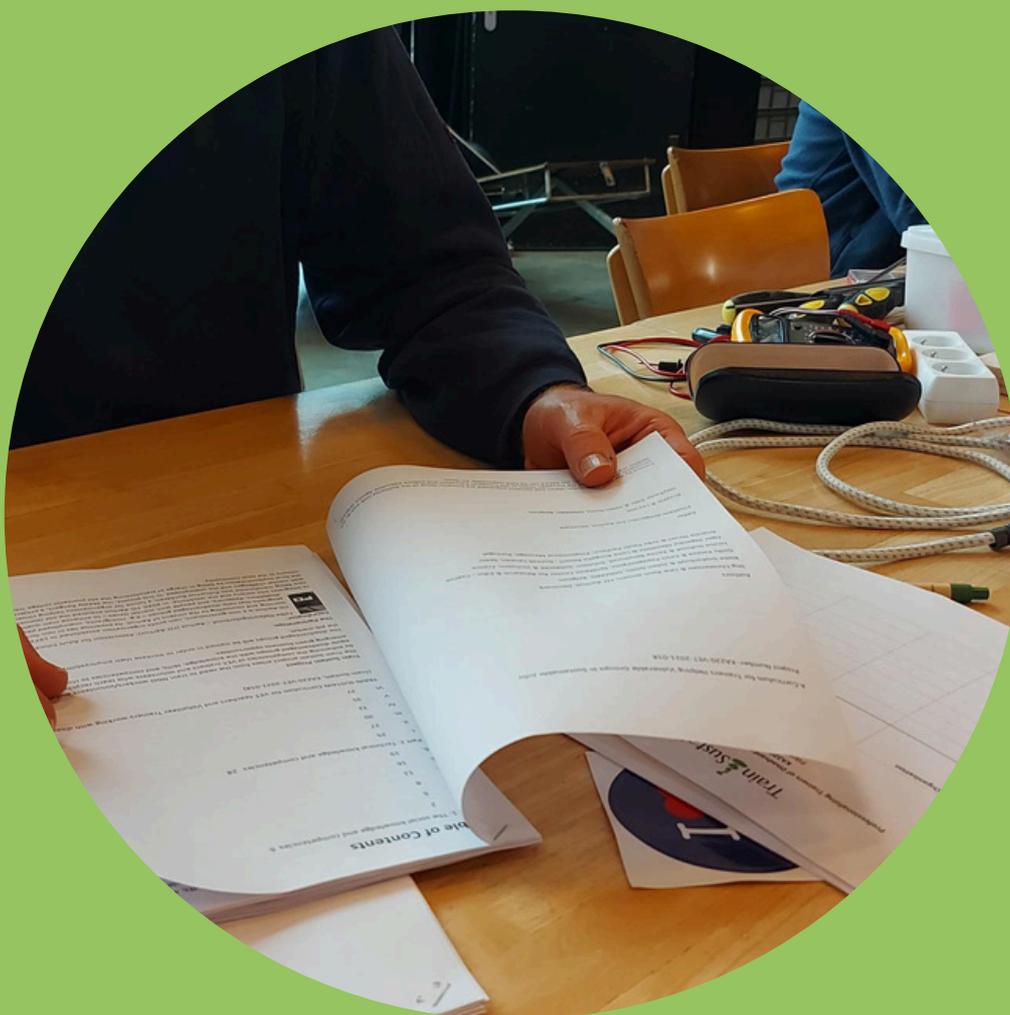


MANUEL DE FORMATION DES FUTURS FORMATEURS D'ENSEIGNANTS ET DE VOLONTAIRES À L'ENSEIGNEMENT DU PROGRAMME D'ÉTUDES



trainsustain.eu

MANUEL DE FORMATION DES FUTURS FORMATEURS D'ENSEIGNANTS ET DE
VOLONTAIRES À L'ENSEIGNEMENT DU PROGRAMME D'ÉTUDES
NUMÉRO DU PROJET : 2021-I-DK01-KA220-VET-000033061



AUTEURS

Stig Christensen & Line Ravn Jensen, FO-Aarhus, Danemark

Bieke Suykerbuyk & Jolien Smits, DINAMO, Belgique

Golfo Kateva & Eirini Papageorgiou, Synthesis Center for Research & Educ., Chypre

Louise Dufossé & Kenza Benohoud, Solution : Solidarité & Inclusion, France

Zigor Sagardui Mendieta & Leire Burgaña Revert, Gureak Lanean, Espagne

Andreia Neves & João Paulo Pacheco, Proportional Message, Portugal



EDITEURS

Elisabeth Gregersen, FO-Aarhus, Danemark

Atsegin Odriozola, Gureak, Espagne



Graphisme et mise en page

Stephanie Gillis & Jolien Smits, DINAMO, Belgique

Financé par l'Union européenne. Les points de vue et avis exprimés n'engagent toutefois que leur(s) auteur(s) et ne reflètent pas nécessairement ceux de l'Union européenne ou de l'Agence exécutive européenne pour l'éducation et la culture (EACEA). Ni l'Union européenne ni l'EACEA ne sauraient en être tenues pour responsables.

TABLE DES MATIÈRES

PARTIE 1: CONNAISSANCES ET COMPÉTENCES SOCIALES

Redécouvrez-vous - Cible : Les personnes vulnérables.....	6
	Annexe 1 - 78
La position du formateur - De l'état d'esprit fixe à l'état d'esprit de croissance.....	11
	Annexe 2 - 83
Le processus de communication.....	17
Définir la relation entre le formateur et l'apprenant.....	23
Encadrer le groupe.....	30
	Annexe 5 - 86
L'importance de l'espace physique - Rendre la formation accessible et inclusive	34

PARTIE 2: CONNAISSANCES ET COMPÉTENCES TECHNIQUES

Concepts et avantages du recyclage et de l'upcycling	40
Bouteilles et récipients en plastique Upcycling-Downcycling Recycling	50
	Annexe 8 - 90
Recyclage du verre	56
	Annex 9 - 93
Apprenez à retapisser et à recycler le tissu d'une vieille chaise de bureau	62
	Annexe 10 - 102
Atelier de réparation - réparation d'appareils électriques	67
	Annexe 11 - 114
Comment créer une entreprise d'upcycling et de recyclage.....	73

BIBLIOGRAPHIE 118-119

INTRODUCTION

IDÉE GÉNÉRALE DU MANUEL

Le projet Train Sustain est né de la nécessité de former des travailleurs/bénévoles d'ONG et d'autres éducateurs à de nouvelles compétences en améliorant les compétences des formateurs et des bénévoles de l'EFP qui enseignent le recyclage. Ce projet contribuera à doter les groupes défavorisés des connaissances, des aptitudes et des compétences nécessaires pour prospérer dans un monde en pleine évolution, en ce qui concerne les nouvelles possibilités d'affaires écologiques.

Les groupes défavorisés seront formés afin d'accroître leur employabilité et de les aider à accéder plus facilement au marché du travail.

L'OBJECTIF DU MANUEL

Ce manuel a été créé pour aider les enseignants et les bénévoles à former les citoyens défavorisés. Former des personnes souffrant de troubles de l'apprentissage est un véritable défi. Souvent, ces personnes souffrent de stress ou de chômage de longue durée, ce qui rend encore plus difficile leur embauche ou le maintien de leur emploi actuel. Outre le chômage, un autre problème généralement associé aux groupes défavorisés est celui des compétences difficiles à acquérir. La plupart du temps, les méthodes d'apprentissage traditionnelles ne tiennent pas compte de leurs caractéristiques, telles que les limitations intellectuelles. Lors de l'enseignement/la formation, les formateurs doivent se concentrer non seulement sur les compétences techniques, mais surtout sur la flexibilité du programme, les styles d'apprentissage et le temps nécessaire à l'acquisition d'une compétence. Le manuel prend ces aspects en considération, devenant ainsi un matériel d'enseignement avec un plus grand potentiel d'adaptation aux besoins des stagiaires.

Ce manuel apportera aux formateurs de nouvelles connaissances et compétences utiles pour enseigner aux groupes vulnérables. Ils prendront conscience que l'apprentissage n'est pas seulement un processus unidimensionnel, mais qu'il est modifiable et dépend du destinataire.





PARTIE 1
CONNAISSANCES ET
COMPÉTENCES
SOCIALES



REDECOUVREZ-VOUS - CIBLE : LES PERSONNES VULNÉRABLES

Les objectifs

- Aider les groupes vulnérables à repérer et à identifier leurs points forts
- Aider les groupes vulnérables à mieux réaliser leurs chances de faire partie du marché du travail
- Enseigner aux groupes vulnérables l'approche de pair à pair pour faire face à leurs difficultés.
- Remettre en question l'image que les groupes cibles ont d'eux-mêmes et le récit de ce dont ils sont capables en dépit de leurs difficultés.

Contenu

Améliorer les capacités à faire face aux défis quotidiens ; l'importance de l'auto-efficacité ; les avantages de l'apprentissage entre pairs.

Durée

2 heures maximum

Ressources

Un ordinateur

MISE EN OEUVRE

Introduction du thème.

La théorie du sujet est présentée aux formateurs.

Le groupe cible, ce qui leur permet de contribuer et d'entrer dans un processus d'apprentissage mutuel et de collaboration constructive. Il est donc important que le contenu de l'introduction, avant que les activités ne soient utilisées dans l'enseignement, permette aux participants au cours de réaliser les activités par la suite.

Fournir aux participants des connaissances sur leurs droits en tant que personnes souffrant d'un handicap physique ou mental.

Introduire ce qu'ils peuvent retirer de la rencontre et de la discussion sur ce qui peut être difficile à gérer.

Le formateur distribue aux participants une liste des 24 points forts et des questions que les participants se poseront et dont ils parleront pendant le temps qu'ils passeront ensemble.

Entre les activités, il y aura des jours pendant la formation où les étudiants apprendront les uns des autres, et ils auront le temps de réfléchir, d'apprendre et de se développer pendant la formation.

La deuxième activité est utile le dernier jour de la formation, où les étudiants peuvent donner un feedback positif après avoir passé du temps dans la formation et appris à se connaître.



