitățile de învățare de locuitorii comunităților rurale.

DE LA OBSERVARE LA APLICARE
FIȘA „OBSERV – ADAPTEZ – APLIC”



În perioada 17–26 iunie 2026, trei participanți ai Asociației Pro Dezvoltare DACIA au participat la mobilitatea „From Observation to Change – Job Shadowing in Adult Education and Support Institutions”, organizată de EvroPro Training Center, Shumen, Bulgaria, în cadrul proiectului European Training 5.

Programul mobilității a pus accent pe observația structurată, reflecția asupra experiențelor și elaborarea unui plan de transfer. Pornind de la această abordare, propunem **Fișa „Observ – Adaptez – Aplic”**, un instrument prin care educatorii pot transforma practicile observate în îmbunătățiri concrete ale activităților cu adulții.

Descrierea instrumentului. Fișa sprijină selectarea unei practici relevante, înțelegerea modului în care funcționează și adaptarea acesteia la nevoile participanților și la resursele organizației.

Se completează după o vizită sau o activitate observată, se discută cu echipa și se actualizează după testarea practicii. Pentru fiecare practică se utilizează o fișă distinctă.

Etapă	Întrebări de lucru
Observ	Ce practică am observat? Unde și în ce context? Ce au făcut concret educatorii și participanții?
Înțeleg	Cărei nevoi îi răspunde? Ce indicii am despre utilitatea ei? Ce informații mai trebuie clarificate?
Compar	Cum abordăm această nevoie în organizația noastră? Ce diferențe există între participanți și resurse?
Adaptez	Ce putem prelua și ce trebuie modificat pentru adulții cu care lucrăm?
Aplic	Ce testăm? Cu ce grup? Cine răspunde, ce resurse sunt necesare și care este termenul?
Verific	Ce rezultate observăm? Ce spun participanții despre sprijinul oferit?
Decid	Păstrăm practica, o ajustăm sau renunțăm la ea? Care este următorul pas?

Exemplu de utilizare: identificarea nevoilor înaintea unui atelier

Exemplul următor ilustrează completarea fișei pentru o practică de sprijin individualizat.

Observ: educatorul discută individual cu adulții înaintea unei activități, pentru a afla ce doresc să învețe și ce dificultăți pot întâmpina.

Înțeleg: conversația poate evidenția nevoi care nu sunt exprimate în grup: dificultăți de citire, lipsa încrederii, probleme de deplasare sau necesitatea unor explicații suplimentare.

Compar: echipa analizează cum identifică în prezent aceste nevoi și ce informații îi lipsesc pentru pregătirea activităților.

Adaptez: propunem o conversație scurtă, bazată pe trei întrebări:

- „Ce ai dori să înveți?”
- „Ce ți-ar îngreuna participarea?”
- „Cum te putem sprijini?”

Participanții pot răspunde oral. Educatorul notează numai informațiile necesare organizării, fără a solicita detalii personale care nu sunt relevante.

Aplic: conversația este testată înaintea unui atelier cu adulți. Educatorul responsabil discută cu echipa ajustările posibile: materiale mai ușor de citit, explicații pas cu pas, pauze sau sprijin individual.

Verific: la final, participanții sunt întrebați dacă sprijinul le-a fost util. Educatorul observă dacă au putut participa la sarcinile propuse și ce dificultăți au rămas.

Decid: echipa ajustează întrebările și stabilește dacă introduce această etapă și în alte activități.

Valoare pentru organizație și participanți

Instrumentul creează o legătură clară între observație, schimbarea propusă și rezultatele aplicării. Discutarea fișelor în echipă permite valorificarea experienței tuturor participanților la mobilitate.

Rezultatul este **un plan de îmbunătățire verificabil**, cu responsabilități, termene și feedback din partea adulților, care poate contribui la dezvoltarea unor activități educaționale mai accesibile și mai bine adaptate.



COMUNITATEA ÎNVAȚĂ DE LA TINE
EXPERIENȚA ADULȚILOR, RESURSĂ PENTRU ÎNVĂȚAREA COMUNITARĂ



Mobilitatea de job shadowing desfășurată în Shumen, Bulgaria, în perioada 17–26 iunie 2026, la care au participat trei reprezentanți ai Asociației Pro Dezvoltare DACIA, în cadrul proiectului European Training 5, a oferit exemple de implicare comunitară și valorificare a experienței de viață.

Pornind de la rolul spațiilor culturale și comunitare și de la exemplele de activități intergeneraționale, propunem **„Comunitatea învață de la tine”**: o serie de întâlniri practice în care adulții împărtășesc priceperi dobândite de-a lungul vieții.

Descrierea abordării:

Activitatea se bazează pe **învățarea reciprocă**. Fiecare adult poate contribui cu o experiență, o pricepere sau o cunoaștere utilă, chiar dacă nu are pregătire de formator.

Educatorul îl sprijină să pregătească demonstrația, să explice pașii și să îi implice pe ceilalți. Rolurile se schimbă de la o întâlnire la alta: persoana care învață astăzi poate deveni, la următoarea întâlnire, cea care împărtășește o pricepere.

Grup-țintă: adulți din comunitate, inclusiv seniori și persoane care participă rar la activități educaționale. Pot fi implicați și membri ai altor generații.

Scop: recunoașterea experienței adulților, dezvoltarea încrederii și crearea unor relații de învățare și sprijin în comunitate.

Organizarea activității:

1. Descoperim ce putem învăța unii de la alții:

Educatorul pornește de la două întrebări: **„Ce știi să faci și ai putea arăta altcuiva?”** și **„Ce ai dori să înveți de la ceilalți?”**

Pot apărea teme precum grădinăritul, cusutul, meșteșugurile, muzica sau istoria locală. Răspunsurile sunt consemnate, iar grupul alege o temă de interes comun.

2. Pregătim întâlnirea împreună:

Persoana care dorește să împărtășească o pricepere stabilește, cu sprijinul educatorului, ce va demonstra, ce materiale sunt necesare și ce vor putea exersa participanții.

Dacă nu se simte confortabil să conducă singură întâlnirea, poate lucra alături de un coleg. Spațiul și sarcinile sunt adaptate posibilităților participanților.

3. Demonstrăm și exersăm:

De exemplu, un adult cu experiență în grădinărit arată cum se selectează, se etichetează și se păstrează semințele pentru sezonul următor. Participanții observă, exersează și discută despre propriile metode.

Educatorul încurajează întrebările, urmărește implicarea tuturor și sprijină explicarea etapelor.

4. Păstrăm cunoștințele împărtășite:

Grupul realizează o fișă simplă cu materialele și pașii principali. Cu acordul persoanei care a contribuit, fișa poate include numele acesteia și poate fi adăugată într-o colecție de priceperi a comunității.

Astfel, experiența împărtășită poate fi folosită și de alte persoane.

5. Reflectăm și continuăm:

La final, participanții discută ce au învățat, ce ar putea aplica și ce temă doresc pentru următoarea întâlnire. Un alt adult este invitat să contribuie cu propria pricepere.

Educatorul urmărește dacă participanții se simt valorizați, dacă revin și dacă apar noi propuneri de activități.

Valoare educațională și comunitară:

Inițiativa recunoaște cunoștințele dobândite prin muncă, viață de familie și implicare comunitară. Ea poate apropia generațiile și poate oferi un punct de intrare în educație adulților care au puțină încredere în propriile capacități.

Rezultatele concrete sunt **întâlnirile de învățare reciprocă și colecția de fișe practice**, construite prin contribuția participanților. Continuitatea este susținută de alegerea temelor împreună și de posibilitatea fiecărui adult de a contribui.



DE LA O CERERE GENERALĂ LA UN MATERIAL UTIL

Fișă pentru formularea și verificarea cererilor către inteligența artificială

Cursul **„Artificial Intelligence for Innovative Education in Environmental Design”**, organizat de **C.A.D.E.P. Euro Training Form, Milano, Italia**, în perioada **5–14 august 2026**, în cadrul proiectului **European Training 5**, a inclus formularea cererilor către inteligența artificială, adaptarea conținutului pentru adulți și integrarea temelor de sustenabilitate în activitățile educaționale.

Pornind de la aceste componente, propunem **Fișa „De la o cerere generală la un material util”**, destinată formatorilor și facilitatorilor care folosesc AI pentru pregătirea atelierelor.

Descrierea instrumentului

Fișa ajută formatorul/facilitatorul să precizeze contextul și rezultatul dorit înainte de a solicita un material. După generare, oferă repere pentru verificarea și adaptarea răspunsului.

Scop: pregătirea unor materiale corecte, accesibile și relevante pentru adulții participanți.

1. Formularea cererii

Rubrică	Ce precizează formatorul/facilitatorul
Participanții	Cine sunt adulții și ce experiențe relevante au?
Obiectivul	Ce vor putea face la finalul activității?
Nevoile de învățare	Ce explicații, adaptări sau forme de sprijin sunt necesare?
Contextul	Unde are loc activitatea și ce legătură are tema cu viața participanților?
Resursele	Ce timp, materiale și echipamente sunt disponibile?
Rezultatul solicitat	Un plan de atelier, o fișă practică, întrebări de discuție sau situații de analizat?
Cerințele de redactare	Limbaj simplu, instrucțiuni scurte, exemple concrete și format ușor de citit.

Nu este necesară introducerea numelor sau a altor date personale. Grupul poate fi descris prin caracteristicile relevante pentru învățare.

Exemplu: un atelier despre reducerea risipei alimentare

O cerere generală precum **„Scrie o activitate despre risipa alimentară”** oferă puține informații despre participanți și condițiile de lucru.

Folosind fișa, formatorul/facilitatorul poate formula:

„Propune un atelier de 60 de minute despre reducerea risipei alimentare în gospodărie, pentru 12 adulți dintr-o comunitate rurală. Participanții au experiență în gospodărie, iar unii preferă explicațiile orale și demonstrațiile. La final, fiecare va putea identifica două schimbări aplicabile în propria gospodărie. Avem hârtie, markere și ambalaje curate, fără proiector. Include o discuție despre experiențele participanților, trei situații cotidiene de analizat și o fișă scurtă pentru planificarea cumpărăturilor. Folosește un limbaj simplu. Nu inventa statistici; semnalează informațiile care necesită verificare."

2. Verificarea răspunsului

Înainte de utilizare, formatorul/facilitatorul analizează materialul:

Criteriu	**Întrebare de verificare**
Corectitudine	Informațiile sunt corecte? Recomandările despre păstrarea alimentelor au fost verificate în surse competente?
Relevanță	Exemplele corespund vieții și resurselor participanților?
Accesibilitate	Instrucțiunile sunt clare? Pot fi explicate și oral?
Participare	Activitatea valorifică experiența adulților și le permite să contribuie?
Fezabilitate	Sarcinile pot fi realizate în timpul și cu materialele disponibile?
Evaluare	Putem observa dacă participanții au atins obiectivul?

Formatorul/facilitatorul elimină recomandările nepotrivite, corectează informațiile și poate solicita o nouă variantă: **„Simplifică fișa la cinci întrebări și înlocuiește exemplele care presupun cumpărarea unor echipamente."**

3. Testarea și îmbunătățirea materialului

Materialul este discutat cu un coleg sau testat cu un grup mic de adulți. Formatorul/facilitatorul urmărește ce instrucțiuni sunt înțelese, unde apar dificultăți și ce exemple sunt utile.

