

Descriere Activități

Etapa de implementare a proiectului „In Balance”, a cărui scop este promovarea importanței unui stil de viață sănătos și a efectelor pozitive ale acestuia asupra tinerilor, a început în data de 19 Martie 2022, moment în care tinerii au avut primul contact unul cu celălalt. În această zi participanții au călătorit din Cluj-Napoca până la locația de implementare a proiectului, drum pe parcursul căruia au avut ocazia să interacționeze unul cu celălalt și să se cunoască mai bine. Odată cu venirea participanților a fost organizată o ceremonie de întâmpinare a acestora, ei fiind întâmpinați cu preparate tradiționale românești.

Datorită faptului că una dintre prioritățile unei astfel de mobilități este de a forma o legătură strânsă între tinerii implicați, primele două zile ale proiectului au fost dedicate activității menite să ajute tinerii să se cunoască unul cu celălalt. Această cunoaștere a fost realizată într-o manieră cât se poate de interactivă, prin intermediul a diferite jocuri de nume. După etapa de cunoaștere, tinerii au fost divizați în echipe multinaționale, aceștia fiind nevoiți să rezolve un puzzle care conține câte un obiectiv al proiectului după care ei au dezbătut pe rând fiecare obiectiv, astfel fiind folosite tehnici precum cooperarea multinațională. În cadrul zilelor dedicate cunoașterii dintre tineri, aceștia au discutat despre așteptările, contribuțiile și fricile lor în ceea ce privește această mobilitate, fiind utilizată metoda introspecției, fiind de asemenea alcătuit un contract ce conținea reguli de conduită ce vor fi respectate în cadrul celor 10 zile de mobilitate. Tot în această etapă a mobilității au fost organizate activități menite să încurajeze cimentarea relației de legătură ce a fost formată în prima zi a proiectului, participanții învățând să coopereze în grup prin intermediul activității Misiune (Im)Posibilă, și aflând mai multe informații unul despre celălalt prin intermediul activității denumite Biblioteca Umană.

După finalizarea acestor sesiuni de cunoaștere, activitățile au continuat cu introducerea a subiectului principal al proiectului, și anume stilul de viață sănătos, fiind încercată pentru început identificarea problemelor din fiecare țară participantă și găsirea unor soluții după dezbateri fiecărui caz în parte. După o introducere în topic, a fost încercată o aprofundare a acestui subiect, fiind încercată descoperirea lucrurilor care ne oferă un stimul pozitiv și a celor negativ, a alegerilor pe care oamenii le fac și care duc la degradare. Toate aceste întrebări au fost puse prin intermediul unor metode interactive cum ar fi teatrul metoda introspecției, teatrul educativ, lucru de echipe, dezbateri și multe altele.

Pentru a aduce o notă mai dinamică în configurația activităților gândite pentru această mobilitate, în a patra zi a fost organizată o drumeție pe vârful Giumalău, ce se află în apropierea locației de implementare a proiectului. Acest traseu a fost prilej de testare a rezistenței atât fizice cât și mentale a tinerilor participanți, fiind un nou prilej de a dezvolta și solidifica relația care a fost formată încă din prima zi de activități.

După această incursiune, a continuat procesul de examinare în detaliu a subiectului proiectului, făcută de această dată printr-o metodă extrem de inovativă, și anume teatrul labirint, metodă ce are menirea de a oferi o experiență senzorială participanților, aceștia trecând prin diferite camere ce reprezintă diferite senzații sau sentimente. Această activitate a avut menirea de a cristaliza senzațiile și sentimentele ce au influențe pozitive și pe cele ce au influențe negative. După finalizarea acestei sesiuni au fost utilizate metode interactive pentru a identifica modul în

care participanții reacționează la stimuli negativi precum stresul. De asemenea, participanții au format echipe multinaționale și au avut sarcina de a interpreta și prezenta balansul într-o manieră vizuală.

Din dorința ca participanții să interacționeze cu localnicii din Vatra Dornei, în următoarea zi a fost organizată o vizită de studiu în orașul Vatra Dornei în care tinerii vor avea șansa să fotografieze diferiți subiecți sau peisaje. Ei vor folosi aceste imagini pentru realizarea unor broșuri care să prezinte diferite adicții și probleme de sănătate.

Ultimele zile ale proiectului au fost dedicate unui proces extrem de complex, și anume crearea de filmulețe motivaționale care să promoveze un stil de viață sănătos. Ei au fost împărțiți în echipe naționale, și ei au lucrat la o idee de scenariu, la filmarea acelei idei și la editarea ei. La finalul acestui proces foarte laborios, participanții au fost premiați în cadrul unei ceremonii Oscar, astfel fiind apreciate eforturile acestora pentru realizarea materialelor folosite pentru promovarea proiectului.

În ultima zi a mobilității, a fost realizată o evaluare finală a proiectului, sesiune extrem de importantă pentru organizatori, în care ei au aflat despre îmbunătățirile și despre schimbările ce trebuie făcute în viitoarele proiecte. Pe lângă aceasta, au fost reluate competențele incluse în Youthpass, competențe care au fost prezentate în prima zi de proiect, și a fost analizată maniera în care acestea au fost dezvoltate prin activitățile organizate, analiză făcută prin munca în echipă realizată în echipe multinaționale. De asemenea, în cadrul acestei zile a fost realizat planul de diseminare pentru fiecare echipă națională, plan ce va fi realizat în etapele în etapele ulterioare ale proiectului.