ACTIVITÉ 1 - REDÉCOUVREZ VOS FORCES

Les objectifs

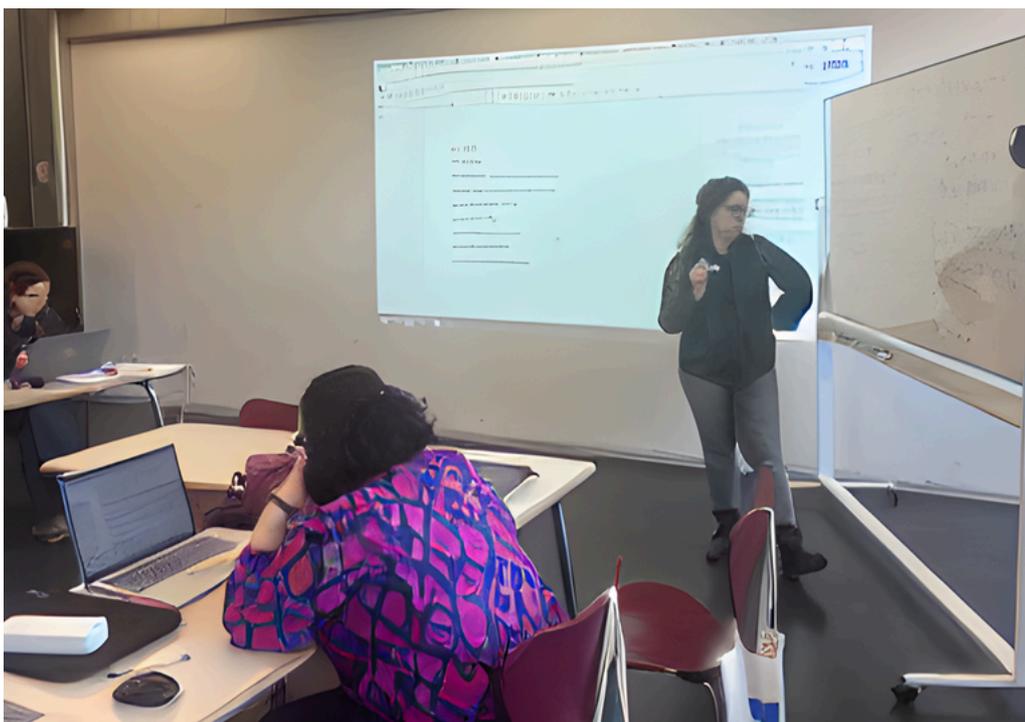
- Présenter aux participants les "24 points forts" afin d'accroître l'estime de soi.
- Augmenter l'estime de soi des participants.
- Encourager les participants à faire face à la résistance de manière constructive.
- Encourager l'autoréflexion et le développement personnel des participants.
- Encourager les participants à faire de bons choix dans leur propre intérêt.

Durée

- 45 minutes pour l'exercice de marche et de discussion.
- 45 à 80 minutes pour la suite de l'exercice en plénière.

Ressources

- Document en annexe
- Chronomètre
- Ordinateur
- Projecteur
- Grand écran
- Lieu extérieur pour la marche et la discussion



Description

Il s'agit d'une "Une balade et une discussion" sur les 24 forces de caractère de l'être humain. Au début des années 2000, des scientifiques ont découvert un langage commun de 24 forces de caractère qui constituent ce qu'il y a de mieux dans notre personnalité. Chacun possède les 24 forces de caractère à des degrés différents, de sorte que chaque personne a un profil de forces de caractère vraiment unique. Chaque force de caractère s'inscrit dans l'une de ces six grandes catégories de vertus, qui sont universelles à travers les cultures et les nations.

Le formateur présente les 24 points forts avant le début de la marche et de la discussion, puis il divise le groupe en paires et leur indique l'heure et le lieu où ils doivent se retrouver en plénière après la discussion sur les 24 points forts.

Cette activité est divisée en deux parties :

1. Une balader et une discussion

Le formateur créera des groupes de 8 participants.

Ils prennent la liste distribuée des 24 points forts et commencent à se poser des questions les uns aux autres, créant ainsi un espace de collaboration et de discussion sur l'apprentissage.

Les groupes disposent de 30 minutes pour se promener si le lieu de la formation le permet. Dans le cas contraire, ils se déplacent dans la salle et échangent leurs places afin de s'asseoir ensemble dans les paires qui leur ont été attribuées et de discuter ensemble.

Pendant les conversations, le formateur se promène entre les couples pour répondre aux questions ou aux doutes.

2. Une séance de suivi en plénière animée par le formateur

Les participants présentent au groupe ce que leur partenaire a trouvé comme force après les 30 minutes de marche et de discussion.

Le formateur surveille le temps. Chaque participant passera environ 5 à 10 minutes à présenter les points forts de son partenaire au groupe.

ACTIVITÉ 2 - FEEDBACK POSITIF

Les objectifs

- Promouvoir l'estime de soi
- Promouvoir la réflexion et le développement personnel en écoutant les éloges et les adjectifs positifs

Durée

1 heure

Ressources

- Magnétophone (ou un smartphone)
- Chaise



Description

1. Le formateur établira un environnement favorable, dans lequel il soulignera l'importance d'offrir un feedback sincère et encourageant. Le formateur donnera des exemples de façons de fournir ces adjectifs positifs. Cela contribuera à créer un environnement sûr et favorable pour les participants.

2. Chaque participant se verra attribuer 5 minutes de feedback positif, en disant au participant des adjectifs positifs sur lui/elle en tant que personne à emmener et à emporter avec soi après ce cours de formation.

3. Le participant qui reçoit le feedback positif s'assoit sur une chaise, placée de manière à ce qu'il soit dos au groupe et qu'il n'ait plus qu'à accepter les éloges et la reconnaissance des participants. Cette activité durera 5 minutes.

4. Le participant qui a reçu un feedback positif dispose d'une minute pour réfléchir à son expérience et mieux comprendre comment l'appliquer dans son développement personnel et professionnel.

5. Après les 5 minutes, le participant au cours qui a reçu un feedback positif alterne avec un autre membre du groupe, jusqu'à ce que tout le monde ait reçu 5 minutes de feedback positif.

LA POSITION DU FORMATEUR DE L'ÉTAT D'ESPRIT FIXE À L'ÉTAT D'ESPRIT DE CROISSANCE

Les objectifs

- Comprendre la différence entre l'état d'esprit fixe et l'état d'esprit de croissance de Carol Dweck
- Intérioriser l'importance de penser positivement à ses propres possibilités
- Apprendre que vous pouvez stimuler l'état d'esprit de croissance chez vos apprenants
- Comprendre que l'apprentissage est un changement durable des possibilités comportementales

Contenu

Positif, apprentissage tout au long de la vie, possibilités, théorie, pratique, coaching

Durée

3 heures

Ressources

- Feuille de papier / post it
- Tableau blanc / Tableau en papier
- Stylos



LA MISE EN OEUVRE

Pour apprendre à connaître et à comprendre l'état d'esprit de croissance, nous commençons par quelques exercices de base. Les gens ont besoin de sentir et de comprendre le concept avant de pouvoir l'utiliser eux-mêmes et aider les autres à le faire.

“La véritable éducation consiste à tirer le meilleur de soi-même.”

Mahatma Gandhi

Nous allons entamer une conversation avec les participants. Nous devons d'abord déterminer s'ils sont déjà familiarisés avec le concept. En ont-ils entendu parler, qu'en savent-ils ?

Une personne ayant un état d'esprit de croissance considère que l'intelligence, les capacités et les talents peuvent s'apprendre et s'améliorer grâce à l'effort. En revanche, une personne ayant un état d'esprit fixe considère que ces mêmes caractéristiques sont intrinsèquement stables et immuables au fil du temps.

Lorsque vous adoptez un état d'esprit de croissance, vous pouvez avoir une communication positive avec vos participants et leur donner un retour d'information positif.

L'idée que vous vous faites de vous-même peut tout déterminer. Si vous pensez que vos qualités sont immuables (état d'esprit fixe), vous voudrez toujours vous prouver que vous avez raison plutôt que d'apprendre de vos erreurs. Vous aurez besoin de ces informations pour être un bon coach pour vos coachs. Le coaching est une manière de soutenir quelqu'un dans sa croissance. En tant que coach, vous devez croire que le participant est capable de grandir et d'apprendre. Les concepts de base de l'état d'esprit de croissance doivent être clairs.

Ressources

- Fichiers vidéo
- Articles
- Livres

ACTIVITÉ 1 - QUEL EST VOTRE ÉTAT D'ESPRIT ?

Les objectifs

- Comprendre les bases de l'état d'esprit de croissance.
- Entamer une conversation entre les participants.
- Échanger des idées sur le concept.
-

Durée

15 min

Ressources

- Feuille de papier/post it
- Tableau blanc/tableau en papier
- Stylos
- Document avec les thèses (annexe 1)

Description

1- Nous répartissons les participants en petits groupes. De cette manière, ils peuvent entamer une conversation plus facilement. Nous suggérons des groupes de 3 à 4 personnes maximum afin que les gens puissent parler plus facilement et que chaque participant ait la possibilité de réagir. Il est important que chaque membre soit impliqué dans l'activité.

2 - Chaque groupe reçoit le même document contenant des thèses à discuter (annexe 2). Un membre du groupe le lit à haute voix pour les autres.

Ils discutent de la façon dont ils réagiraient en premier lieu : Quelle est, selon eux, la meilleure façon de réagir ? Est-il possible de diviser la réaction en deux façons différentes de réagir ? Quelle est la différence ?

Afin de familiariser le groupe avec le concept de l'état d'esprit fixe et de l'état d'esprit de croissance, il est important d'entamer une conversation sur les bases de ce thème.

3 - Après la discussion, au verso de la feuille, le groupe verra deux colonnes. L'une est plus axée sur la croissance, l'autre sur l'état d'esprit fixe. Nous demanderons si la différence est claire pour tout le monde. Les participants peuvent poser des questions et s'aider mutuellement à comprendre le concept.

ACTIVITÉ 2 - QUEL EST VOTRE ÉTAT D'ESPRIT SELON LES PARTICIPANTS ?

Les objectifs

- Prendre conscience de l'état d'esprit dans lequel vous vous trouvez vis-à-vis de vos participants.
- S'entraîner à réagir avec un état d'esprit de croissance.
- Apprendre à donner un feedback appréciatif.

Durée

20 min

Description

Introduction à l'activité : Si nous voulons que nos apprenants se développent et acquièrent de nouvelles compétences, nous devons croire qu'ils en sont capables. La communication appréciative avec les participants est importante.

1 - L'exercice se fait en petits groupes. De préférence, trois personnes afin que chaque membre ait la possibilité de s'exprimer et de réfléchir. Avec plus de personnes, certains participants n'osent pas dire quelque chose. Deux personnes, c'est souvent trop peu pour entamer une conversation.

2 - Divisez le grand groupe en petits groupes. Présentez au groupe quelques réflexions que vous pouvez avoir sur vos participants qui ont un état d'esprit fixe (Annexe 2).

3 - Demandez au groupe de faire une déclaration sur un état d'esprit de croissance. Chaque membre peut essayer de donner une autre déclaration (meilleure). Les participants se donnent mutuellement leur avis. Ensuite, ils peuvent consulter le verso de la feuille avec les déclarations de croissance possibles.

4 - Posez aux groupes des questions supplémentaires qu'ils peuvent poser pour en savoir plus sur leur propre état d'esprit (par exemple) :

- Est-il difficile pour vous de penser avec un état d'esprit de croissance ?
- Qu'est-ce qui vous aide à penser de cette façon ?