La finalul atelierului, participanții formulează două schimbări pe care le pot aplica în gospodărie. Răspunsurile și feedbackul lor sunt folosite pentru revizuirea materialului.

Valoare educațională

Instrumentul sprijină folosirea critică a inteligenței artificiale în pregătirea activităților. Formatorul/facilitatorul stabilește obiectivele, verifică informațiile și decide forma finală a materialului, păstrând în centrul procesului nevoile și experiența adulților.

REPARĂM, REUTILIZĂM SAU ÎNLOCUIM?
ACTIVITATE DE EDUCAȚIE PENTRU MEDIU CU SPRIJINUL INTELIGENȚEI ARTIFICIALE



Pornind de la tematica cursului **„Artificial Intelligence for Innovative Education in Environmental Design”**, desfășurat la Milano în cadrul proiectului **European Training 5**, propunem o activitate în care adulții analizează opțiuni pentru prelungirea utilizării unor obiecte din gospodărie. Activitatea combină **analiza unei probleme practice, experiența participanților și evaluarea critică a sugestiilor generate de AI**.

Grup-țintă: adulți din comunitate, cu niveluri diferite de educație și experiență digitală.
Scop: dezvoltarea capacității de a compara soluții de reparare, reutilizare sau înlocuire, ținând cont de utilitate, cost, resurse și siguranță.

Durată orientativă: 60–90 de minute.

Materiale: obiecte simple sau fotografii ale acestora, fișe de lucru, markere și un dispozitiv cu acces la AI, utilizat de formator/facilitator. Sugestiile pot fi pregătite și tipărite înaintea întâlnirii.

1. Pornim de la un obiect concret

Formatorul/facilitatorul prezintă, de exemplu, o sacoșă textilă cu o cusătură desfăcută. Participanții discută: Ce problemă are? Mai poate fi folosită? Ce am făcut în situații asemănătoare?

Grupul propune mai întâi propriile soluții, valorificând priceperile existente.

2. Solicităm alternative cu ajutorul AI

Formatorul/facilitatorul formulează o cerere precisă:

„Propune trei opțiuni pentru o sacoșă textilă cu o cusătură desfăcută: reparare, reutilizare și înlocuire. Pentru fiecare, precizează materialele necesare, dificultatea și limitele soluției. Nu inventa prețuri și nu presupune că avem echipamente speciale.”

Sugestiile sunt citite și explicate grupului. Participanții nu au nevoie de conturi sau de experiență în folosirea AI.

3. Comparăm soluțiile

Grupul completează o fișă:

Opțiune	Ce ne trebuie?	Ce cost local estimăm?	Ce avantaje și limite are?
Reparare	Materiale și priceperi pentru refacerea cusăturii	Estimare pe baza informațiilor disponibile	Poate prelungi utilizarea; depinde de starea materialului.
Reutilizare	O idee potrivită și eventuale modificări	Estimare locală	Poate servi unui alt scop; trebuie să existe o nevoie reală.
Înlocuire	Un alt obiect potrivit	Preț verificat local	Poate fi necesară dacă obiectul nu mai este utilizabil; trebuie decis ce se întâmplă cu cel vechi.

Formatorul/facilitatorul întreabă: **„Ce sugestie AI este utilă? Ce nu se potrivește situației noastre? Ce informații lipsesc?”**

4. Alegem și argumentăm

Participanții aleg o opțiune și explică decizia folosind criteriile discutate. Pot exista alegeri diferite, în funcție de resurse, priceperi și starea obiectului.

Dacă materialele și condițiile permit, se poate realiza o demonstrație simplă de reparare. Obiectele care necesită intervenții specializate sunt analizate fără efectuarea reparației în atelier.

5. Transferăm în viața cotidiană

Fiecare participant identifică un obiect din propria gospodărie și un pas pe care îl poate face: verificarea posibilității de reparare, solicitarea ajutorului unei persoane pricepute sau găsirea unei utilizări potrivite.

La final, formatorul/facilitatorul verifică dacă adulții pot compara opțiunile și argumenta o decizie, inclusiv prin identificarea limitelor unei sugestii AI.

Rezultate educaționale

Activitatea dezvoltă gândirea critică, schimbul de experiență și luarea unor decizii informate



despre folosirea resurselor. Rezultatul concret este **o fișă de comparație și o decizie argumentată**, pe care participanții le pot adapta și altor obiecte din gospod

GESTURI ZILNICE, EFECTE ASUPRA PLANETEI
ACTIVITATE DE CONȘTIENTIZARE PENTRU ADULȚII DIN COMUNITĂȚILE RURALE



Pornind de la tematica cursului **„Artificial Intelligence for Innovative Education in Environmental Design”**, organizat de **C.A.D.E.P. Euro Training Form, Milano, Italia**, în perioada **5–14 august 2026**, în cadrul proiectului **European Training 5**, propunem o activitate care leagă educația pentru mediu de viața cotidiană a adulților.

Activitatea îi sprijină pe participanți să înțeleagă cum unele obiceiuri din gospodărie influențează aerul, apa, solul și consumul de resurse. Inteligența artificială este utilizată de formator/facilitator pentru pregătirea unor exemple și explicații accesibile, verificate înainte de folosire.

Grup-țintă: adulți din comunitățile rurale, cu experiențe și niveluri de educație diferite.

Scop: conștientizarea efectelor acțiunilor zilnice asupra mediului și identificarea unor alternative realizabile în gospodărie.

Durată orientativă: 60–90 de minute.

Materiale: imagini cu situații cotidiene, coli, markere și fișa „Acțiune – Efect – Alternativă”. Materialele pot fi tipărite; participanții nu au nevoie de dispozitive sau conturi digitale.

Instrumentul: fișa „Acțiune – Efect – Alternativă”

Fișa ajută participanții să urmărească legătura dintre un comportament, consecințele sale și o posibilă schimbare. Ea se completează împreună, pornind de la experiențele adulților și de la condițiile existente în localitate.

Acțiune zilnică	Efect posibil asupra mediului	Alternativă de discutat
Arderea deșeurilor în gospodărie	Poluarea aerului și depunerea unor substanțe nocive în mediul înconjurător	Separarea deșeurilor și folosirea serviciilor locale de colectare
Lăsarea apei să curgă inutil	Consum evitabil de apă	Închiderea robinetului și repararea pierderilor
Cumpărarea unor alimente care ajung să fie aruncate	Risipirea alimentelor și a resurselor folosite pentru producerea lor	Verificarea proviziilor și planificarea cumpărăturilor
Folosirea repetată a pungilor de unică folosință	Consum de materiale și generare de deșeuri	Utilizarea sacoșelor rezistente, cât mai mult timp

Aruncarea unui obiect care poate fi reparat	Generare de deșeuri și consum de resurse pentru înlocuire	Repararea, reutilizarea sau oferirea obiectului unei persoane care îl poate folosi

Desfășurarea activității

1. Pornim de la viața de zi cu zi. Formatorul/facilitatorul invită adulții să descrie obiceiuri din gospodărie: cum folosesc apa, ce fac cu alimentele rămase, cum gestionează deșeurile și ce obiecte repară.

Sunt evidențiate și practicile care protejează deja resursele. Discuția valorifică experiența participanților, fără a-i culpabiliza.

2. Analizăm situații concrete. Grupul primește imagini sau scurte descrieri: un robinet care pierde apă, deșeuri arse în curte, alimente uitate sau un obiect reparabil aruncat. Pentru fiecare situație, formatorul/facilitatorul întreabă: **„Ce se întâmplă?", „Ce efect poate avea?" și „Ce am putea face diferit?"**

Explicațiile leagă efectele din gospodărie de cele asupra comunității și planetei: consumul de resurse, poluarea și acumularea deșeurilor.

3. Completăm fișa și verificăm alternativele. Participanții propun soluții și discută dacă le pot aplica. Sunt luate în calcul costurile, timpul, spațiul și serviciile disponibile. Dacă o alternativă depinde de infrastructură — de exemplu, colectarea anumitor deșeuri — grupul notează ce informații trebuie obținute și cine poate ajuta. Astfel, responsabilitatea individuală este discutată împreună cu sprijinul necesar din partea comunității și instituțiilor.

4. Alegem o schimbare realizabilă. Fiecare adult completează, oral sau în scris: **„În următoarele două săptămâni, voi încerca să…"** Schimbarea poate fi simplă: verificarea alimentelor înainte de cumpărături, folosirea unei sacoșe reutilizabile sau repararea unei pierderi de apă.



5. Revenim asupra experienței. După două săptămâni, participanții discută ce au reușit, ce dificultăți au întâmpinat și ce sprijin le-ar fi util. Exemplele lor pot completa fișa pentru următoarele activități.

Rolul inteligenței artificiale. Formatorul/facilitatorul poate solicita AI situații cotidiene, întrebări de discuție și variante de explicații în limbaj simplu. Înainte de utilizare, verifică informațiile și adaptează recomandările la condițiile locale. Imaginile generate sunt prezentate ca ilustrații.

Rezultate educaționale. La final, participanții vor putea explica efectul asupra mediului al unor acțiuni cotidiene și vor identifica cel puțin o alternativă potrivită propriei gospodării.

Rezultatele concrete sunt **fișa „Acțiune – Efect – Alternativă" și angajamentul individual de schimbare**, construite pe baza experienței și posibilităților adulților.

INSTRUMENTE ȘI PLATFORME DIGITALE PENTRU FORMATORI ȘI FACILITATORI



Programul cursului **„Artificial Intelligence for Innovative Education in Environmental Design”**, desfășurat la Milano, a inclus instrumente pentru generarea și adaptarea materialelor, colaborare și evaluare. Acestea pot sprijini pregătirea unor activități accesibile și relevante pentru adulți.

Instrument / platformă	Utilizare pentru formatori și facilitatori	Exemplu de aplicare
ChatGPT, Gemini, Claude	Elaborarea unor variante de planuri de atelier, explicații, întrebări și fișe adaptate grupului	Pregătirea unor situații cotidiene pentru activitatea „Gesturi zilnice, efecte asupra planetei”
Canva și funcțiile sale AI	Realizarea de prezentări, afișe și fișe vizuale	O fișă ilustrată „Acțiune – Efect – Alternativă”, cu text scurt și caractere ușor de citit
Adobe Firefly	Generarea de imagini ilustrative pentru materiale educaționale	Imagini care prezintă comportamente diferite privind folosirea apei sau reutilizarea obiectelor
Padlet	Centralizarea ideilor, materialelor și reflecțiilor într-un spațiu comun	Un panou cu exemple de practici din gospodărie care economisesc resurse
Miro	Organizarea vizuală a ideilor și planificarea colaborativă	O hartă care leagă acțiunile zilnice de efectele asupra mediului și de alternative
Wakelet	Organizarea unei colecții de resurse educaționale	Linkuri, videoclipuri și materiale verificate despre reducerea risipei
Kahoot / Quizizz	Verificarea înțelegerii prin întrebări scurte și feedback	Întrebări bazate pe situații practice: „Ce soluție ai alege și de ce?”
Notion AI	Structurarea notițelor, materialelor și planurilor de activitate	Organizarea unui plan de transfer, cu acțiuni, responsabilități și termene

Exemplu de utilizare combinată

Pentru atelierul **„Gesturi zilnice, efecte asupra planetei”**, formatorul/facilitatorul poate:

1. Folosi **ChatGPT, Gemini sau Claude** pentru o primă variantă de situații și întrebări, apoi verifica informațiile.
2. Pregăti în **Canva** o fișă ilustrată, care poate fi tipărită.
3. Centraliza în **Padlet** ideile participanților sau le poate introduce după discuția orală.
4. Utiliza **Kahoot ori Quizizz** pentru o scurtă verificare a înțelegerii, dacă grupul are acces la dispozitive și se simte confortabil să le folosească.