5 - Si vous voulez enseigner avec un état d'esprit de croissance, vous devez apprendre à donner un feedback appréciatif. Nous demandons au groupe de discuter des points suivants :

- Pensez à une situation spécifique dans laquelle un élève a échoué ou a été incapable d'apprendre ce que vous vouliez enseigner.
- Réfléchissez à au moins trois choses que vous pourriez dire pour encourager un état d'esprit de croissance et empêcher le processus d'apprentissage de s'arrêter.

Si la discussion ne démarre pas, si les participants ne trouvent pas de réponses, nous les aidons.

Par exemple :

- Que pouvez-vous apprendre de vos erreurs ? Nous pouvons tous en tirer des enseignements
- Il faut parfois un certain temps pour maîtriser quelque chose. De quoi avons-nous/vous besoin pour maîtriser le sujet ?
- Connaissez-vous quelqu'un ou quelque chose qui peut vous aider ?
- Ce défi vous aidera à progresser.

6 - Terminez cette partie par des questions en grand groupe.

- Y a-t-il des difficultés ?
- Avons-nous besoin de plus d'informations ?



ACTIVITÉ 3 - COMMENT ENSEIGNER UN ÉTAT D'ESPRIT DE CROISSANCE - REPENSER

Les objectifs

- Connaître l'état d'esprit de croissance
- Apprendre à repenser l'état d'esprit et les affirmations fixes
- Prendre conscience de l'influence positive d'un état d'esprit de croissance

Durée

40 min

Ressources

- Feuille de papier/post-it
- Tableau blanc/Paperboard
- Stylos

Description

Il peut être très utile de coacher vos apprenants et de les amener à adopter un état d'esprit de croissance à votre égard (et à leur égard). Nous avons souvent une vision négative de nous-mêmes ou des capacités d'apprentissage des autres. Nous nous entraînerons à repenser nos pensées. Plus nous nous exercerons, plus nous pourrons nous familiariser avec l'état d'esprit utile de la croissance.

1 - En petits groupes, nous proposons aux participants quelques affirmations (annexe 3). Chaque participant en choisit une et donne une meilleure option (état d'esprit de croissance).

Au lieu de... essayer de penser...

2 - Les groupes se donnent mutuellement un retour d'information positif (et appréciatif). Est-il difficile de formuler les choses différemment ? Pour certains, c'est facile, pour d'autres, cette "nouvelle" façon de penser est plus difficile. Mais nous pouvons tous apprendre !

3 - Essayez de vous rappeler qu'en tant que coach, vous soutenez quelqu'un dans sa croissance. Tout est possible.

LE PROCESSUS DE COMMUNICATION

Les objectifs

- Comprendre les avantages de l'écoute active dans une communication efficace
- Identifier comment elle peut aider à construire des relations plus fortes,
- Apprendre à minimiser les malentendus et à augmenter la productivité.

Contenu

Communication, échange d'informations, compétences non techniques

Durée

2 heures maximum

Ressources

- Ordinateur portable
- Internet
- Projecteur
- Tableau blanc/Flipchart
- Feuille de papier
- Stylos



LA MISE EN OEUVRE

Afin d'introduire le chapitre suivant, nous devons d'abord rafraîchir la mémoire des stagiaires en discutant ouvertement de certains sujets qui ont été présentés précédemment dans le programme. En rappelant le chapitre précédent sur la communication, nous devrions commencer par poser quelques questions pour rafraîchir le contenu appris. Même si vous n'avez pas le temps de présenter à nouveau le contenu théorique, en posant quelques questions, les étudiants se rafraîchiront la mémoire et aborderont les activités suivantes mieux préparés. Profitez-en pour vérifier si vos étudiants se sentent à l'aise avec les sujets et s'il est nécessaire de renforcer les idées précédentes. Évitez de répéter un contenu théorique trop lourd.

ACTIVITÉ 1 - L'ÉCOUTE ACTIVE DANS UNE COMMUNICATION EFFICACE

Les objectifs

- Améliorer les compétences de communication des formateurs en pratiquant l'écoute active (éducateurs d'adultes)
- Augmenter le potentiel d'apprentissage des stagiaires (adultes vulnérables)

Durée

30 minutes - 1 heure

Ressources

- Feuille de papier
- Stylos

Description

1- Si vous souhaitez renforcer les idées précédentes, vous pouvez soit répéter le contenu théorique, soit commencer à poser des questions pour analyser le niveau de connaissance des stagiaires.

Voici quelques questions générales que vous pouvez poser :

- Qu'entendez-vous par "écoute active" ?
- Quels sont les principaux avantages de l'écoute active ? (Discutez brièvement de l'importance de l'écoute active dans une communication efficace. Soulignez ses avantages et la manière dont elle peut contribuer à améliorer les compétences en matière de communication).
- Qu'entendez-vous par communication non verbale ?
- Quels sont les principaux avantages d'une bonne communication verbale ?

2 - Divisez le groupe en paires et faites-les s'asseoir l'une en face de l'autre. Donnez à chacun un stylo et une feuille de papier.

Vous pouvez répartir le groupe au hasard ou, si vous le souhaitez, essayer de mélanger des formateurs plus âgés et plus jeunes afin de promouvoir l'échange de points de vue différents.

3 - Expliquez qu'une personne de chaque paire sera l'orateur et l'autre l'auditeur. L'orateur parlera d'un sujet de son choix pendant 5 minutes, tandis que l'auditeur pratiquera l'écoute active.

Par exemple : Expliquez à l'interlocuteur " quelle tactique vous utiliseriez si l'un de vos participants vous disait qu'il était perdu dans les leçons et qu'il envisageait d'abandonner la formation.

4 - Demandez aux auditeurs de prendre des notes pendant que l'orateur parle. Ils doivent s'efforcer de comprendre le message de l'orateur et de résumer les points principaux dans leurs notes.

5 - Après 5 minutes, demandez aux auditeurs de répéter ce qu'ils ont entendu l'orateur dire. L'orateur doit confirmer que les auditeurs ont bien saisi son message.

Les étapes 3 et 4 doivent permettre aux auditeurs de rassembler les idées principales présentées par l'orateur. Ce faisant, les auditeurs entraînent leur capacité à intégrer efficacement les informations échangées.

6 - Demandez aux paires de changer de rôle et répétez les étapes 3, 4 et 5.

7 - Rassemblez le groupe et demandez à des volontaires de partager leurs expériences. Posez des questions telles que Comment s'est déroulée l'expérience de l'écoute active ? Avez-vous trouvé difficile de vous concentrer sur l'orateur et de prendre des notes en même temps ? Avez-vous eu l'impression d'avoir bien saisi le message de l'orateur ?

8 - Résumez l'activité en discutant des avantages de l'écoute active dans le cadre d'une communication efficace et de la manière dont elle peut contribuer à renforcer les relations, à minimiser les malentendus et à accroître la productivité.

Variantes :

- Vous pouvez modifier la durée du temps de parole à 3 ou 7 minutes, selon les besoins du groupe.
- Au lieu de demander aux auditeurs de prendre des notes, vous pouvez leur demander de paraphraser ce que l'orateur a dit afin de s'entraîner à résumer les points principaux.
- Vous pouvez rendre l'activité plus stimulante en demandant à l'orateur d'inclure intentionnellement des informations non pertinentes dans son discours et de voir si l'auditeur peut toujours saisir avec précision le message principal.

ACTIVITÉ 2 - UNE COMMUNICATION EFFECTIVE GRÂCE AU LANGAGE NON VERBAL

Les objectifs

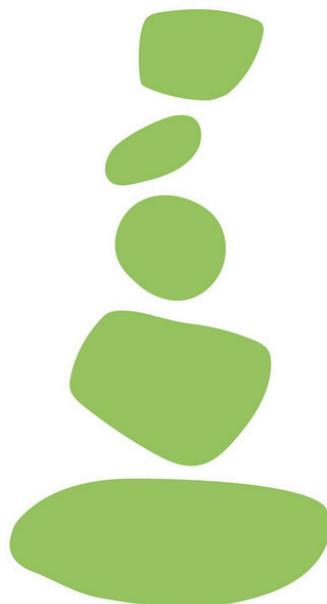
- Améliorer les compétences de communication des formateurs en pratiquant l'écoute active (éducateurs d'adultes)
- Augmenter le potentiel d'apprentissage des stagiaires (adultes vulnérables)
- Comprendre les avantages d'une communication non verbale correcte
- Contribuer à un échange d'informations plus efficace
- Améliorer l'impact de la communication non verbale dans l'échange d'informations

Durée

30 minutes - 1 heure

Ressources

- Chaises
- Feuille en papier
- Stylos



Description

Pour cette activité, nous voulons que les formateurs s'engagent les uns avec les autres et développent des compétences de communication en pratiquant activement leur communication à l'aide d'indices non verbaux.

1 - Commencez par discuter brièvement de l'importance de la communication non verbale dans une communication efficace. Expliquez que les indices non verbaux tels que le langage corporel, les expressions faciales, le ton de la voix et le contact visuel peuvent transmettre beaucoup d'informations et influencer de manière significative la manière dont un message est reçu.

Par exemple, la communication non verbale aide l'orateur à se détendre et à transmettre l'information avec plus d'assurance. Il en résulte une meilleure réception de l'information par l'auditeur. Si vous voulez voir une démonstration de première main, demandez à vos partenaires d'essayer de parler avec vous sans bouger les bras et de rester stables pendant qu'ils parlent. Vous remarquerez que vous avez l'impression que l'échange d'informations ne se fait pas de manière naturelle et que vous pouvez même vous sentir mal à l'aise.

Autre exemple. Demandez à votre partenaire de fermer les mains en fisting pendant qu'il parle. Au final, l'auditeur aura le sentiment que l'orateur était tendu, anxieux ou peut-être pas très confiant dans l'information qu'il transmettait.

2 - Divisez le groupe en paires et demandez-leur de s'asseoir l'un en face de l'autre. Expliquez-leur qu'ils seront tour à tour l'orateur et l'auditeur.

3 - Demandez à l'orateur de délivrer un court message à l'auditeur, mais sans utiliser de mots. Il peut utiliser son langage corporel, ses expressions faciales, le ton de sa voix et le contact visuel pour transmettre son message.

L'auditeur peut prendre note de ce qu'il ressent et de ce qu'il comprend de la "conversation".

4 - Lorsque l'orateur a terminé, demandez à l'auditeur de partager son interprétation du message. Encouragez-les à être aussi précis que possible et à mentionner les indices non verbaux qui les ont conduits à leur interprétation.

5 - Demandez aux paires de changer de rôle et de répéter les étapes 3 et 4.

6§- Rassemblez le groupe et demandez à des volontaires de partager leurs expériences. Posez des questions telles que Comment s'est déroulée l'expérience de la communication sans mots ? Avez-vous trouvé qu'il était difficile de transmettre efficacement votre message en utilisant des indices non verbaux ? Avez-vous appris quelque chose de nouveau sur le pouvoir de la communication non verbale ?