Alegerea instrumentului potrivit

Formatorul/facilitatorul alege platforma în funcție de obiectiv, accesul la internet și experiența digitală a adulților. Pentru grupurile cu competențe digitale limitate, instrumentele pot fi folosite la pregătirea materialelor, iar activitatea poate avea loc cu fișe tipărite și discuții.

Materialele generate cu AI sunt verificate înainte de utilizare, iar datele personale ale participanților nu sunt introduse în cereri. Disponibilitatea funcțiilor, costurile și condițiile de acces se verifică înaintea organizării atelierului.



DE LA REPROȘ LA CERERE CLARĂ
INSTRUMENT DE COMUNICARE PENTRU PĂRINȚII ADOLESCENȚILOR



Cursul „Conflict Management and Emotional Intelligence for Enhancing Positive Relationships”, organizat de C.A.D.E.P. Euro Training Form, Milano, Italia, în perioada 5–14 august 2026, în cadrul proiectului European Training 5, a inclus comunicarea nonviolentă, ascultarea activă și gestionarea conflictelor. Programul a prevăzut și o componentă dedicată relației dintre părinți și adolescenți.

Pornind de la aceste teme, propunem **Fișa „De la reproș la cerere clară”**, un instrument prin care adulții pot exersa exprimarea emoțiilor și nevoilor fără etichetări sau acuzații.

Descrierea instrumentului.

Fișa se bazează pe cei patru pași ai comunicării nonviolente, abordată în cadrul cursului: **observație, emoție, nevoie și cerere**.

Instrumentul ajută părintele să descrie o situație concretă, să își clarifice reacția și să formuleze o solicitare care deschide dialogul. Nu garantează acordul celuilalt, dar oferă un punct de plecare pentru ascultare și negociere.

Grup-țintă: adulți care au rol parental sau de îngrijire a adolescenților.

Scop: dezvoltarea unei comunicări clare și respectuoase în situațiile de dezacord.

Materiale: fișa de lucru, exemple de mesaje și instrumente de scris. Răspunsurile pot fi formulate și oral.

Fișa „De la reproș la cerere clară”

Pas	Întrebarea de lucru	Reper pentru formulare
1. Observație	Ce s-a întâmplat concret?	Descriu un fapt, fără „mereu”, „niciodată” sau etichete.
2. Emoție	Ce simt în această situație?	Numesc emoția: îngrijorare, frustrare, tristețe, teamă.
3. Nevoie	Ce este important pentru mine?	Clarific nevoia: siguranță, cooperare, odihnă, încredere sau predictibilitate.
4. Cerere	Ce solicit concret?	Propun o acțiune clară și realizabilă, lăsând loc unui răspuns.

Exemplu de aplicare.

Mesaj inițial:

„Ești iresponsabil! Nu te gândești niciodată că îmi fac griji!”

Situația: adolescentul a revenit acasă după ora stabilită, fără să anunțe.

- **Observație:** „Am stabilit să ajungi la ora 21:00, iar astăzi ai ajuns la 22:00, fără să mă anunți.”
- **Emoție:** „M-am simțit îngrijorat.”
- **Nevoie:** „Am nevoie să știu că ești în siguranță.”
- **Cerere:** „Data viitoare, dacă îți dai seama că întârzii, poți să îmi trimiți un mesaj înainte de ora stabilită?”

După formularea mesajului, părintele ascultă perspectiva adolescentului: **„Ce s-a întâmplat din punctul tău de vedere?”** Împreună pot clarifica un acord realist pentru situațiile viitoare.

Utilizarea într-un atelier cu adulți:

1. Analizăm un exemplu

Formatorul/facilitatorul prezintă o situație fictivă și două formulări: una bazată pe reproș, cealaltă pe descrierea faptelor și exprimarea nevoilor. Participanții discută ce reacții poate provoca fiecare.

2. Separăm faptele de interpretări.

Grupul compară expresii precum „Nu mă respecți” și „Ai început să vorbești înainte să termin ce aveam de spus”. Formatorul/facilitatorul sprijină identificarea diferenței dintre o judecată și un comportament observabil.

3. Completăm fișa.

Participanții aleg un exemplu fictiv sau, dacă doresc, o situație proprie. Completează cei patru pași individual ori cu sprijin. Împărtășirea experiențelor personale rămâne voluntară.

4. Verificăm cererea.

Formatorul/facilitatorul întreabă: „Este clar ce solicităm?”, „Poate persoana să realizeze această acțiune?” și „Suntem pregătiți să ascultăm un răspuns sau o altă propunere?”.

5. Aplicăm și reflectăm.

Fiecare participant alege o formulare pe care dorește să o încerce într-o conversație cotidiană. La o întâlnire ulterioară, adulții pot discuta ce a fost util și ce a rămas dificil, fără a dezvălui detalii intime.

Rezultate educaționale.

La final, participanții vor putea diferenția o observație de o etichetare, vor putea exprima o emoție și o nevoie și vor formula o cerere concretă.

Rezultatul este **o fișă de comunicare reutilizabilă**, care sprijină atât exprimarea părintelui, cât și ascultarea perspectivei adolescentului.



PAUZĂ ÎNAINTE DE REACȚIE
INSTRUMENT DE AUTOREGLARE PENTRU FORMATORI ȘI FACILITATORI

Cursul „Conflict Management and Emotional Intelligence for Enhancing Positive Relationships”, organizat de C.A.D.E.P. Euro Training Form, Milano, Italia, în perioada 5–14 august 2026, în cadrul proiectului European Training 5, a inclus identificarea factorilor care declanșează reacții emoționale, autoreglarea și prevenirea escaladării conflictelor.



Pornind de la metoda **STOP**, menționată în program, propunem instrumentul **„Pauză înainte de reacție”**, destinat formatorilor și facilitatorilor care lucrează cu grupuri de adulți.

Descrierea instrumentului. Într-o situație tensionată, formatorul/facilitatorul poate simți iritare, presiune sau impulsul de a răspunde defensiv. Metoda STOP introduce o pauză scurtă pentru observarea propriei reacții și alegerea unei intervenții potrivite.

Scop: gestionarea reacției personale și menținerea unui cadru de dialog respectuos.

Instrumentul poate fi păstrat sub forma unui cartonaș, alături de planul activității.

Pas	Ce face formatorul/facilitatorul
S – Stop: oprește reacția automată	Face o pauză înainte de a răspunde. Evită replica impulsivă și ridicarea tonului.
T – Take a breath: respiră	Respiră calm, fără să forțeze, și își acordă câteva momente pentru a se stabiliza.
O – Observe: observă	Identifică emoția, tensiunea din corp și ceea ce s-a întâmplat concret. Separă faptele de presupuneri.
P – Proceed: continuă conștient	Alege o intervenție: clarificare, ascultare, reamintirea regulilor sau o scurtă pauză a activității.

Exemplu de aplicare

În timpul unui atelier, un participant spune pe un ton ridicat: **„Asta nu ne ajută cu nimic! Nu înțelegeți problemele noastre!”**

Formatorul/facilitatorul simte impulsul de a-și apăra imediat activitatea. Aplică instrumentul:

Oprește: lasă câteva momente înainte de răspuns.

Respiră: își calmează ritmul și păstrează un ton echilibrat.

Observă: „Simt iritare. Participantul a spus că activitatea nu îi este utilă; încă nu știu ce anume îi lipsește.”

Continuă: răspunde printr-o întrebare concretă:

„Aș vrea să înțeleg ce nu răspunde nevoilor dumneavoastră. Ne puteți da un exemplu și spune ce v-ar fi mai util?”

Dacă apar jigniri, formulează și o limită:

„Putem exprima dezacordul și putem adapta discuția. Pentru a continua, avem nevoie să vorbim fără jigniri.”

Pregătirea utilizării:

1. Identificăm situațiile care ne provoacă

Formatorul/facilitatorul notează ce îi declanșează frecvent reacții: întreruperile, criticile, refuzul unei sarcini sau conflictele dintre participanți.

2. Recunoaștem semnalele personale

Identifică semnele care anunță o reacție impulsivă: vorbire accelerată, încordare, creșterea volumului vocii sau dorința de a încheia brusc discuția.

3. Pregătim câteva formulări de sprijin

De exemplu:

- „Să clarificăm ce s-a întâmplat.”
- „Aș vrea să ascultăm pe rând fiecare perspectivă.”
- „Ce schimbare concretă propuneți?”
- „Facem o scurtă pauză și revenim la discuție.”

4. Reflectăm după activitate

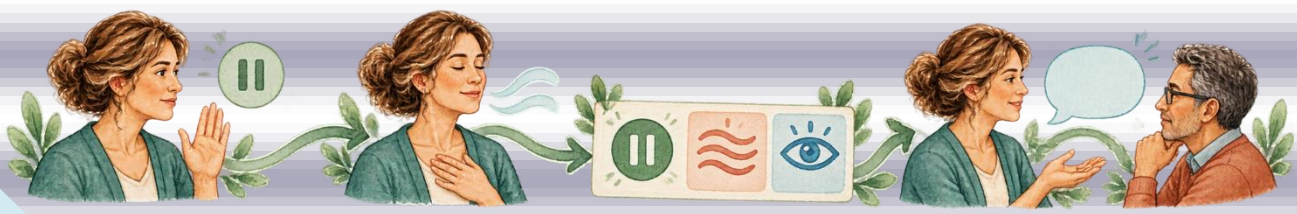
Formatorul/facilitatorul completează trei întrebări:

- Ce am observat în propria reacție?
- Ce intervenție am ales și ce efect a avut?
- Ce aș putea face diferit data viitoare?

Valoare practică

Instrumentul sprijină autoreglarea și intervenția deliberată. Pauza poate ajuta formatorul/facilitatorul să asculte, să clarifice nevoile și să păstreze limitele grupului.

Rezultatul concret este **un cartonaș STOP și o scurtă fișă de reflecție**, reutilizabile înaintea, în timpul și după activitățile cu adulții.



PATRU ATELIERE PENTRU DEZVOLTAREA COMPETENȚELOR EMOȚIONALE ȘI RELAȚIONALE ALE ADULȚILOR



În cadrul cursului „Conflict Management and Emotional Intelligence for Enhancing Positive Relationships”, desfășurat la C.A.D.E.P. Euro Training Form, Milano, Italia, în perioada 5–14 august 2026, au fost planificate patru ateliere pentru aplicare în activitățile APDD cu adulții. Programul a dedicat ultimele patru zile proiectării, exersării și îmbunătățirii acestora, pe baza feedbackului formatorului și al colegilor.

1. „Emoțiile mele, alegerea mea”
My Emotions, My Choice



Scop: recunoașterea emoțiilor și dezvoltarea unor modalități constructive de gestionare a reacțiilor.

Atelierul se adresează în special adulților aflați în căutarea unui loc de muncă sau în reconversie profesională. Participanții identifică situații care le provoacă stres, frustrare ori nesiguranță și observă cum acestea le influențează comportamentul.
Sunt abordate tehnici simple de respirație, ancorare în prezent și introducere a unei pauze înainte de reacție. Fiecare participant își construiește un set personal de strategii pe care le poate utiliza în situații dificile.



2. „Vorbim fără să rănim” *We Speak Without Hurting*

Scop: exprimarea clară a emoțiilor și nevoilor, fără acuzații sau etichetări.

Atelierul este destinat grupurilor diverse de adulți, inclusiv persoanelor care se confruntă cu excluziunea socială. Sunt utilizați cei patru pași ai comunicării nonviolente: **observație, emoție, nevoie și cerere**.

Participanții analizează mesaje cotidiene, transformă reproșurile în formulări constructive și exersează ascultarea activă. Activitățile sunt adaptate nivelului de exprimare și experienței grupului, urmărind dezvoltarea unui dialog respectuos.

3. „Eu contez” *I Matter*



Scop: consolidarea încrederii în sine și exprimarea asertivă a nevoilor și limitelor personale.

Atelierul sprijină adulții aflați în situații de vulnerabilitate să își recunoască resursele, experiențele și valoarea personală. Participanții lucrează asupra exprimării emoțiilor, solicitării sprijinului și stabilirii limitelor într-un mod respectuos.

O componentă distinctă este dedicată **părinților care întâmpină dificultăți de comunicare cu adolescenții**. Aceasta abordează ascultarea, înțelegerea perspectivelor diferite și gestionarea dezacordurilor prin empatie și dialog.



4. „Împreună găsim soluții” *Together We Solve It*

Scop: dezvoltarea dialogului comunitar și a capacității de a aborda împreună probleme și dezacorduri.

Participanții analizează o situație de interes comun, ascultă perspectivele celorlalți și identifică soluții realizabile. Atelierul include exprimarea asertivă în comunitate și strategii pentru gestionarea schimbărilor și a nereușitelor.

Programul prevede și o

componentă pentru **formatorii, facilitatorii și voluntarii APDD**, axată pe inteligența emoțională, gestionarea propriilor reacții și susținerea unui climat de colaborare.

Cele patru ateliere formează un parcurs complementar: **înțelegerea propriilor emoții, comunicarea respectuoasă, recunoașterea valorii personale și colaborarea pentru găsirea soluțiilor**. Aplicarea lor poate fi adaptată nevoilor, ritmului și experienței fiecărui grup de adulți.

TRUSA PRACTICĂ PENTRU EDUCAȚIA ADULȚILOR
ȘASE INSTRUMENTE PENTRU PLANIFICARE, EVALUARE ȘI COLABORARE



În cadrul proiectului European Training 5, experiența de job shadowing desfășurată la C.A.D.E.P. Euro Training Form, Milano, Italia, în perioada 5–14 august 2026, a fost valorificată prin elaborarea a șase instrumente de lucru pentru Asociația Pro Dezvoltare DACIA.

Instrumentele urmăresc întregul parcurs al unui program de educație a adulților: înțelegerea nevoilor participanților, proiectarea formării, evaluarea rezultatelor și asigurarea resurselor și colaborărilor necesare. Exemplele sunt orientate către adulții din Drăgășani și localitățile învecinate, inclusiv persoane aflate în căutarea unui loc de muncă sau în reconversie profesională.

Trusa cuprinde:

- **I1 – Fișa de analiză a nevoilor de formare:** identificarea nevoilor, a barierelor de participare și a adaptărilor necesare.
- **I2 – Modelul de proiectare a unui curs pentru adulți:** organizarea obiectivelor, competențelor, sesiunilor, metodelor și resurselor.
- **I3 – Fișa de evaluare a rezultatelor formării:** colectarea feedbackului, autoevaluarea competențelor și urmărirea rezultatelor.
- **I4 – Modelul de protocol de parteneriat local:** stabilirea obiectivelor comune, a responsabilităților și a contribuțiilor partenerilor.
- **I5 – Harta oportunităților de finanțare:** organizarea informațiilor despre surse potențiale și pașii necesari pentru analizarea lor.
- **I6 – Planul de transfer:** transformarea învățării din mobilitate în acțiuni, cu termene, responsabilități și indicatori.

Modelele prezentate includ exemple de completare și repere de aplicare. Formatorii, facilitatorii și echipele organizațiilor le pot adapta la propriile grupuri, păstrând legătura dintre nevoile adulților și activitățile propuse. Informațiile despre finanțări se actualizează înainte de utilizare, iar exemplele de rezultate se înlocuiesc cu datele efectiv colectate.

INSTRUMENT I1

FISA DE ANALIZA A NEVOILOR DE FORMARE

Elaborat in cadrul activitatii de Job-Shadowing Adult Education Staff | C.A.D.E.P. Euro Training Form, Milano, Italia | August 2026

Organizatia	*Asociatia Pro Dezvoltare DACIA (APDD) – Dragasani, judetul Valcea, Romania*
Elaborat de	*Membru echipa proiecte APDD – participant la Job-Shadowing Adult Education Staff, Milano, august 2026*
Mentor validare	*Coordonator desemnat, C.A.D.E.P. Euro Training Form, Milano, Italia*
Data elaborarii	*14 august 2026*
Program de formare vizat	*Programe de educatie a adultilor din comunitate – adulti dezavantajati, someri, persoane in reconversie profesionala*
Zona geografica	*Dragasani si imprejurimi, judetul Valcea*

SECTIUNEA 1 – PROFILUL GRUPULUI TINTA

1.1 Descrierea grupului tinta

Adulti cu varste intre 25 si 55 de ani din Dragasani si comunele limitrofe din judetul Valcea, cu nivel educational mediu sau scazut (studii gimnaziale sau liceale nefinalizate), care se confrunta cu somaj, risc de excludere sociala sau nevoia de reconversie profesionala. Grupul include si femei din mediul rural cu acces limitat la piata muncii si parinti care doresc sa isi imbunatateasca situatia profesionala pentru a sustine educatia copiilor.

1.2 Numarul estimat de beneficiari

15-25 de persoane per ciclu de formare; 3-4 cicluri pe an.

1.3 Caracteristici specifice relevante pentru proiectarea formarii

Experienta negativa cu sistemul educational formal; disponibilitate limitata de timp (responsabilitati familiale si de munca); preferinta pentru invatare practica si aplicata; nivel de incredere in sine scazut la inceputul programului; motivatie ridicata atunci cand temele de formare sunt direct relevante pentru situatia lor de viata.

SECTIUNEA 2 – NEVOILE DE FORMARE IDENTIFICATE

2.1 Tabel sinteza al nevoilor

Categorie de nevoi	Nevoi identificate	Prioritate (Mare / Medie / Mica)
Competente profesionale	*Lipsa competentelor de proiectare a cursurilor structurate pentru adulti cu nivel educational scazut; nevoia de metode adaptate pentru somersi si persoane in reconversie profesionala*	*Mare*
Competente digitale	*Utilizarea limitata a platformelor digitale pentru livrarea si evaluarea programelor de educatie a adultilor*	*Medie*
Acces la informatii si resurse	*Lipsa informatiilor despre surse de finantare disponibile pentru educatia adultilor dincolo de Erasmus+; acces limitat la modele de buna practica europene*	*Mare*
Participare si motivatie	*Rata scazuta de participare a adultilor dezavantajati la programele de formare din cauza barierelor de timp, transport si incredere in sine*	*Mare*
Parteneriate si retele	*Absenta unui protocol formalizat de colaborare cu parteneri locali (scoli, primarii, angajatori) pentru plasarea adultilor in programe de formare*	*Medie*

2.2 Nevoi prioritare – descriere detaliata

Nevoia principala identificata este aceea de programe de formare scurte, practice si direct aplicabile, care sa combine dezvoltarea competentelor profesionale (orientare pe piata

muncii, recalificare, competente digitale de baza) cu dezvoltarea personala (incredere in sine, comunicare, gestionarea emotiilor). Adultii din grup nu au nevoie de formare teoretica abstracta – au nevoie de instrumente concrete pe care le pot folosi a doua zi in viata lor.

SECTIUNEA 3 – BARIERE IN CALEA PARTICIPARII

3.1 Tabel bariere si strategii de depasire

Tip de bariera	Descriere concreta	Strategie de depasire propusa
Geografica / Transport	*Zona rurala - distante mari fata de centrele de formare; lipsa mijloacelor de transport in comun regulate*	*Organizarea activitatilor in locatii accesibile din Dragasani; parteneriat cu primaria pentru transport*
Timp si program	*Adultii din grup au responsabilitati familiale si de munca care ingreuna participarea la programe cu orar fix*	*Program flexibil - sesiuni de dimineata si de seara; module scurte de 2-3 ore*
Incredere in sine / stigma	*Multi adulti din grupul tinta au experienta negativa cu sistemul educational formal si se percep ca nepregatiti pentru formare*	*Abordare non-formala, spatiu sigur, facilitator din comunitate, teme relevante pentru viata lor*
Financiara	*Costurile de participare (transport, materiale) reprezinta o bariera reala pentru adultii cu venituri mici*	*Acoperirea costurilor prin proiect; parteneriat cu serviciul de ocupare a fortei de munca*

SECTIUNEA 4 – CONCLUZII SI RECOMANDARI PENTRU PROIECTAREA FORMARII

4.1 Tipul de program recomandat

Programe scurte de formare non-formala (6-10 sesiuni de 2-3 ore), desfasurate in Dragasani sau in comunele din apropiere, cu orar flexibil (dimineata devreme sau seara), care combina achizitia de competente practice cu dezvoltarea personala. Metodologie: invatare prin practica, lucru in grup mic, discutii bazate pe experienta participantilor, teme relevante pentru viata cotidiana.

4.2 Teme prioritare recomandate pentru programele APDD

(1) Orientare profesionala si pregatire pentru piata muncii; (2) Competente digitale de baza (utilizarea telefonului inteligent, e-mail, platforme de cautare a unui loc de munca); (3)

Comunicare si relationare la locul de munca; (4) Gestionarea emotiilor si rezilienta; (5) Drepturi si responsabilitati ale angajatilor.

4.3 Parteneri locali recomandati pentru implementare

Agentia Judeteana pentru Ocuparea Fortei de Munca Valcea (AJOFM); Primaria Dragasani; Scoala Profesionala Dragasani; Centrul Cultural Dragasani; angajatori locali din domeniile comert, servicii si productie usoara.

4.4 Urmatorul pas

Prezentarea acestei fise de analiza in cadrul sedintei de echipa APDD din septembrie 2026 si initierea unui proces de consultare cu partenerii locali identificati pentru validarea nevoilor si stabilirea calendarului primului ciclu de formare.