7 - Résumez l'activité en discutant de l'importance de la communication non verbale dans une communication efficace et de la manière dont elle peut influencer de façon significative la façon dont un message est reçu. Encouragez le groupe à être plus conscient de ses signaux non verbaux et à s'entraîner à les utiliser efficacement.

Variante :

Vous pouvez rendre l'activité plus stimulante en demandant à l'orateur de transmettre une émotion ou un état d'esprit spécifique sans utiliser de mots.

Vous pouvez également réaliser cette activité en groupe, où les participants transmettent à tour de rôle un message au groupe en utilisant uniquement des signaux non verbaux, et où le groupe tente d'interpréter le message.

Vous pouvez également ajouter à l'activité une discussion de bilan, au cours de laquelle vous discuterez de la manière dont les signaux non verbaux sont perçus dans différentes cultures et de la façon d'adapter la communication non verbale à différents contextes culturels.



DÉFINIR LA RELATION ENTRE LE FORMATEUR ET L'APPRENANT

Les objectifs

- Établir un rapport et une relation positifs entre le formateur et les apprenants.
- Créer un environnement d'apprentissage favorable.
- Établir les bases d'une interaction significative entre les formateurs et les apprenants.
- Créer un environnement d'apprentissage favorable.
- Améliorer la compréhension des besoins et des perspectives.
- Promouvoir la confiance et l'apprentissage en toute sécurité, en créant un environnement dans lequel les apprenants se sentent à l'aise pour exprimer leurs pensées et leurs idées.

Contenu

L'importance de créer un environnement d'apprentissage positif et collaboratif, d'établir une relation sûre et bienveillante qui permettra aux sessions de formation de se dérouler sans heurts.

Durée

2 heures

Ressources

- Feuille de papier/post-its
- Tableau blanc/Paperboard
- Stylos



ACTIVITÉ 1 - ESPOIRS ET CRAINTES

Les objectifs

- Développer un sentiment d'empathie et de compréhension mutuelle.
- Identifier les obstacles potentiels et fixer des objectifs pour les surmonter.
- Créer des liens plus forts avec d'autres personnes qui peuvent soutenir, encourager ou offrir des conseils utiles.
- Favoriser un environnement inclusif où toutes les voix sont valorisées.

Durée

30 minutes

Ressources

- Feuille de papier/post-its
- Tableau blanc/Paperboard
- Stylos

Description



L'exercice "Espoirs et craintes" est divisé en quatre parties :

1 - Avant de commencer l'activité, le formateur peut encourager les étudiants à réfléchir individuellement à leurs espoirs et à leurs craintes avant de les écrire sur les post-it. Cela leur permettra de réfléchir plus profondément et de générer des idées plus significatives. Distribuez des post-it et des marqueurs à chaque apprenant. Vous pouvez suggérer d'écrire les espoirs sur un post-it d'une couleur différente de celle des craintes, pour une meilleure visibilité. Présentez l'exercice et expliquez les résultats attendus à la fin de la session.

Par exemple, vous pouvez dire aux apprenants : "Nous allons prendre dix minutes pour passer en revue les objectifs que vous voulez atteindre avec ce projet. Ensuite, nous discuterons de vos préoccupations ou de vos inquiétudes".

LA MISE EN OEUVRE

Avant de commencer ce nouvel atelier, n'oubliez pas qu'une communication efficace est la pierre angulaire d'une relation positive entre le formateur et les apprenants (ce que les apprenants auront vu dans la session précédente).

En atteignant ces Les objectifs de communication, une base solide sera posée pour une relation positive et productive entre le formateur et les apprenants. Une communication efficace favorise la confiance, le respect et l'engagement, éléments essentiels pour des expériences d'apprentissage réussies.

Enfin, la définition de la relation entre le formateur et l'apprenant est essentielle pour créer un environnement d'apprentissage positif et efficace.

Pour y parvenir, l'éducateur doit /

- Commencer chaque session par un accueil chaleureux et un sourire, afin que les participants se sentent valorisés dès le départ.
- Avant de se plonger dans le contenu, il doit engager une conversation informelle afin de créer une atmosphère amicale et accessible.
- Reconnaître les sentiments et les expériences des participants, en faisant preuve de compréhension et d'empathie.

Tous ces éléments permettront à chaque participant de partager plus facilement ses craintes et ses espoirs au cours de l'activité n°1. Commencer par les espoirs et les craintes pour briser la glace peut être un moyen efficace d'établir une connexion et une relation plus profondes entre les participants, ainsi que de favoriser un environnement de confiance, de connexion et d'engagement dès le début de la formation. Cela aide les participants à se considérer comme des personnes réelles ayant des expériences communes, ce qui améliore en fin de compte la qualité des interactions et des résultats de l'apprentissage.

L'activité n°2 se concentre sur l'intégration de scénarios pour conclure la session et transformer les connaissances théoriques en compétences pratiques, permettant aux participants de repartir avec une meilleure compréhension de la manière de favoriser des relations efficaces entre les formateurs et les apprenants. Elle encourage également les participants à participer activement, à résoudre des problèmes et à réfléchir à leur parcours d'apprentissage.

Des scénarios bien conçus reproduisent des situations réelles, permettant aux participants d'explorer des dynamiques complexes et des processus de prise de décision qui peuvent se produire dans des contextes de formation réels.

2 - Ensuite, fixez un délai de quelques minutes pour permettre à vos participants d'écrire leurs espoirs et leurs craintes - un par post-it. Avant le début de la session, prévoyez deux cases au tableau, la première intitulée "Espoirs" et la seconde "Craintes". Une fois que les participants ont fini d'écrire leurs post-it, ils peuvent les placer sous chaque rubrique. La visibilité des idées de chacun peut inspirer les autres. Donnez quelques directives concernant l'écriture sur les post-it. Demandez aux participants de limiter leurs idées à quelques mots ou à une courte phrase. Respectez le temps imparti pour éviter que la session ne prenne du retard : lorsque l'alarme retentit, tout le monde est autorisé à poser son stylo.

3 - Au fur et à mesure que les participants affichent leurs idées, vous verrez apparaître des points communs. Rassemblez-les par thème. Vous n'aurez peut-être pas le temps d'examiner chaque post-it, mais vous pourrez au moins aborder le thème commun. Le regroupement est également un excellent moyen de visualiser les principales préoccupations dans la salle.

4 - Une fois que tout le monde a fini d'écrire son post-it, vous pouvez discuter avec les groupes. Prévoyez du temps pour que les élèves partagent et discutent de leurs espoirs dans le cadre d'une discussion avec l'ensemble de la classe. Cela peut favoriser la motivation et la collaboration entre les élèves. Les craintes prennent plus de temps parce qu'elles suscitent plus de discussions et de débats. Il est compréhensible que les peurs suscitent plus de discussions, mais il est également essentiel de souligner l'importance de valider les inquiétudes des élèves, ce qui est essentiel pour les aider à comprendre que la peur est une émotion normale et pour les encourager à relever les défis de manière positive.

L'enseignant peut encourager un environnement favorable où les participants peuvent exprimer leurs craintes sans craindre d'être jugés et, en retour, chercher des solutions pratiques pour y remédier.

La tâche principale de l'animateur est de reconnaître les craintes et d'aider à trouver une solution. Vous pouvez le faire en montrant pourquoi elles ne sont pas fondées ou en élaborant un plan pour y faire face pendant ou après la session.

ACTIVITÉ 2 - ENCADRER LA RELATION ENTRE LE FORMATEUR ET L'APPRENANT

Les objectifs

- Développer l'esprit critique des apprenants
- Renforcer les compétences des apprenants en matière de résolution de problèmes
- Améliorer la communication en amenant les participants à échanger des idées et à travailler ensemble pour résoudre des problèmes.

Durée

1h30

Ressources

- Feuille de papier
- Tableau blanc/Paperboard
- Stylos
- Ordinateur
- Accès à l'internet

Description

Une fois que vous avez défini les attentes des apprenants, vous pouvez maintenant commencer la formation. Commencez par une introduction claire et convaincante décrivant l'activité et ses objectifs.

1 - Répartissez les apprenants en petits groupes de 3 à 5 personnes (en fonction de la taille du groupe). Le formateur doit être capable de favoriser un environnement inclusif et respectueux dans lequel les étudiants se sentent à l'aise pour exprimer leurs opinions sans crainte d'être jugés, d'écouter attentivement les réponses des étudiants et de poser des questions complémentaires pour développer leurs idées, et enfin d'encourager les étudiants silencieux à partager leurs pensées et leurs idées, et de s'assurer que les étudiants dominants ne monopolisent pas la discussion.

2 - Proposez à chaque groupe un scénario/situation hypothétique en rapport avec le thème de la formation ou de l'atelier. Voici une liste de scénarios/situations que vous pouvez partager avec eux :

- Le début d'une session est une étape essentielle qui influence son déroulement. Quelles sont les règles à respecter selon vous ?
- Comment animer une présentation ? Se faire comprendre et maintenir l'attention ?
- Vous animez une session de formation et vous êtes confronté à une personne qui ne semble pas intéressée. Comment encourager la motivation d'un apprenant adulte ?
- Un participant pose une question à laquelle le formateur ne connaît pas la réponse. Que faire dans cette situation ?
- Comment favoriser les échanges entre le formateur et les apprenants lors d'une session de formation ?
- Comment évaluer et clôturer une session de formation ?

3 - Donnez à chaque groupe 15 minutes pour travailler en collaboration afin d'élaborer une liste de solutions possibles pour le scénario. Ensuite, chaque groupe doit, à tour de rôle, présenter sa solution à l'ensemble du groupe. Le formateur doit veiller à ce que la discussion reste concentrée et sur la bonne voie, en s'assurant que tous les sujets prévus sont abordés dans le temps imparti. Le formateur résume ensuite les principaux points abordés au cours de la session, afin de renforcer l'apprentissage et de clarifier les éventuelles idées fausses.

4 - Pour chaque groupe qui présente ses réponses, vous pouvez fournir un support visuel qui inclut des éléments des solutions que vous avez préparées à l'avance, ce qui peut être un outil puissant pour soutenir votre message et rendre votre présentation plus attrayante.

CONSEILS

Les scénarios ne sont pas définitifs mais peuvent être adaptés à différentes situations et au public et aux apprenants avec lesquels vous travaillerez pendant la formation. Idéalement, ce type d'activité nécessite un support visuel pour apporter des réponses aux différents scénarios et situations, afin que les participants aient toutes les clés et tous les éléments à portée de main.

Comment assurer la qualité de votre communication ?

Voici quelques exemples :

- Restez détendu pour créer et maintenir une bonne atmosphère
- Être enthousiaste par rapport au sujet présenté
- Se déplacer dans la salle
- Passez d'un endroit à l'autre pour souligner un point important, mais ne vous promenez pas constamment dans la salle.
- Toujours faire face aux participants
- Maintenir le contact visuel
- Variez votre discours pour éviter la monotonie
- Ralentissez pour mettre l'accent sur les parties importantes
- Variez votre intonation pour éviter la monotonie et maintenir l'attention.