Instrument elaborat de participantul APDD in cadrul activitatii de Job-Shadowing | Milano, august 2026

Validat de: Coordonator C.A.D.E.P. Euro Training Form | Data: 14 august 2026



INSTRUMENT I2
SABLON DE DESIGN AL UNUI CURS PENTRU ADULTI

Elaborat in cadrul activitatii de Job-Shadowing Adult Education Staff | C.A.D.E.P. Euro Training Form, Milano, Italia | August 2026

Titlul cursului	*Orientare Profesionala si Pregatire pentru Piata Muncii*
Organizatia	*Asociatia Pro Dezvoltare DACIA (APDD) – Dragasani, judetul Valcea*
Public tinta	*Adulti someri sau in risc de excludere sociala, 25-55 ani, din Dragasani si comunele limitrofe*
Durata totala	*6 sesiuni x 2 ore = 12 ore + 1 sesiune de bilant 1.5 ore = 13.5 ore total*
Locatie	*Sediul APDD Dragasani sau spatiu partener (primarie, centru cultural)*
Marimea grupului	*10-15 participanti per serie*
Elaborat de	*Membru echipa proiecte APDD – Job-Shadowing Milano, august 2026*
Mentor validare	*Coordonator C.A.D.E.P. Euro Training Form, Milano	Data: 14 august 2026*

SECTIUNEA 1 – DESCRIEREA CURSULUI

1.1 Scopul cursului

Cursul isi propune sa sprijine adultii din Dragasani si imprejurimi in procesul de (re)integrare pe piata muncii, oferindu-le instrumentele practice, competentele si increderea necesare pentru a-si gasi si mentine un loc de munca. Abordarea este non-formala, practica si centrata pe experienta si nevoile reale ale participantilor.

1.2 Obiective specifice

(1) Participantii isi autoevalueaza competentele si isi redacteaza un CV adaptat la piata locala; (2) Participantii identifica si utilizeaza cel putin o resursa de cautare a unui loc de munca; (3) Participantii exerseaza comunicarea in context profesional (interviu simulat); (4) Participantii cunosc drepturile lor esentiale ca angajati; (5) Fiecare participant elaboreaza un plan personal de actiune pentru urmatorii 3 luni.

1.3 Metodologie generala

Educatie non-formala; invatare prin practica si experienta; lucru in grup mic; discutii bazate pe situatii reale din viata participantilor; exercitii individuale ghidate; role-play; feedback

structurat si apreciativ. Nu exista examene sau note – fiecare participant progreseaza in ritmul propriu.

SECTIUNEA 2 – STRUCTURA MODULARA A CURSULUI

2.1 Tabelul sesiunilor

Nr.	Titlul modulului / sesiunii	Continut principal	Durata	Metode
1	**Cine sunt eu pe piata muncii?**	*Autoevaluarea competentelor profesionale si personale; redactarea unui CV simplu; identificarea punctelor forte*	*2 ore*	*Exercitiu individual, lucru in perechi, feedback de grup*
2	**Unde sunt locurile de munca?**	*Identificarea oportunitatilor de angajare in Dragasani/Valcea; utilizarea platformelor online de cautare a unui loc de munca; contactul cu angajatorii*	*2 ore*	*Demonstratie practica, exercitiu pe telefon/calculator, role-play*
3	**Cum ma prezint?**	*Pregatirea pentru interviul de angajare; comunicare verbala si non-verbala; gestionarea emotiilor in situatii de evaluare*	*2 ore*	*Simulare interviu, video-analiza, feedback structurat*
4	**Drepturile si obligatiile mele**	*Contractul de munca, drepturile angajatilor, institutii de suport (AJOFM, ITM)*	*2 ore*	*Prezentare interactiva, studiu de caz, intrebari si raspunsuri*
5	**Planul meu de actiune**	*Fiecare participant isi elaboreaza un plan personal de actiune pentru urmatorii 3 luni: pasi concreti, resurse, sprijin necesar*	*2 ore*	*Lucru individual ghidat, prezentare voluntara, feedback de grup*
6	**Bilant si certificare**	*Autoevaluarea invatarii; completarea jurnalului de competente; evaluarea*	*1.5 ore*	*Reflectie structurata, chestionar, ceremonie de inchidere*

Nr.	Titlul modulului / sesiunii	Continut principal	Durata	Metode
		programului; celebrare		

SECTIUNEA 3 – COMPETENTE DOBANDITE SI EVALUARE

3.1 Tabelul competentelor

Cod	Competenta dobandita	Indicator de evaluare
C1	**Autoevaluarea competentelor profesionale**	*Participantul identifica cel putin 5 competente personale si profesionale si le descrie concret*
C2	**Utilizarea instrumentelor de cautare a unui loc de munca**	*Participantul utilizeaza cel putin o platforma online de cautare a unui loc de munca si trimite o candidatura*
C3	**Comunicare in context profesional**	*Participantul sustine un interviu simulat cu cel putin 3 raspunsuri clare si bine structurate*
C4	**Cunoasterea drepturilor angajatilor**	*Participantul identifica corect cel putin 3 drepturi esentiale ale angajatilor*
C5	**Planificare personala**	*Participantul elaboreaza un plan de actiune personal cu cel putin 3 pasi concreti si termene realiste*

3.2 Modalitati de evaluare

Evaluare formativa continua pe parcursul sesiunilor (observarea participarii, feedback verbal); autoevaluare la finalul fiecarei sesiuni (scala 1-5); evaluare finala prin prezentarea planului personal de actiune; chestionar de satisfactie completat in sesiunea 6. Nu exista test scris. Formatorul completeaza o fisa de observatie per participant.

SECTIUNEA 4 – RESURSE NECESARE

4.1 Materiale si echipamente

Flipchart si markere; fise de lucru printate (CV-template, fisa de drepturi, fisa planului de actiune); calculator/laptop si proiector; acces la internet pentru sesiunile practice de cautare a unui loc de munca; dosare individuale pentru fiecare participant.

4.2 Buget estimativ per serie (15 participanti)

Materiale si imprimate: 150 lei; refreshment (apa, cafea): 200 lei; transport formator (daca activitatea nu este la sediul APDD): 100 lei; total estimat: 450 lei per serie. Finantare posibila: Erasmus+, fonduri POCU, sponsorizari locale.

4.3 Cerinte pentru spatiul de desfasurare

Sala care poate gazdui 15 persoane asezate in cerc sau in grupuri mici (nu in format scolar traditional); acces la prize electrice; iluminare naturala preferata; acces usor cu mijloace de transport; toaleta disponibila; atmosfera prietenoasa si informala.

Instrument elaborat de participantul APDD in cadrul activitatii de Job-Shadowing | Milano, august 2026

Validat de: Coordonator C.A.D.E.P. Euro Training Form | Data: 14 august 2026



INSTRUMENT I3
FISA DE EVALUARE A REZULTATELOR FORMARII

Elaborat in cadrul activitatii de Job-Shadowing Adult Education Staff | C.A.D.E.P. Euro Training Form, Milano, Italia | August 2026

Cursul evaluat	*Orientare Profesionala si Pregatire pentru Piata Muncii*
Organizatia	*Asociatia Pro Dezvoltare DACIA (APDD) – Dragasani, judetul Valcea*
Data evaluarii	*La finalul ultimei sesiuni a cursului*
Completat de	*Participantul la curs (anonim) + Formatorul APDD*
Elaborat de	*Membru echipa proiecte APDD – Job-Shadowing Milano, august 2026*
Mentor validare	*Coordonator C.A.D.E.P. Euro Training Form	Data: 14 august 2026*

SECTIUNEA 1 – CHESTIONAR DE SATISFACTIE (completat de participant)

Instructiune pentru participant

Va rugam sa evaluati fiecare aspect al cursului pe o scala de la 1 la 5, unde 1 = deloc si 5 = in totalitate. Nu exista raspunsuri corecte sau gresite – opinia dvs. ne ajuta sa imbunatatim programele viitoare.

Intrebare	Raspuns (scala 1=deloc ... 5=in totalitate)
In ce masura temele cursului au raspuns nevoilor mele reale?	*5 – In totalitate. Temele au fost exact ce aveam nevoie pentru situatia mea actuala.*
In ce masura metodele folosite m-au ajutat sa invat?	*5 – Am invatat mult mai bine prin exercitii practice decat dintr-un curs teoretic.*
In ce masura formatorul a fost clar, accesibil si de ajutor?	*5 – Formatorul a explicat totul pe intelesul nostru si a raspuns la toate intrebarile.*
In ce masura ma simt mai pregatit/a sa caut sau sa imi mentin locul de munca?	*4 – Mult mai pregatit/a. Mai am nevoie de practica, dar stiu ce am de facut.*
In ce masura as recomanda acest curs altor persoane din comunitate?	*5 – Il recomand tuturor celor care au nevoie de orientare profesionala.*

Ce a fost cel mai valoros pentru tine in acest curs?

Exercitiul de interviu simulat si feedback-ul primit de la colegi. Mi-a dat incredere ca pot sa ma prezint bine la un interviu real.

Ce ai schimba sau adauga la acest curs?

As adauga o sesiune despre cum sa negociezi salariul si conditiile de munca. Ar fi foarte utila.

SECTIUNEA 2 – GRILA DE AUTOEVALUARE A COMPETENTELOR (completata de participant)

Instructiune

Evaluati nivelul dumneavoastra pentru fiecare competenta inainte si dupa curs (1 = nivel foarte scazut, 5 = nivel ridicat).

Competenta	Inainte de curs (1-5)	Dupa curs (1-5)	Progres
Autoevaluarea competentelor profesionale	*2*	*4*	**+2**
Utilizarea platformelor de cautare a unui loc de munca	*1*	*4*	**+3**
Comunicare in interviul de angajare	*2*	*4*	**+2**
Cunoasterea drepturilor angajatilor	*1*	*4*	**+3**
Elaborarea unui plan personal de actiune	*1*	*5*	**+4**

SECTIUNEA 3 – EVALUAREA IMPACTULUI (completata de formator)

3.1 Observatii generale ale formatorului

Grupul a demonstrat o evolutie notabila in ceea ce priveste increderea in sine pe parcursul celor 6 sesiuni. Participantii care initial refuzau sa vorbeasca in fata grupului au acceptat sa sustina interviul simulat pana la finalul cursului. Rata de participare a fost constanta – 13 din 15 participanti au finalizat toate cele 6 sesiuni.

3.2 Indicatori cantitativi de impact

Participanti inscrisi: 15 / Participanti care au finalizat cursul: 13 (87%) / Participanti care au elaborat un plan de actiune personal: 13 (100% din cei care au finalizat) / Participanti care si-au actualizat CV-ul: 12 / Participanti care au aplicat pentru un loc de munca in 30 de zile de la finalizarea cursului: se va monitoriza la 1 luna.

3.3 Recomandari pentru urmatorul ciclu

Adaugarea unei sesiuni de negociere salariala; colaborarea cu AJOFM pentru organizarea unei minibursă a locurilor de muncă imediat dupa finalizarea cursului; reducerea marimii grupului la 10-12 persoane pentru o interactiune mai profunda.