Comment encourager les plus réservés à s'exprimer ?

Voici quelques conseils :

- Faites le tour de la table, ne vous arrêtez pas au milieu, n'oubliez personne
- Donnez à chacun le même temps de parole. Avant le tour de table, annoncez le temps de parole de chacun (en général 1 à 3 minutes)
- Posez des questions précises sur un sujet bien défini
- Ne commencez pas les échanges et les débats avant la fin du tour de table.
- Si vous faites plusieurs tours, ne commencez pas toujours par la même personne.

Comment rendre compte de l'intervention du formateur ?

- Dresser un bilan de la session et répondre au mieux aux attentes des participants et des formateurs sur le déroulement du module/session de formation, par écrit ou à l'oral. Plusieurs points peuvent être abordés, tels que
- Le choix des thèmes est-il approprié ?
- Les méthodes pédagogiques sont-elles appropriées ?
- Le matériel de formation est-il à jour ?
- La durée est-elle conforme aux objectifs ?
- Vos commentaires sur le matériel de formation

Le guide suivant fournit des conseils et de l'inspiration :

Guide de bonnes pratiques pour les méthodologies de formation

Comment devenir un formateur efficace et inspirant

<https://www.enisa.europa.eu/publications/good-practice-guide-on-training-methodologies>

ENCADRER LE GROUPE

Les objectifs

- Identifier les besoins des personnes en situation de handicap.
- Comprendre comment les professionnels doivent travailler avec le groupe.
- Apprendre l'importance de l'environnement.
- Mettre en évidence les éléments clés à prendre en compte lors de la planification de la leçon.

Contenu

Comment travailler avec des personnes en situation de handicap, éléments clés d'un environnement sûr (niveau physique, niveau émotionnel, caractéristiques des professionnels, protagonisme et participation des personnes qui s'appuient sur elles...).

Durée

2 heures

Ressources

- Ordinateur portable
- Internet
- Projecteur
- Feuille de papier
- Stylo
- Annexe 5

La mise en oeuvre

Pour ce nouveau sujet, nous devons nous concentrer sur nous-mêmes. Ce sur quoi nous travaillons dans ce thème sera crucial à mettre en pratique, parce qu'il y a des facteurs très importants qui feront que la classe sera réussie ou non.

Tout d'abord, nous devons réfléchir au rôle que nous devrions jouer dans une classe avec des personnes handicapées. Pour connaître ce comportement nécessaire, nous devons mettre en œuvre l'activité n° 1.

Ensuite, pour travailler en profondeur sur l'importance du comportement, de l'environnement, du groupe et de l'espace, l'activité n° 2 sera mise en œuvre.

ACTIVITÉ 1 - VRAI OU FAUX ?

Les objectifs

- Savoir quel devrait être le rôle des professionnels dans une classe de personnes handicapées.
- Clarifier les doutes des professionnels.
- Clarifier les attentes et le rôle de l'enseignant dans une classe d'élèves handicapés.
- Sensibiliser les enseignants aux mythes et stéréotypes qui entourent le handicap et l'éducation inclusive.

Durée

20 minutes

Ressources

Cartes avec 9 affirmations vraies et 9 affirmations fausses concernant le rôle de l'enseignant dans une classe d'élèves handicapés (annexe 1).

Description

- 1 - Répartissez les participants en petits groupes et distribuez les cartes avec les affirmations vraies et fausses.
- 2 - Demandez aux groupes de travailler ensemble pour classer les affirmations en "vrai" ou "faux".
- 3 - Une fois que tous les groupes ont terminé, permettez-leur de partager leurs réponses et de justifier leurs choix.
- 4 - Discutez en groupe des réponses correctes et, dans le cas d'affirmations fausses, clarifiez la vérité qui les sous-tend.
- 5 - Encouragez les participants à discuter et à réfléchir sur les implications de ces affirmations pour le rôle de l'enseignant dans une classe d'apprenants handicapés.

ACTIVITÉ 2 - LA CARTE DE LA SALLE DE CLASSE SÛRE

Les objectifs

- Sensibiliser à l'importance d'un espace sûr dans la salle de classe et explorer comment chaque élève peut contribuer à créer un espace sûr pour tous.

Durée

45 minutes

Ressources

- Feuilles de papier
- Crayons de couleur

Description

1- Présentez l'objectif de l'activité et expliquez qu'il est important que chacun se sente en sécurité et respecté dans la classe afin d'apprendre et de se développer.

2 - Répartissez les élèves en petits groupes et demandez à chacun d'eux de dessiner un plan de la salle de classe sur une feuille de papier. Demandez aux groupes d'inclure toutes les zones de la classe, telles que les tables, les chaises, les armoires, etc.

3 - Une fois que les groupes ont dessiné le plan de leur classe, demandez-leur d'indiquer les zones où ils se sentent le plus en sécurité et celles où ils se sentent le moins en sécurité. Ils peuvent également identifier les zones où ils se sentent le plus à l'aise et celles où ils se sentent le moins à l'aise.

4 - Une fois que les groupes ont identifié ces zones, demandez-leur de discuter des raisons pour lesquelles ils se sentent en sécurité et à l'aise dans certaines zones et moins en sécurité et à l'aise dans d'autres. Ensuite, ils doivent proposer des idées pour améliorer les domaines dans lesquels ils se sentent moins sûrs d'eux et moins à l'aise.

5 - En outre, l'enseignant examinera s'il a travaillé uniquement sur les espaces physiques ou également sur l'atmosphère. C'est-à-dire la confiance que l'enseignant transmet, le calme, le travail d'équipe, le respect...

6 - Une fois que les groupes ont discuté de leurs idées, demandez-leur de présenter leurs cartes et leurs idées au reste de la classe.

7 - En guise d'activité finale, invitez les élèves à travailler ensemble pour créer une liste de règles et de pratiques visant à garantir un espace sûr et respectueux pour tous dans la classe. Ces règles peuvent être affichées dans un endroit visible de la classe pour que tous les élèves s'en souviennent.

CONSEILS

Veillez à ce que les fausses affirmations soient crédibles et réalistes afin de rendre l'activité plus efficace.

Encouragez les participants à partager leurs propres expériences et perspectives sur le rôle de l'enseignant dans une classe d'apprenants handicapés.

Soulignez l'importance d'une éducation inclusive de qualité pour tous les apprenants, y compris ceux qui sont handicapés.

Veillez à établir des règles et des pratiques afin que les étudiants se sentent en sécurité et à l'aise lorsqu'ils travaillent sur cette activité. Vous pouvez également adapter l'activité pour y inclure des éléments tels que l'accessibilité physique et les aménagements raisonnables afin de garantir que tous les élèves puissent participer pleinement.



L'IMPORTANCE DE L'ESPACE PHYSIQUE - RENDRE LA FORMATION ACCESSIBLE ET INCLUSIVE

Les objectifs

- Comprendre le concept d'accessibilité et ses aspects.
- Reconnaître et rappeler les caractéristiques de base de l'espace physique.
- Déterminer le type de paramètres liés à l'espace à prendre en compte pour assurer l'accessibilité totale de la session de formation en fonction du lieu/de la salle de réunion.
- Comprendre comment concevoir et organiser une formation/un atelier inclusif, en appliquant des moyens appropriés compatibles avec les besoins de vos apprenants.

Contenu

Définitions de l'accessibilité et de l'inclusion, instructions pour créer un espace plus sûr, conseils pour une bonne orientation, signalisation, présentation, éclairage, acoustique, matériel utilisé, etc.

Durée

2 heures

Ressources

- Ordinateur portable
- Internet
- Projecteur
- Tableau blanc/Flipchart
- Papiers et stylos
- Post-it
- Plans des locaux
- Étiquettes/chevalet porte-



La mise en oeuvre

Discussion, Présentation, Travail de groupe, Questions à réponse ouverte, Dialogue (guidé), Présentation Powerpoint.

Remarque : le plan de cours fournit des lignes directrices à l'animateur sur la manière d'organiser le cours. Il ne s'agit pas d'une feuille de route détaillée phrase par phrase, ni d'un substitut à la personnalité de l'animateur. Vous êtes donc libre de l'adapter.

Suggestions :

Laissez aux participants la liberté de choisir leur propre siège en fonction de leurs besoins visuels et auditifs, au lieu de décider à leur place. Évitez d'agir comme une "autorité". S'ils choisissent mal, permettez-leur de changer de place pendant l'activité. Le fait de choisir la mauvaise place et de s'en rendre compte est également un processus éducatif (pratique), car il permet au participant de réfléchir au problème ainsi qu'aux moyens de le résoudre.

Créez un cercle au lieu d'une disposition stricte de la salle de classe. De cette manière, personne ne se trouve devant ou derrière les autres, ce qui favorise le sentiment d'égalité au sein du groupe.

Utilisez les présentations PowerPoint fournies. Vous pouvez les adapter en fonction du profil de votre public. Vous pouvez montrer la présentation et, en même temps, poser aux participants les principales questions décrites dans ce plan de cours. N'hésitez pas à ajouter des questions pour stimuler davantage l'attention de votre public.

Cette activité peut servir d'échauffement et constitue en soi un exemple. Elle est également personnalisée et interactive, car elle implique les participants et leurs propres expériences d'accessibilité dans la discussion, encourageant ainsi l'autoréflexion, la collaboration et l'échange d'idées.

ACTIVITÉ 1

Pourquoi l'espace physique est-il important lors de la conception d'un atelier ? Se familiariser avec l'espace de la session de formation/atelier en face à face.

Les objectifs

- Comprendre le concept d'accessibilité et ses aspects.
- Reconnaître et rappeler les caractéristiques de base de l'espace physique.

Durée

1 heure

Ressources

- Ordinateur portable
- Internet
- Projecteur
- Tableau blanc/Flipchart
- Papiers et stylos
- Post-it
- Plans des locaux
- Présentation (annexe 6)
- Étiquettes/chevalet porte-nom

Description

1 - Présentation de l'accessibilité : définition, paramètres, etc. (Annexe 6).

2 - Diapositive 1 - la définition de l'accessibilité et faire le lien entre le concept théorique et l'expérience des participants :

Demandez-leur par quel moyen ils sont arrivés dans le bâtiment. - Sont-ils venus à pied ? Ont-ils utilisé un vélo ?

- Ont-ils utilisé les transports en commun ?

- Ont-ils utilisé une carte ? Un lien vers une carte Google ? Si oui, demandez-leur si la carte/le lien cartographique les a aidés à trouver le bâtiment.

- Des indications leur ont-elles été fournies ?

- Ont-ils eu des difficultés à trouver le bâtiment ? Si oui, demandez-leur pourquoi. Quels sont les difficultés qu'ils ont rencontré ?