Instrument elaborat de participantul APDD in cadrul activitatii de Job-Shadowing | Milano, august 2026

Validat de: Coordonator C.A.D.E.P. Euro Training Form | Data: 14 august 2026



INSTRUMENT I4

MODEL DE PROTOCOL DE PARTENERIAT LOCAL



Elaborat in cadrul activitatii de Job-Shadowing Adult Education Staff | C.A.D.E.P. Euro Training Form, Milano, Italia | August 2026

Organizatia initiator	*Asociatia Pro Dezvoltare DACIA (APDD) – Dragasani, judetul Valcea, Romania*
Domeniu	*Educatia adultilor – formare profesionala, orientare, incluziune sociala*
Zona geografica	*Dragasani si imprejurimi, judetul Valcea*
Elaborat de	*Membru echipa proiecte APDD – Job-Shadowing Milano, august 2026*
Mentor validare	*Coordonator C.A.D.E.P. Euro Training Form	Data: 14 august 2026*

SECTIUNEA 1 – RETEAUA DE PARTENERI LOCALI IDENTIFICATA

Tabelul partenerilor

Partener	Denumire	Tip	Beneficii pentru APDD	Angajamente APDD	Durata
Partener 1	**Agentia Judeteana pentru Ocuparea Fortei de Munca Valcea (AJOFM Valcea)**	*Institutie publica*	*Informarea adultilor din programele APDD despre ofertele de munca si cursurile finantate; accesul la consiliere gratuita pentru orientare profesionala; posibilitatea co-finantarii unor cursuri*	*Furnizarea de informatii actualizate privind piata muncii locale; trimiterea de beneficiari catre programele APDD; participarea la sesiunile de informare organizate de APDD*	*Acord de parteneriat valabil 2 ani, reinnoibil*

Partener	Denumire	Tip	Beneficii pentru APDD	Angajamente APDD	Durata
			prin programe nationale		
Partener 2	**Primaria Municipiului Dragasani**	*Institutie publica locala*	*Punerea la dispozitie a unui spatiu gratuit pentru desfasurarea activitatilor APDD; sprijin in mobilizarea comunitatii; comunicare prin canalele oficiale ale primariei*	*Organizarea a cel putin 4 sesiuni de formare pe an in spatiul pus la dispozitie; informarea comunitatii despre activitatile comune; mentionarea primariei in materialele de comunicare*	*Acord de parteneriat valabil 1 an, reinnoibil*
Partener 3	**Scoala Profesionala Dragasani**	*Institutie de invatamant*	*Identificarea adultilor care au abandonat sistemul educational si ar beneficia de programele APDD; colaborare in proiectele de tip a doua sansa*	*Sprijinirea reintegrarii educationale a adultilor; schimb de bune practici in educatia adultilor; participarea in retelele comune de proiecte Erasmus+*	*Acord de colaborare valabil 2 ani*

SECTIUNEA 2 – STRUCTURA PROTOCOLULUI DE COLABORARE

2.1 Partile semnatare

Asociatia Pro Dezvoltare DACIA (APDD), reprezentata de _____, in calitate de Coordonator al parteneriatului, si _____ [denumirea partenerului], reprezentata de _____, in calitate de Partener.

2.2 Scopul parteneriatului

Partile semnatare convin sa colaboreze in vederea imbunatatirii accesului adultilor dezavantajati din zona Dragasani/Valcea la programe de educatie non-formala, orientare profesionala si formare continua, organizate sau coordinate de APDD in cadrul proiectelor sale.

2.3 Angajamentele APDD

(1) Informarea partenerului cu cel putin 30 de zile inainte de fiecare activitate comuna; (2) Mentionarea partenerului in toate materialele de comunicare ale activitatilor comune; (3) Transmiterea unui raport de activitate dupa fiecare actiune desfasurata in parteneriat; (4) Invitarea reprezentantului partenerului la evenimentele de diseminare ale proiectelor APDD.

2.4 Angajamentele partenerului

(1) Punerea la dispozitie a resurselor convenite (spatiu, informatie, retea de beneficiari) conform termenilor negociati; (2) Informarea beneficiarilor proprii despre programele APDD; (3) Participarea la cel putin o activitate de evaluare sau monitorizare pe an; (4) Mentionarea APDD in comunicarile proprii legate de activitatile comune.

2.5 Durata si conditii de reinnoire

Prezentul protocol este valabil pe o perioada de [1 / 2] ani, incepand cu data semnarii. Se reinnoieste automat daca niciuna dintre parti nu notifica in scris intentia de incetare cu cel putin 30 de zile inainte de expirare.

2.6 Semnaturi

Data si locul semnarii: Dragasani, _____ 2026 / Reprezentant APDD: _____ / Reprezentant Partener: _____

SECTIUNEA 3 – URMATOARELE ETAPE

Plan de actiune pentru formalizarea parteneriatelor

(1) Trimiterea protocolului spre analiza partenerilor identificati – septembrie 2026; (2) Organizarea unei intalniri de prezentare si negociere cu fiecare partener – octombrie 2026; (3) Semnarea protocoalelor de colaborare cu minim 2 parteneri – noiembrie 2026; (4) Prima activitate comuna in cadrul parteneriatului – noiembrie/decembrie 2026.



Instrument elaborat de participantul APDD in cadrul activitatii de Job-Shadowing | Milano, august 2026

Validat de: Coordonator C.A.D.E.P. Euro Training Form | Data: 14 august 2026

INSTRUMENT I5

HARTA OPORTUNITATILOR DE FINANTARE PENTRU APDD

Elaborat in cadrul activitatii de Job-Shadowing Adult Education Staff | C.A.D.E.P. Euro Training Form, Milano, Italia | August 2026

Organizatia	*Asociatia Pro Dezvoltare DACIA (APDD) – Dragasani, judetul Valcea, Romania*
Domeniu	*Educatia adultilor – formare profesionala, incluziune sociala, educatie non-formala*
Perioada vizata	*2026-2028*
Elaborat de	*Membru echipa proiecte APDD – Job-Shadowing Milano, august 2026*
Mentor validare	*Coordonator C.A.D.E.P. Euro Training Form | Data: 14 august 2026*

SECTIUNEA 1 – TABELUL SURSELOR DE FINANTARE IDENTIFICATE

Sursa de finantare	Tip / Nivel	Activitati finantabile relevante pentru APDD	Conditii eligibilitate	Termen depunere
Erasmus+ KA2 – Parteneriate de Cooperare	*European*	*Proiecte de educatie a adultilor in parteneriat cu organizatii din cel putin 2 tari UE; dezvoltare de resurse, cursuri, instrumente*	*ONG acreditat sau cu experienta Erasmus+; minim 3 parteneri din tari diferite*	*Apeluri anuale – de obicei martie si octombrie; verificati ec.europa.eu/programmes/erasmus-plus*
POCU 2021-	*National /*	*Cursuri de*	*ONG /*	*Apeluri lansate de MIPE; verificati*

Sursa de finantare	Tip / Nivel	Activitati finantabile relevante pentru APDD	Conditii eligibilitate	Termen depunere
2027 – Axa Incluziune Sociala	*European*	*calificare si recalificare pentru adulti someri sau in risc de excludere; servicii de orientare profesionala; programe tip a doua sansa*	*organizatie acreditata ANOFM sau parteneriat cu una; beneficiari din grupuri vulnerabile*	*fonduri-ue.ro si mysmis.ro*
Fondul Social European – Programul Regional Oltenia 2021-2027	*Regional / European*	*Formare profesionala pentru adulti din zona Oltenia; incluziune sociala; servicii comunitare integrate*	*Organizatie cu sediul sau activitate in Regiunea Oltenia; parteneriat cu institutii locale*	*Apeluri lansate de ADR Oltenia; verificati regio-adroltenia.ro*
Programul National pentru Reducerea Abandonului Scolar (PNRAS)	*National*	*Activitati de tip a doua sansa; programe de reintegrare educationala pentru adulti*	*Parteneriat cu o scoala sau institutie de invatamant acreditata*	*Apeluri periodice – verificati ministerul educatiei si ISJ Valcea*
Granturi SEE si Norvegiene – Fondul pentru ONG-uri	*International*	*Proiecte de incluziune sociala, educatie non-formala, empowerment*	*ONG inregistrat in Romania; parteneri optionali*	*Apeluri gestionate de FDSC; verificati granturi-see.ro*

Sursa de finantare	Tip / Nivel	Activitati finantabile relevante pentru APDD	Conditii eligibilitate	Termen depunere
		pentru grupuri vulnerabile	*din tarile donatoare*	

SECTIUNEA 2 – PRIORITIZARE SI PLAN DE ACTIUNE

2.1 Sursa prioritara 1 – POCU 2021-2027

Motivatie: finantare semnificativa pentru cursuri de calificare si recalificare pentru adulti someri – exact publicul APDD. Pas urmator: identificarea unui consultant de proiecte cu experienta POCU si analiza apelurilor active pe mysmis.ro. Termen: octombrie 2026.

2.2 Sursa prioritara 2 – Granturi SEE si Norvegiene

Motivatie: finantare accesibila ONG-urilor mici, fara cerinte de co-finantare ridicate; apeluri gestionate transparent prin FDSC. Pas urmator: inregistrarea pe granturi-see.ro si monitorizarea apelurilor pentru ONG-uri. Termen: septembrie 2026.

2.3 Sursa prioritara 3 – Programul Regional Oltenia 2021-2027

Motivatie: APDD este in Regiunea Oltenia si are acces preferential la fondurile regionale. Pas urmator: contactarea ADR Oltenia pentru o consultare gratuita privind eligibilitatea APDD si tipurile de proiecte finantabile. Termen: noiembrie 2026.

2.4 Recomandare generala

APDD ar trebui sa isi construiasca o baza de date proprie cu sursele de finantare relevante, actualizata trimestrial, si sa desemneze un responsabil cu monitorizarea apelurilor. O buna practica observata la CADEP: abonarea la newsletterele ANOFM, Ministerului Fondurilor Europene si FDSC pentru a fi notificati imediat la lansarea unui nou apel.



Instrument elaborat de participantul APDD in cadrul activitatii de Job-Shadowing | Milano, august 2026
Validat de: Coordonator C.A.D.E.P. Euro Training Form | Data: 14 august 2026

INSTRUMENT I6

PLAN INDIVIDUAL DE TRANSFER

Elaborat in cadrul activitatii de Job-Shadowing Adult Education Staff | C.A.D.E.P. Euro Training Form, Milano, Italia | August 2026

Participant	*Membru echipa proiecte APDD – Job-Shadowing Adult Education Staff, Milano, 5-14 august 2026*
Organizatia	*Asociatia Pro Dezvoltare DACIA (APDD) – Dragasani, judetul Valcea, Romania*
Organizatia gazda	*C.A.D.E.P. Euro Training Form SRLS – Milano, Italia*
Mentor	*Coordonator desemnat C.A.D.E.P. Euro Training Form*
Data elaborarii	*14 august 2026*
Mentor validare	*Coordonator C.A.D.E.P. Euro Training Form | Data: 14 august 2026*

SECTIUNEA 1 – SINTEZA INVATARII

1.1 Cele mai valoroase 3 lucruri invatate la CADEP

(1) Ciclul metodologic complet de formare – am inteles ca un curs bun nu incepe cu continutul, ci cu analiza nevoilor reale ale grupului tinta. CADEP face intotdeauna analiza de nevoi inainte de a proiecta orice curs, si asta face diferenta intre un curs care functioneaza si unul care ramane gol. (2) Importanta parteneriatului formal cu institutiile locale – am vazut cum un simplu protocol scris transforma o relatie informala intr-o colaborare stabila si predictibila. (3) Sursele de finantare dincolo de Erasmus+ – am descoperit ca exista multe alte oportunitati pe care APDD nu le exploateaza inca si care ar putea sustine programe de educatie a adultilor la scara mai mare.

1.2 Ce schimb imediat in activitatea mea la APDD

Voi introduce analiza sistematica a nevoilor inaintea oricarui program nou de formare. Nu mai proiectam cursuri din birou – mergem in comunitate, intrebam, ascultam, si dupa construim. De asemenea, voi initia imediat procesul de formalizare a relatiei cu AJOFM Valcea si Primaria Dragasani – ambele institutii au aratat deja interes informal pentru colaborare.