- Notez ses difficultés sur le tableau.

Demandez-leur par quel chemin ils sont arrivés au lieu ou à la salle de cours.

- Ont-ils emprunté des marches ou des escaliers ? Si oui, y a-t-il une rampe ou un ascenseur ?
- Les portes du bâtiment se sont-elles ouvertes manuellement ou automatiquement (détecteurs de mouvement) ?
- Ont-ils utilisé la signalisation ? La signalisation était-elle accessible en termes de contenu et de format ?
- Ont-ils eu des difficultés à trouver le bâtiment ? Si oui, demandez-leur pourquoi. Quel est le problème qu'ils ont rencontré ?

Écrivez les problèmes sur le tableau blanc. Présentez une diapositive récapitulative des problèmes.

3 - Présentez 2 ou 3 diapositives sur les paramètres qui rendent un bâtiment accessible. Demandez-leur d'imaginer une occasion où ils ont trouvé un lieu ou un bâtiment très facilement.

4 - En se basant sur ce qu'ils viennent d'entendre, demandez-leur d'écrire sur un post-it la raison de cette situation, en choisissant l'une des options suivantes : transport, parking, directions, carte, lien vers la carte, signalisation...).

Inscrivez ces post-it sur le tableau blanc et résumez les paramètres de l'espace qui facilitent l'accessibilité (1 à 2 diapositives).

5 - Exercice : Montrez aux participants des images/plans d'étage d'exemples d'espaces avec et sans obstacles. Demandez-leur de voter en ligne (en utilisant par exemple Mentimeter) pour choisir parmi les images celle qui leur semble problématique en termes d'accessibilité. Projetez les résultats des réponses sur le tableau blanc et discutez avec eux de la manière dont les situations problématiques auraient pu être évitées.

6 - Conclure qu'une fois les obstacles physiques surmontés, les apprenants peuvent profiter du processus d'apprentissage et se concentrer sur le contenu de l'atelier.

ACTIVITÉ 2

Comment concevoir et animer une formation ou un atelier inclusif ?

Les objectifs

- Déterminer le type de paramètres liés à l'espace à prendre en compte pour assurer l'accessibilité totale de la session de formation en fonction du lieu/de la salle de réunion.
- Sélectionner et appliquer des moyens appropriés compatibles avec les besoins de vos apprenants pour renforcer l'inclusion.

Durée

1 heure

Ressources

- Ordinateur portable
- Internet
- Projecteur
- Tableau blanc/Flipchart
- Papiers et stylos
- Post-it
- Plans des locaux
- Présentation (annexe 6)
- Étiquettes/chevalet porte-nom

Description

1 - Créez une forme de cercle avec les participants, de manière à ce que personne ne soit devant ou derrière quelqu'un d'autre (cela encourage le sens de l'égalité et du groupe). Permettez aux participants de choisir leur place en fonction de leurs besoins visuels ou auditifs. Vous pouvez également utiliser des étiquettes nominatives.

2 - Posez les questions suivantes pour faire le lien avec le concept d'accessibilité. Si vous avez fait l'activité n°1, ces questions servent d'outil pour rafraîchir ce que les apprenants ont déjà appris :

- Comment pouvez-vous faciliter l'accès des participants au bâtiment ?
- Comment pouvez-vous faciliter l'accès des participants à la salle de réunion ?

3 - Notez leurs réponses sur le tableau blanc et faites des ajouts, si nécessaire.

4 - Identifiez les conclusions, soit oralement, soit en les écrivant sur le tableau blanc, sous forme de "conseils et astuces".

Par exemple :

Tenez compte des différentes caractéristiques et des besoins particuliers des personnes que vous envisagez d'enseigner !

Vérifiez les paramètres d'espace de la salle de réunion et du bâtiment à l'avance et assurez-vous qu'ils répondent aux besoins des participants avant de sélectionner la salle ou le bâtiment en question. S'ils ne répondent pas aux critères d'accessibilité, cherchez une autre salle/un autre bâtiment !

Préparez-vous et préparez correctement votre enseignement (matériel, présentation) afin de faciliter la participation de tous à l'atelier !

Soulignez qu'il existe un autre aspect important à prendre en compte lors de l'organisation d'ateliers, celui de l'inclusion. Vous pouvez utiliser les diapositives incluses dans la présentation Powerpoint. (Annexe 6)

5 - Montrez une diapositive avec la définition de l'inclusivité. Faites le lien entre le concept théorique et l'expérience des participants. Sur la base de la définition fournie, organisez une brève discussion sur ce que signifie l'"inclusivité" pour eux. Clarifiez les idées fausses.

6 - Présentez 2 ou 3 diapositives sur les paramètres de la salle de formation (éclairage de la salle, heures de la journée, acoustique, marquage, absence d'obstacles, ...).



7 - Montrer 1 à 2 diapositives sur le matériel de formation (différents formats - imprimé, gros caractères, audio, braille).

8 - Montrer 1 à 2 diapositives sur le formateur (voix, lire à haute voix en écrivant au tableau, utiliser les noms des participants, utiliser les prépositions de lieu, choisir où se placer par rapport aux fenêtres et au tableau, décrire l'espace et l'emplacement du mobilier...).

9 - Posez des questions pour vérifier la compréhension des participants :

Quels sont les paramètres de la salle de réunion à vérifier au préalable ?

Quels sont les aspects à prendre en compte lorsque vous vous trouvez devant un public en tant que formateur (langage corporel, gestes, ton de la voix, endroit où se tenir...) ?

Ont-ils repéré des erreurs que vous (en tant que formateur de base) avez commises sur les points susmentionnés ? Demandez-leur de monter sur scène et d'expliquer leur idée. Demandez-leur comment ils l'auraient fait "correctement"

10 - Demandez au reste du groupe de commenter. Guidez le dialogue entre les apprenants vers une conclusion qui mettra en évidence les aspects fondamentaux de l'accessibilité et de l'inclusivité.

CONSEILS

Vérifiez la liste des participants et tenez compte de leurs besoins spécifiques (personnes handicapées, personnes âgées, personnes souffrant de troubles de l'attention, chômeurs de longue durée, etc.

Vérifiez l'accessibilité du bâtiment et de la salle de réunion bien à l'avance et tenez compte des paramètres de l'espace pour l'organisation de l'atelier. Si le bâtiment/la salle de réunion ne répond pas aux besoins des participants, cherchez une autre salle.



PARTIE 2
CONNAISSANCES ET
COMPÉTENCES
TECHNIQUES

CONCEPTS ET AVANTAGES DU RECYCLAGE ET DE L'UPCYCLING

Objectifs

- Aider les formateurs à comprendre les concepts du recyclage
- Aider les formateurs à comprendre les concepts de l'upcycling
- Aider les formateurs à comprendre les avantages du recyclage et de l'upcycling.

Contenu

Cycle de vie des matériaux, déchets de matériaux, raisons de l'upcycling/downcycling au lieu du recyclage, avantages (environnementaux, économiques).

Durée

2 heures

Ressources

- Ordinateur portable
- Internet
- Projecteur
- Tableau blanc/Flipchart
- Papiers et stylos
- Papier vide
- Récipients en plastique ou en verre
- Ciseaux
- Colle
- Marqueurs
- Matériel de bricolage

MISE EN ŒUVRE

Afin d'introduire le chapitre suivant, nous devons d'abord rafraîchir la mémoire des stagiaires en discutant ouvertement de certains sujets qui ont été présentés précédemment dans le programme. En rappelant le chapitre précédent sur le recyclage et l'upcycling, nous devons commencer par poser quelques questions pour rafraîchir le contenu appris. Même si vous n'avez pas le temps de présenter à nouveau le contenu théorique, en posant quelques questions, les étudiants se rafraîchiront la mémoire et aborderont les activités suivantes mieux préparés. Profitez-en pour vérifier si vos étudiants se sentent à l'aise avec les sujets abordés et s'il est nécessaire de renforcer les idées précédentes. Évitez de répéter un contenu théorique trop lourd.

Voici quelques questions générales que vous pouvez poser :

Après les leçons théoriques précédentes, que pouvez-vous me dire sur le recyclage ?

- Pouvez-vous définir le recyclage en un seul paragraphe ?
 - Quels sont les produits qui, selon vous, peuvent être facilement recyclés ?
- Après les cours théoriques précédents, que pouvez-vous me dire sur l'upcycling ?
 - Pouvez-vous définir l'upcycling en un seul paragraphe ?
 - Quelles sont les principales différences entre le recyclage et l'upcycling ?
- Selon vous, quels sont les produits qui peuvent être facilement recyclés ?
 - Que pouvez-vous créer à partir de ces produits ?

Expliquez ensuite la différence entre les deux méthodes : Le recyclage et l'upcycling.



ACTIVITÉ 1 - RECYCLAGE ET UPCYCLING : TRANSFORMER LES DÉCHETS EN VALEUR

Objectifs

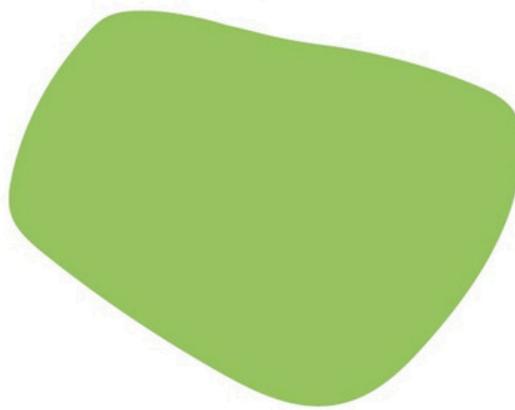
- Aider les formateurs à comprendre les concepts et les avantages du recyclage et de l'upcycling.
- Apprendre le potentiel et les limites du recyclage et de l'upcycling des produits/matériaux.
- Potentialiser la capacité des stagiaires à lancer leurs propres projets/entreprises ou à intégrer le marché du travail dans le domaine du recyclage et/ou de l'upcycling.

Durée

30 minutes - 1 heure

Ressources

- Tableau à feuilles mobiles/ tableau blanc
- Stylos
- Annexe 7



Description

1 - Commencez par discuter brièvement des concepts de recyclage et d'upcycling (annexe 7). Expliquez que le recyclage est le processus de transformation des déchets en nouveaux produits, tandis que l'upcycling est le processus de transformation des déchets en un produit de valeur ou de qualité supérieure.

2 - Demandez au groupe de réfléchir à des exemples d'articles qui peuvent être recyclés ou revalorisés. Inscrivez leurs réponses sur un tableau blanc ou un tableau à feuilles mobiles.

3 - Divisez le groupe en paires et demandez-leur de discuter des avantages du recyclage et de l'upcycling. Posez des questions telles que : Quels sont les avantages environnementaux du recyclage et de l'upcycling ? Quels sont les avantages économiques ? Quels sont les avantages sociaux ?