SECTIUNEA 2 – PLANUL DE ACTIUNI CONCRETE

Nr.	Actiune concreta	Directie	Termen	Persoana responsabila	Indicator de succes

Nr.	Actiune concreta	Directie	Termen	Persoana responsabila	Indicator de succes
1	*Prezentarea bunelor practici observate la CADEP in cadrul sedintei de echipa APDD si distribuirea celor 6 instrumente elaborate*	*Toate directiile*	*Septembrie 2026*	*Participant Job-Shadowing*	*Sedinta organizata; toate instrumentele distribuite si discutate cu echipa*
2	*Organizarea unei sesiuni de informare cu partenerii locali identificati (AJOFM, Primaria, Scoala Profesionala) pe tema nevoilor de formare a adultilor din Dragasani*	*Directia 3 – Parteneriate*	*Octombrie 2026*	*Participant + Coordonator APDD*	*Cel putin 2 parteneri prezenti; protocol de intentie semnat cu cel putin unul*
3	*Lansarea primului ciclu al cursului Orientare Profesionala si Pregatire pentru Piata Muncii (6 sesiuni x 2 ore) folosind Sablonul I2*	*Directia 2 – Recalificare*	*Noiembrie 2026*	*Participant Job-Shadowing (formator)*	*Minim 10 participanti inscrisi; toate sesiunile livrate; fisele de evaluare completate*
4	*Aplicarea Fisei de Analiza a Nevoilor (I1) pe un al doilea grup tinta din comunitate (ex. femei din mediul rural) in vederea proiectarii unui al doilea curs*	*Directia 1 – Metodologie*	*Noiembrie 2026*	*Echipa APDD*	*Fisa completata; raport de analiza elaborat si prezentat echipei*
5	*Depunerea unei cereri de finantare pentru un program de educatie a adultilor dintr-una din sursele identificate in Harta I5 (prima*	*Directia 3 – Finantare*	*Ianuarie 2027*	*Coordonator proiecte APDD*	*Cerere de finantare depusa; confirmare de primire obtinuta*

Nr.	Actiune concreta	Directie	Termen	Persoana responsabila	Indicator de succes
	prioritate: POCU sau Granturi SEE)				
6	*Publicarea unui articol despre experienta de job-shadowing si instrumentele elaborate in revista de proiect APDD si pe pagina de Facebook APDD*	*Diseminare*	*Septembrie 2026*	*Participant Job-Shadowing*	*Articol publicat; minim 200 de vizualizari pe Facebook*

SECTIUNEA 3 – DISEMINAREA REZULTATELOR

3.1 Activitati de diseminare planificate

(1) Articol in revista de proiect APDD si pe Facebook APDD despre experienta de job-shadowing la Milano si instrumentele elaborate – septembrie 2026; (2) Sesiune de informare pentru echipa APDD (2 ore) cu prezentarea instrumentelor I1-I6 si a planului de aplicare – septembrie 2026; (3) Prezentare la o activitate locala in cadrul proiectului European Training 5 – octombrie/noiembrie 2026; (4) Organizarea unui eveniment de tip masa rotunda cu partenerii locali identificati – octombrie 2026.

3.2 Mesajul cheie de comunicat

Educatia adultilor nu inseamna sali de clasa si examene. Inseamna sa intalnesti oamenii acolo unde sunt, sa le intelegi nevoile reale si sa le oferi instrumente practice care le schimba concret viata. Asta am vazut la Milano si asta aducem acasa la Dragasani.

SECTIUNEA 4 – MONITORIZARE SI EVALUARE

4.1 Cum voi sti ca transferul a functionat?

La 3 luni de la intoarcere (noiembrie 2026): cel putin un curs livrat cu minimum 10 participanti; cel putin 2 protocoale de parteneriat semnate; cel putin o cerere de finantare identificata si in curs de pregatire. La 6 luni (februarie 2027): cel putin o cerere de finantare depusa; cel putin 2 cicluri de curs finalizate; feedback pozitiv de la partenerii locali.

4.2 Sprijin necesar din partea organizatiei APDD

(1) Timp dedicat in program pentru organizarea sesiunii de informare cu echipa si a intalnirilor cu partenerii locali; (2) Sprijin in identificarea unui consultant pentru cererea POCU; (3) Acces la canalele de comunicare ale APDD (Facebook, revista) pentru publicarea articolului; (4) Mentionarea activitatilor de transfer in raportarile proiectului European Training 5. Instrument elaborat de participantul APDD in cadrul activitatii de Job-Shadowing | Milano, august 2026. Validat de: Coordonator C.A.D.E.P. Euro Training Form | Data: 14 august 2026

O ABILITATE LOCALĂ, O INIȚIATIVĂ PENTRU COMUNITATE
FIȘĂ DE PROIECTARE A UNUI ATELIER DE CROITORIE ÎN MEDIUL RURAL

În perioada 19–24 august 2026, doi participanți ai Asociației Pro Dezvoltare DACIA au participat la mobilitatea „Social Innovation and Community Integration in Adult Education", organizată de O.A.ZA., Zagreb, Croația, în cadrul proiectului European Training 5.

Unul dintre exemplele incluse în program a fost **OAZA Joyful Kitchen**, cantina socială a organizației, care leagă activitatea economică de sustenabilitate și beneficiul comunitar. Pornind de la acest model, propunem o adaptare pentru comunitățile rurale: **un atelier de croitorie care combină repararea și modificarea hainelor cu învățarea practică a adulților**.

Descrierea instrumentului.

Fișa „O idee care ajută comunitatea" sprijină transformarea unei priceperi locale într-o inițiativă organizată. Formatorul/facilitatorul o completează împreună cu adulții interesați, analizând nevoia, resursele, costurile și beneficiul social.

Grup-țintă: adulți din mediul rural interesați să învețe croitorie sau să valorifice priceperi existente, inclusiv persoane aflate în căutarea unui loc de muncă.

Scop: proiectarea unei inițiative care dezvoltă competențe practice, prelungește utilizarea hainelor și creează oportunități de participare în comunitate.

Fișa „O idee care ajută comunitatea"

Componentă	Întrebări de lucru
Nevoia comunității	Ce servicii lipsesc? Cine are nevoie de repararea sau modificarea hainelor?
Participanții și beneficiarii	Cine dorește să învețe? Cine poate transmite priceperi? Cine va utiliza serviciile?
Activitatea propusă	Ce lucrări putem realiza la început, în funcție de competențele existente?
Resursele	Ce spațiu, echipamente, materiale și persoane de sprijin avem?
Costurile și veniturile	Ce cheltuieli presupune activitatea? Cum le acoperim?
Beneficiul social	Cum sprijinim învățarea și accesul persoanelor cu resurse limitate?
Testarea și evaluarea	Ce încercăm la scară mică și cum verificăm dacă inițiativa este utilă?

Exemplu de completare: „Atelierul de croitorie al comunității"

1. Identificăm nevoia. Discutăm cu locuitorii despre lucrările de care au nevoie: scurtarea pantalonilor, înlocuirea nasturilor, repararea cusăturilor sau ajustarea unor haine. Verificăm interesul pentru serviciu și pentru întâlniri de învățare.

2. Identificăm priceperile și participanții. Invităm adulți cu experiență în croitorie și persoane care doresc să învețe. Stabilim ce poate demonstra fiecare și ce sprijin este necesar pentru începători. Participarea la atelier poate ajuta adulții să descopere dacă doresc să continue învățarea sau să exploreze o posibilă activitate profesională.

3. Organizăm resursele. Identificăm un spațiu accesibil, mașini de cusut funcționale și materiale de bază: ață, ace, foarfece și instrumente de măsurare. Partenerii locali pot contribui cu spațiu, echipamente sau informarea comunității, în funcție de disponibilitatea confirmată. Formatorul/facilitatorul stabilește împreună cu persoanele competente regulile de utilizare a echipamentelor și sarcinile potrivite nivelului participanților.

4. Testăm activitatea la scară mica. Organizăm o primă serie de întâlniri practice. Participanții încep cu operațiuni simple, precum coaserea unui nasture sau repararea unei cusături, folosind materiale de exercițiu. Lucrările pentru locuitori sunt selectate în funcție de competențele disponibile și verificate de persoana cu experiență înainte de predare.

5. Analizăm sustenabilitatea. Fișa centralizează cheltuielile cu materialele, întreținerea echipamentelor, spațiul și coordonarea. Pentru o eventuală componentă de servicii contra cost, se stabilesc condițiile de organizare și tarifele pe baza costurilor reale.
O parte din eventualul excedent poate susține materiale pentru învățare, întâlniri gratuite sau reparații pentru persoane cu venituri reduse. Această destinație se stabilește de la început și se comunică transparent.

6. Evaluăm beneficiul comunitar. Urmărim numărul adulților implicați, operațiunile pe care le pot realiza independent, hainele reparate și feedbackul beneficiarilor. Analizăm și dacă resursele și timpul disponibile permit continuarea activității.

Valoare educațională și social. Propunerea transferă principiul observat în Croația — legătura dintre activitatea economică și sprijinul comunitar — într-un domeniu relevant pentru mediul rural.

Adulții învață prin practică, își valorifică experiența și contribuie la prelungirea utilizării hainelor. Rezultatul inițial este **o fișă de proiectare completată și un atelier-pilot**, pe baza cărora comunitatea poate decide dacă și cum dezvoltă inițiativa.



FIȘA DE FEZABILITATE
„ATELIER DE CROITORIE ÎN COMUNITATEA RURALĂ”
INSTRUMENT PENTRU EVALUAREA UNEI IDEI CU BENEFICIU SOCIAL

Pornind de la componenta de antreprenoriat social a mobilității de job shadowing organizate de O.A.ZA., Zagreb, Croația, propunem un instrument prin care formatorii/facilitatorii și adulții interesați pot verifica dacă un atelier de croitorie răspunde unei nevoi locale și poate funcționa cu resursele disponibile.

Cum se utilizează: fișa se completează împreună, după discuții cu locuitorii și verificarea resurselor. Fiecare răspuns trebuie susținut printr-o informație concretă.

Ce verificăm?	Ce consemnăm în fișă?	Stadiu
Există o nevoie locală?	Ce reparații sau modificări solicită locuitorii? Câte persoane și-au exprimat interesul?	☐ Confirmat ☐ De verificat
Avem persoane cu priceperi?	Cine poate realiza lucrările și cine poate sprijini învățarea adulților?	☐ Confirmat ☐ De verificat
Avem adulți interesați să învețe?	Ce doresc să învețe și când pot participa?	☐ Confirmat ☐ De verificat
Avem un spațiu potrivit?	Unde lucrăm, în ce condiții și cu ce costuri?	☐ Confirmat ☐ De verificat
Avem echipamente funcționale?	Ce mașini de cusut și instrumente sunt disponibile? Cine verifică starea lor?	☐ Confirmat ☐ De verificat
Putem acoperi cheltuielile?	Materiale, întreținere, spațiu și timpul persoanelor implicate; surse de acoperire.	☐ Confirmat ☐ De verificat
Beneficiul social este clar?	Ce oferim comunității: învățare gratuită, reparații accesibile sau sprijin pentru persoane cu venituri reduse?	☐ Confirmat ☐ De verificat

Calcul simplu pentru o lucrare

Lucrarea analizată: .....

Element	Estimare
Materiale consumate	..... lei
Timp de lucru	..... minute
Costul timpului de lucru	..... lei
Contribuție la cheltuielile comune	..... lei
Cost total estimat	**..... lei**

Tarif propus, dacă serviciul este contra cost ..... lei

Diferență între tarif și cost ..... lei

Timpul de lucru se consemnează și atunci când este oferit voluntar, pentru a înțelege resursele necesare continuării activității. Diferența calculată pentru o lucrare nu reprezintă automat profitul atelierului.