4 - Demandez à chaque paire de partager ses réponses avec le groupe. Encouragez une discussion sur les différents avantages du recyclage et de l'upcycling.

5 - Demandez au groupe de trouver des idées pour intégrer le recyclage et l'upcycling dans leurs programmes de formation ou dans leur vie quotidienne.

6 - Résumez l'activité en soulignant l'importance du recyclage et de l'upcycling dans la réduction des déchets, la conservation des ressources et la création d'un avenir plus durable. Encouragez le groupe à continuer d'explorer les moyens d'intégrer le recyclage et l'upcycling dans leur vie personnelle et professionnelle.

ACTIVITÉ 2 - LE RECYCLAGE ET L'UPCYCLING EN ACTION

Objectifs

- Aider les formateurs à comprendre les concepts et les avantages du recyclage et de l'upcycling.
- Apprendre le potentiel et les limites du recyclage et de l'upcycling des produits/matériaux.
- Potentialiser la capacité des stagiaires à lancer leurs propres projets/entreprises ou à intégrer le marché du travail dans le domaine du recyclage et/ou de l'upcycling.

Durée

30 minutes - 1 heure

Ressources

- Papier vide
- Récipients en plastique ou en verre
- Ciseaux
- colle
- Marqueurs
- Autres fournitures pour l'artisanat



Description

1 - Divisez le groupe en paires ou en petits groupes et distribuez le matériel de bricolage et les récipients vides.

2 - Demandez au groupe de travailler ensemble pour créer quelque chose de nouveau à partir des récipients vides en utilisant le matériel de bricolage. Encouragez-les à être créatifs et à réfléchir à la manière dont ils peuvent réutiliser les récipients d'une manière utile ou innovante.

3 - Lorsque les groupes ont terminé leurs créations, demandez-leur de les partager avec le reste du groupe. Demandez-leur d'expliquer comment ils ont utilisé les concepts de recyclage et d'upcycling dans leurs créations et quels sont les avantages de ces pratiques.

Variantes

Vous pouvez rendre l'activité plus stimulante en demandant au groupe de créer quelque chose de spécifique, comme une cabane d'oiseau ou un bac à fleurs, à partir des récipients vides.

Vous pouvez également transformer cette activité en concours et demander au groupe de voter pour la création la plus innovante ou la plus créative.

Vous pouvez ajouter à l'activité une discussion sur les impacts environnementaux des déchets et sur la manière dont le recyclage et l'upcycling peuvent contribuer à atténuer ces impacts.

ACTIVITÉ 3 - UPCYCLING DE T-SHIRTS

Objectifs

Objectifs généraux

- Comprendre la nécessité du "recyclage" et de l'"upcycling" et promouvoir leur sensibilisation.
- Permettre aux gens de partager des idées et de développer des méthodes innovantes de recyclage et d'upcycling par le biais d'un brainstorming.
- Permettre une discussion ouverte sur les sujets en menant une activité interactive.

Objectif spécifique

- Apprendre aux formateurs à recycler de vieilles chemises en sacs à provisions afin qu'ils puissent mettre en œuvre la leçon pour former des adultes vulnérables.

Contenu

Recycler, Upcycler, Recycler les matériaux, le cycle de vie des matériaux, les raisons pour lesquelles le recyclage et l'upcycling sont importants, les avantages du recyclage et de l'upcycling des matériaux et le processus de recyclage et d'upcycling.

Durée

30 minutes

Ressources

- Ordinateur portable.
- Internet.
- Divers matériaux de décoration (pour peindre par exemple).
- Vieux t-shirts.

Description

1. Divisez la classe en groupes (au moins 3 personnes). Les groupes construiront un sac à provisions à l'aide de t-shirts usagés après avoir visionné la vidéo YouTube suivante : Let's Get Crafty : DIY no sew T-shirt tote bag - YouTube (en anglais)

Guide étape par étape :

1 - Découpez une forme arrondie sur l'encolure et les manches.

2 - Découpez une frange en bas

3 - Attrapez la première bande et nouez les morceaux avant et arrière alignés ensemble - pour sécuriser les nœuds, prenez la première bande supérieure et nouez-la à la bande inférieure de la paire voisine. Répétez cette opération pour chaque bande.

4 - Décorez le sac



BOUTEILLES ET RÉCIPIENTS EN PLASTIQUE

UPCYCLING-DOWNCYCLING-RECYCLING

Objectifs

- Comprendre les principales raisons de réduire la consommation et la production de plastique.
- Faire la différence entre le recyclage, l'upcycling et le downcycling des bouteilles et récipients en plastique.
- Choisir des moyens efficaces pour valoriser et dévaloriser les bouteilles et récipients en plastique au lieu de les recycler.

Contenu

Bouteilles en plastique, récipients en plastique, cycle de vie du plastique, déchets en plastique, pollution par le plastique, raisons de l'upcycling/downcycling au lieu du recyclage, avantages (environnementaux, économiques).

Durée

2 heures

Ressources

- Ordinateur portable.
- Internet.
- Projecteur
- Tableau blanc/Flipchart
- Papiers
- Stylos
- Bouteilles et récipients en plastique
- Présentation

IMISE EN ŒUVRE

Discussion, présentation, questionnaire (hors ligne/en ligne), questions à réponse ouverte, dialogue (guidé)

Remarque : le plan de cours fournit des lignes directrices à l'animateur sur la manière d'organiser le cours. Il ne s'agit pas d'une feuille de route détaillée phrase par phrase, ni d'un substitut à la personnalité de l'animateur. Vous êtes donc libre de l'adapter.

Suggestions

Personnalisez d'abord le concept, puis parlez-en. En utilisant cette technique, les participants deviendront eux-mêmes un exemple. La croissance exponentielle des chiffres que les participants fourniront sur la base de leur propre consommation de plastique (en tant qu'individus, familles, quartiers, société, etc.) mettra en évidence l'ampleur du problème environnemental. Si vous choisissez d'utiliser cette technique personnalisée, les participants n'auront pas besoin d'autres exemples pour comprendre pourquoi la consommation de plastique est un problème.

Donnez aux participants la liberté de choisir leur propre siège en fonction de leurs besoins visuels et auditifs, au lieu de décider à leur place. Évitez d'agir comme une "autorité". S'ils choisissent mal, permettez-leur de changer de place pendant l'activité. Le fait de choisir la mauvaise place et de s'en rendre compte est également un processus formateur (pratique), car il permet aux participants de réfléchir au problème, ainsi qu'aux moyens de le résoudre.

Créez un cercle au lieu d'une disposition stricte de la salle de classe. De cette manière, personne ne se trouve devant ou derrière les autres, ce qui favorise le sentiment d'égalité et d'appartenance au groupe.

Utilisez les présentations PowerPoint fournies. Vous pouvez les adapter en fonction du profil de votre public. Vous pouvez montrer la présentation et, en même temps, poser aux participants les principales questions décrites dans ce plan de cours. N'hésitez pas à ajouter des questions pour stimuler davantage l'attention de votre public.

Cette activité peut servir d'échauffement et constitue en soi un exemple. Elle est également personnalisée et interactive, car elle implique les participants et leurs propres expériences dans la discussion, encourageant ainsi l'autoréflexion, la collaboration et l'échange d'idées.

ACTIVITÉ 1 - POURQUOI LE PLASTIQUE EST-IL UN PROBLÈME ?

Quelle est la solution ?

Objectifs

- Comprendre les principales raisons de réduire la consommation et la production de plastique.
- Faire la différence entre le recyclage, l'upcycling et le downcycling des bouteilles en plastique.

Durée

1 heure

Ressources

- Ordinateur portable
- Internet
- Projecteur
- Tableau blanc/Flipchart
- Papiers
- Stylos
- Bouteilles et récipients en plastique
- Présentation (annexe 8)

Description

1 - Commencez par présenter des images de différents types de bouteilles et de récipients en plastique et partagez quelques informations de base sur le plastique. (Voir l'annexe pour voir une présentation)

2 - Demandez ensuite aux participants s'ils utilisent du plastique dans leur vie quotidienne, en particulier :

- Combien de fois/de fois par semaine achètent-ils des bouteilles et des récipients en plastique ?
- Les raisons pour lesquelles ils utilisent des bouteilles et des récipients en plastique.
- Combien de bouteilles et de récipients en plastique utilisent-ils par semaine ?
- Que font-ils des bouteilles et récipients en plastique après les avoir utilisés ?

- 3 - Inscrivez leurs réponses (descriptions et chiffres) sur le tableau blanc et faites un résumé des résultats. Alternativement, si les participants ont des téléphones portables, faites l'exercice ci-dessus en utilisant un outil numérique tel que Mentimeter et utilisez un projecteur pour leur permettre de voir les résultats pendant qu'ils sont créés, y compris les résultats finaux (après que tout le monde ait répondu aux questions).
- 4 - Concentrez-vous sur le nombre final de bouteilles et de récipients en plastique achetés, utilisés et jetés par semaine et par participant.
- 5 - Demandez aux participants de multiplier le nombre total par le nombre de membres de leur famille.
- 6 - Récapitulez et mettez en évidence la quantité totale de plastique utilisée, rien que par les participants et leur famille !
- 7 - Expliquez-leur ensuite pourquoi ce chiffre pose problème. Expliquez-leur ensuite comment le problème croît de manière exponentielle en leur demandant de calculer la quantité de déchets plastiques créés dans leur propre quartier.
- 8 - Montrez-leur des images de déchets plastiques et de la pollution causée dans l'environnement.
- 9 - Expliquez-leur les solutions possibles (recyclage, upcycle, downcycle), les définitions, les avantages et les inconvénients de chaque méthode.
- 10 - Concentrez-vous sur les différences entre les trois méthodes et expliquez-les.
- 11 - Partagez un questionnaire pour vérifier ce qu'ils ont compris jusqu'à présent.

ACTIVITÉ 2 - COMMENT POUVEZ-VOUS AIDER ?

Objectifs

Choisir des moyens efficaces pour recycler et downcycler les bouteilles en plastique au lieu de les recycler.

Durée

1 heure

Reseources

- Ordinateur portable
- Internet
- Projecteur
- Tableau blanc/Flipchart
- Papiers
- Stylos
- Bouteilles et récipients en plastique
- Présentation (annexe 8)

Description

1 - Posez les questions suivantes pour faire le lien avec le concept de recyclage/upcyclage. Si vous avez fait l'activité 1 précédente, ces questions servent d'outil pour rafraîchir ce que les apprenants ont déjà appris.

Quelle est la différence entre l'upcycling, le downcycling et le recyclage ?
Pourquoi est-il préférable d'upcycler/downcycler plutôt que de recycler ?

2 - Montrez-leur des images de différents types de bouteilles et de récipients en plastique.

3 - Demandez-leur de réfléchir pendant 15 minutes et d'écrire leurs idées sur la façon dont ils choisiraient de réutiliser ces bouteilles et récipients en plastique et pourquoi.