Decizia după completare

☐ **Testăm un atelier-pilot:** resursele esențiale sunt confirmate.

☐ **Completăm pregătirea:** lipsesc următoarele resurse sau informații:

.....

☐ **Adaptăm ideea:** propunem următoarea modificare: .....

Primul pas: .....

Responsabil: .....

Termen: .....

Ce urmărim la testare: participarea adulților, priceperile dezvoltate, calitatea lucrărilor, costurile și feedbackul locuitorilor.

Fișa ajută grupul să decidă pe baza nevoilor și resurselor verificate și să înceapă cu o activitate de dimensiuni realizabile.



OBSERVĂM, ÎNȚELEGEM, PROTEJĂM
INSTRUMENT DE CONȘTIENTIZARE A PROTECȚIEI MEDIULUI PENTRU ADULȚII DIN COMUNITĂȚILE RURALE ȘI URBANE

Mobilitatea „Green Transition & Sustainability Education in Adult Education", organizată de O.A.ZA., Zagreb, Croația, în perioada 19–23 august 2026, în cadrul proiectului European Training 5, a inclus observarea metodelor de educație ecologică în aer liber și analizarea adaptării acestora pentru adulți.

Pornind de la această abordare, propunem **Fișa „Observăm, înțelegem, protejăm"**, destinată activităților de conștientizare a protecției mediului cu adulți din **mediul rural și urban**.

Activitatea poate avea loc într-o grădină, într-un parc, în curtea unei instituții sau într-un spațiu verde dintre blocuri. Observarea directă îi ajută pe participanți să înțeleagă legătura dintre comportamentele oamenilor, starea mediului și calitatea vieții în comunitate.

Descrierea instrumentului.

Fișa conduce grupul prin trei etape: **observarea unei situații, înțelegerea efectelor asupra mediului și alegerea unei acțiuni de protejare**.

Formatorul/facilitatorul valorifică experiența adulților și încurajează discutarea atât a responsabilității personale, cât și a sprijinului necesar din partea instituțiilor.

Grup-țintă: adulți din comunități rurale și urbane, cu experiențe și niveluri de educație diferite.

Scop: creșterea conștientizării importanței protecției mediului și dezvoltarea capacității de a contribui prin acțiuni individuale și colective.

Materiale: fișe tipărite, instrumente de scris și, opțional, fotografii pentru documentarea observațiilor.

Fișa „Observăm, înțelegem, protejăm"

Spațiul observat: .....

Localitatea: .....

Data: .....

Ce observăm?	Ce legătură are cu protecția mediului?	Ce putem face?
Deșeuri pe sol sau lângă coșuri	Discutăm cum pot ajunge în apă, afecta animalele și degrada spațiul comun.	Identificăm posibilitățile de colectare și comportamentele care previn abandonarea deșeurilor.
Pierderi de apă sau udare necontrolată	Analizăm folosirea responsabilă a apei și consumul evitabil.	Semnalăm pierderile și discutăm adaptarea udării la nevoile plantelor.
Vegetație deteriorată sau sol expus	Discutăm rolul vegetației în protejarea solului și în menținerea unui spațiu plăcut.	Protejăm zonele plantate și solicităm sprijin pentru îngrijirea lor.
Plante, insecte și	Observăm că spațiile verzi sunt	Evităm deranjarea lor și discutăm

păsări	și locuri de viață pentru alte organisme.	măsuri potrivite pentru păstrarea habitatelor.
Practici bune de îngrijire	Identificăm exemple locale de protejare a resurselor și a naturii.	Le valorificăm și le împărtășim cu alți membri ai comunității.

Participanții consemnează ceea ce văd. Aspectele pe care nu le pot explica sunt notate **„de verificat”** și discutate ulterior cu o persoană competentă.

Desfășurarea activității.

1. Observăm un spațiu familiar

Adulții parcurg spațiul în grupuri mici. Identifică atât probleme, cât și exemple de îngrijire responsabilă. Fișa poate fi completată în scris sau prin răspunsuri orale.

2. Înțelegem efectele

Formatorul/facilitatorul conduce discuția prin întrebări:

- „Cum afectează această situație apa, solul, plantele sau animalele?”
- „Ce comportamente contribuie la apariția ei?”
- „Ce putem schimba noi și pentru ce avem nevoie de sprijin?”

Participanții compară observațiile cu situații din gospodărie, de la locul de muncă sau din cartier.

3. Alegem o acțiune comună

Grupul selectează o îmbunătățire realizabilă: semnalarea unei pierderi de apă, informarea locuitorilor despre colectare sau îngrijirea unei zone plantate, cu acordul administratorului.

Element	**De completat**
Situația pe care dorim să o schimbăm	.....
Beneficiul pentru mediu	.....
Acțiunea și resursele necesare	.....
Responsabili și parteneri	.....
Termen și data verificării	.....

4. Legăm învățarea de comportamentul personal

Fiecare participant completează: **„Pentru a contribui la protecția mediului, voi…”**

Alegerea trebuie să fie concretă și potrivită posibilităților persoanei: folosirea corectă a punctelor de colectare, evitarea risipei de apă sau protejarea vegetației din spațiile comune.

5. Revenim și reflectăm

La o întâlnire ulterioară, grupul verifică acțiunea comună și discută schimbările încercate individual: ce a funcționat, ce dificultăți au apărut și ce sprijin mai este necesar.

Rezultate educaționale

La final, adulții vor putea explica legătura dintre o situație observată și protecția mediului, vor identifica responsabilități personale și comunitare și vor propune o acțiune realizabilă.

Instrumentul transformă un spațiu familiar într-un loc de învățare și îi sprijină pe adulții din mediul rural și urban să participe mai informat la protejarea mediului.

Prin observare directă, dialog și acțiuni concrete, adulții din mediul rural și urban pot înțelege mai bine legătura dintre comportamentele cotidiene și starea mediului. Instrumentul „Observăm, înțelegem, protejăm" transformă această conștientizare în participare: identificarea unei probleme, alegerea unei soluții și urmărirea rezultatelor. Astfel, educația pentru sustenabilitate devine parte a vieții comunității, susținută de colaborarea dintre locuitori, formatori, facilitatori și instituții locale.



DE LA EXPERIENȚE EUROPENE LA ÎNVĂȚARE ÎN COMUNITATE

Materialele reunite în această revistă arată cum experiențele de formare și job shadowing din cadrul proiectului **European Training 5** pot fi valorificate în educația adulților. Metodele, instrumentele și aplicațiile prezentate pornesc de la nevoile oamenilor, recunosc experiența lor și încurajează participarea.

Incluziunea reprezintă un principiu comun tuturor materialelor: adaptarea activităților la niveluri diferite de educație și competențe, comunicarea accesibilă, sprijinul individualizat, combaterea stereotipurilor și reducerea barierelor de participare. O atenție deosebită este acordată adulților cu oportunități reduse, astfel încât aceștia să poată învăța, contribui și se simți valorizați.

Comunicarea, gestionarea emoțiilor, utilizarea tehnologiei, **orientarea profesională și accesul pe piața muncii**, implicarea civică, inițiativele sociale și protecția mediului sunt abordate în legătură cu viața cotidiană. Dezvoltarea competențelor și a încrederii în sine poate sprijini autonomia, integrarea sau reintegrarea profesională și participarea la viața comunității.

Pentru **Asociația Pro Dezvoltare DACIA (APDD)**, aceste resurse constituie o bază pentru dezvoltarea unor activități mai accesibile și relevante în comunitățile rurale și urbane. Colaborarea dintre formatori, facilitatori, adulți, instituții și angajatori locali susține trecerea de la experiența europeană la aplicarea locală. Prin ascultare, adaptare și evaluare, educația adulților poate contribui la comunități mai incluzive, solidare și responsabile.

CONCLUZIE GENERALĂ – REVISTA DE BUNE PRACTICI ÎN EDUCAȚIA ADULȚILOR



Experiențele europene de formare și job shadowing din cadrul proiectului European Training 5 au oferit echipei Asociației Pro Dezvoltare DACIA oportunități de dezvoltare profesională, schimb de experiență și observare a unor practici relevante pentru educația adulților. Această revistă valorifică învățarea prin prezentarea unor metode, instrumente și aplicații care pot fi adaptate comunităților locale.

Un principiu comun al materialelor este incluziunea. Comunicarea accesibilă, sprijinul individualizat, combaterea prejudecăților și adaptarea activităților la experiențe și niveluri diferite de competență contribuie la reducerea barierelor de participare. Adulții cu oportunități reduse sunt priviți ca persoane care au nevoi de sprijin, dar și cunoștințe, priceperi și experiențe valoroase pentru ceilalți.

Dimensiunea digitală și utilizarea inteligenței artificiale deschid posibilități pentru pregătirea materialelor, personalizarea învățării și colaborare. Instrumentele prezentate încurajează o utilizare critică și responsabilă a tehnologiei, în care formatorul/facilitatorul verifică informațiile și păstrează nevoile participanților în centrul activității.

Orientarea profesională și sprijinirea accesului pe piața muncii constituie o altă direcție importantă. Analiza nevoilor, proiectarea unor programe practice, evaluarea competențelor și colaborarea cu instituții și angajatori pot susține adulții aflați în căutarea unui loc de muncă sau în reconversie profesională. Dezvoltarea încrederii în sine, comunicarea și gestionarea emoțiilor completează pregătirea profesională.

Materialele dedicate implicării civice, învățării intergeneraționale și inițiativelor sociale evidențiază rolul adulților în dezvoltarea comunității. Identificarea resurselor locale și valorificarea priceperilor existente pot crea contexte în care participanții învață unii de la alții, își asumă responsabilități și construiesc soluții împreună.

Educația pentru sustenabilitate leagă învățarea de comportamentele cotidiene și de protejarea mediului. Observarea directă, analiza efectelor acțiunilor și alegerea unor schimbări realizabile îi pot sprijini pe adulții din mediul rural și urban să contribuie mai informat la îngrijirea spațiilor și utilizarea responsabilă a resurselor.

Experiențele de job shadowing aduc și o perspectivă asupra dezvoltării organizaționale: planificare, parteneriate, evaluare și transferul practicilor observate. Instrumentele reunite în revistă oferă echipei APDD și altor practicieni repere pentru transformarea învățării profesionale în activități concrete.

Valoarea acestor resurse se construiește prin aplicare, feedback și ajustare. Colaborarea dintre formatori, facilitatori, participanți și parteneri locali poate transforma experiențele europene în oportunități de învățare mai accesibile, sprijin pentru ocupare și inițiative cu beneficiu comunitar.

„Educația adulților începe cu ascultarea oamenilor și continuă prin oportunități de a învăța, de a contribui și de a construi împreună”

Autor: Cătălin Arapalea, Președinte APDD



„Finanțat de Uniunea Europeană. Punctele de vedere și opiniile exprimate aparțin, însă, exclusiv autorului (autorilor) și nu reflectă neapărat punctele de vedere și opiniile Uniunii Europene sau ale Agenției Naționale pentru Programe Comunitare în Domeniul Educației și Formării Profesionale (ANPCDEFP). Nici Uniunea Europeană și nici ANPCDEFP nu pot fi ținute răspunzătoare pentru acestea.”