4 - Demandez-leur de venir sur scène et d'expliquer leur idée.

5 - Demandez au reste du groupe de faire des commentaires en mentionnant les avantages et les inconvénients de l'idée suggérée.

6. Guider le dialogue entre les apprenants vers une conclusion qui mettra en évidence le bon usage (upcycle/downcycle) des bouteilles et contenants en plastique, ainsi que les raisons qui le justifient.

CONSEIL

Rassemblez des bouteilles et des récipients en plastique de tailles et de formes différentes, utilisés dans la vie de tous les jours, et utilisez-les pour la formation.



RECYCLAGE DU VERRE

Objectifs

- Identifier les différents types de verres
- Connaître les possibilités de recyclage du verre

Contenu

Recyclage du verre. Cycle infini du recyclage du verre. Tri du verre. Enjeux de ce matériau dont la production est coûteuse mais de très longue durée.

Durée

2 heures

Ressources

- Ordinateur portable.
- Internet.
- Projecteur
- Différents types de verre



MISE EN ŒUVRE

Commencez par parler de l'utilisation du verre dans notre vie quotidienne.

Posez ensuite des questions sur le verre, notamment sur sa fabrication et sa réutilisation.

Ensuite, demandez-leur de jouer à un quiz pour tester leurs connaissances pratiques sur le recyclage du verre.

Pour comprendre le processus de recyclage, il est essentiel d'identifier les différents types de verre, car ils ont des propriétés et des compositions uniques qui influencent la manière dont ils sont recyclés, d'où l'importance de commencer ce module par une activité qui aide les participants à reconnaître les différents types de verre, afin qu'ils puissent comprendre pourquoi il est essentiel de trier le verre correctement.

Cette activité fait également appel à la pensée critique, en demandant aux participants d'analyser des indices visuels tels que la couleur, la transparence et l'épaisseur. Ils développent ainsi leur sens de l'observation et de la catégorisation, des compétences précieuses tant pour le recyclage que dans la vie de tous les jours. Le fait de commencer par une activité conçue dans l'optique d'un tri réel permet de combler le fossé entre la théorie et la pratique. Cela permet aux participants de faire le lien entre ce qu'ils apprennent et les processus de recyclage qu'ils sont susceptibles de rencontrer.

L'activité Kintsugi permet non seulement aux participants de s'engager dans un exercice de création et de réflexion, mais aussi d'approfondir leur compréhension du développement durable et du pouvoir de transformation du recyclage. Elle clôt l'atelier de manière appropriée, en établissant un lien entre la réparation du verre cassé et la réparation de notre relation avec l'environnement.

ACTIVITÉ 1 - RECONNAÎTRE LES DIFFÉRENTS TYPES DE VERRE

Objectifs

- Familiariser les participants avec les différents types de verres
- Apprendre comment fonctionne le recyclage du verre
- Comprendre comment les caractéristiques uniques et les éléments de conception distinguent un type de verre d'un autre.

Durée

1 heure

Ressources

- Ordinateur portable
- Internet
- Projecteur

Description

Cette activité est basée sur l'aspect théorique du recyclage du verre. Il est important de connaître le verre en tant que matériau, de comprendre les différents types possibles et de savoir comment chacun d'entre eux est recyclé.

L'activité prendra la forme d'un questionnaire. Il peut s'agir d'un Kahoot, d'un questionnaire papier ou même d'une activité orale. Il s'agit de questions générales sur le verre et la manière de le recycler.

Par exemple, on peut leur demander : quelles sont les 4 étapes pour recycler le verre (vous trouverez le questionnaire en annexe).

1 - Recevoir une explication théorique sur le recyclage du verre, des images de verre ou même des exemples réels de verre présentés par le formateur.

2 - Reconnaître si chaque verre présenté peut être recyclé avec les autres.

3 - Afin d'affiner leurs compétences, ils devront essayer de les classer afin de déterminer les différentes catégories de verre. L'idéal est d'avoir différents types de verres à présenter aux stagiaires. Si cela n'est pas possible, il peut s'agir de photos à projeter sur un ordinateur.

4 - Enfin, les participants devront les identifier précisément. Le formateur fait défiler les photos des différents types de verre, les stagiaires ont une liste numérotée des noms des différents types de verre et ils écrivent le numéro correspondant à chaque photo.



ACTIVITÉ 2 - KINTSUGI

Objectifs

- Valoriser le verre cassé.
- Réparer des objets de manière créative et artistique.

Durée

2 heures

Ressources

- Colle époxy transparente. Il s'agit d'une colle à 2 ingrédients à mélanger au dernier moment.
- Poudre d'or. Mica doré, pigment utilisé en peinture.
- 1 petite spatule en plastique ou en bois. Une demi-épingle à linge, une petite cuillère à glace ou une épingle à cheveux.
- 1 morceau de plastique (recycler un emballage ou un pot de yaourt...)
- 1 pinceau fin ou un pic (cure-dent par exemple)
- 1 cutter
- 1 papier de verre super fin
- Tous les morceaux de votre objet cassé.

Description

1 - Introduction du sujet :

Cette activité présente des solutions innovantes pour réparer soi-même des objets. Grâce à cette méthode japonaise, les stagiaires peuvent même y voir un côté artistique.

2 - Création d'un atelier, composé de différents postes de travail où les stagiaires apprennent en faisant ou en apprenant les uns des autres. (Étape par étape décrite à l'annexe 9).

- Étape 1 : Préparer la colle dorée
- Étape 2 : Assembler les pièces
- Étape 3 : Nettoyer les joints !
- Étape 4 : Conclure

Le stagiaire peut ensuite appliquer cette méthode de réparation à la maison pour chaque objet cassé et l'inciter à trouver des solutions pour réparer lui-même ses objets, plutôt que de les jeter et de les racheter.



APPRENEZ À RETAPISSER ET À RECYCLER LE TISSU D'UNE VIEILLE CHAISE DE BUREAU.

Objectifs

- Acquérir des compétences pratiques en matière de rembourrage.
- Favoriser la sensibilisation à l'environnement et la réduction des déchets.
- Stimuler la créativité et la réutilisation des matériaux.
- Comprendre la faisabilité du recyclage.
- Promouvoir des pratiques durables sur le lieu de travail.

Contenu

Meubles ; recyclage ; différencier ce qui peut être recyclé ou non ; rembourrage.

Durée

30 min

Ressources

- Projecteur
- Un ordinateur
- Une imprimante

MISE EN ŒUVRE

Comment mettre en œuvre le programme théorique :

Préparez un document avec une liste d'éléments qui peuvent aider à identifier les chaises (ou des parties de celles-ci) qui peuvent être réutilisées avant d'être jetées à la poubelle. Par exemple, le tissu d'un siège peut servir à fabriquer des filets à provisions.

Préparez les tables pour que les participants au cours soient placés en petits groupes pour toute discussion pertinente sur le recyclage par rapport à l'upcycling.

ACTIVITÉ 1 - APPRENDRE À RETAPISSER

Objectifs

- Apprendre aux participants à retapisser des chaises de bureau
- Encourager la créativité et la réutilisation
- Sensibiliser à l'importance de la durabilité
- Encourager l'appréciation des compétences manuelles

Durée

2 heures

Ressources

- Fosses supérieures
- Pince nasale/croche
- Tournevis
- Marteau
- Agrafeuse et agrafes
- Épingles pour la fabrication du gabarit
- Ciseaux pour couper le gabarit
- Nouveau tissu utilisable pour le rembourrage de la chaise

! Pour la protection des yeux et des doigts : Protection des yeux/lunettes et gants épais (pour l'agrafage ou le clouage)



Description

1 - Introduire le concept de rembourrage et son importance dans la restauration de meubles. Expliquer les outils et matériaux de base qui seront utilisés pendant l'activité.

Précautions de sécurité : Avant de commencer les travaux pratiques, insistez sur l'importance des mesures de sécurité. Fournissez des directives sur la manière de manipuler les outils, d'utiliser les machines à coudre et d'assurer un espace de travail sûr pour tous les participants.

2 - Créez un atelier composé de différents postes de travail où les stagiaires apprennent en faisant ou en apprenant les uns des autres. (Étape par étape décrite à l'annexe IO)

- Étape 1 : Trouver le bon outil pour commencer.
- Étape 2 : Diviser le projet en plusieurs phases s'il s'agit de retapisser plusieurs parties de la chaise.
- Étape 3 : Le siège
- Étape 4 : Couper le nouveau tissu après avoir enlevé l'ancien.
- Étape 5 : Agrafez le bord avec un clou en forme de V.
- Étape 6 : Utiliser l'agrafeuse ou le pistolet à air comprimé.
- Étape 7 : Créez un motif de tissu au lieu d'enlever le tissu du siège.
- Étape 8 : Surjeter le bord du nouveau morceau de tissu pour l'utiliser si nécessaire afin de le rendre plus durable.
- Étape 9 : Remontez votre chaise de bureau maintenant que les parties avec le vieux tissu usé ont été recyclées.
- Étape IO : exposition des chaises de bureau recyclées avec réflexion

3 - Pour clôturer l'atelier, invitez les participants à présenter leurs créations et à faire part de leurs réflexions sur l'expérience. Chaque participant peut parler de ce qu'il a appris, des difficultés qu'il a rencontrées et de la manière dont il les a surmontées.

ACTIVITÉ 2 - RECYCLAGE DU TISSU D'UNE VIEILLE CHAISE DE BUREAU

Objectifs

- Favoriser la sensibilisation à l'environnement et au développement durable.
- Apprendre à recycler le vieux tissu d'une chaise de bureau et à le transformer en un filet à provisions réutilisable.
- Donner aux participants les moyens d'acquérir des techniques de recyclage.
- Transformer le tissu usagé d'une chaise de bureau en un sac à provisions pratique et écologique.

Durée

2 heures

Ressources

- 2 tables pour les postes de travail
- Tournevis
- Ouvre-lettres
- Machine à coudre
- Fil à coudre
- Papier à motifs
- Épingles
- Stylo
- Ciseaux

Dans certains projets pour la sangle utilisée pour le shoppingnet :

- Une ceinture de sécurité de voiture réutilisée
 - Une large lanière de cuir



Description

Cette activité a pour but d'apprendre aux participants à fabriquer un sac à provisions à partir de matériaux provenant d'une vieille chaise de bureau.

Il s'agit d'un exercice d'apprentissage par la pratique qui permet aux participants d'essayer d'utiliser le matériel disponible à l'atelier.

1 - Répartissez les participants en groupes :

- Détachez le panneau d'assise ou de dossier de la chaise et enlevez le tissu qui s'y trouve.
- Utilisez le vieux tissu d'une nouvelle manière.

2 - Identifier le tissu à utiliser.

Voici une vidéo qui peut servir d'inspiration pour la fabrication d'un fourre-tout : <https://www.wikihow.com/Make-a-Tote-Bag> (voir l'annexe IO pour suivre le processus étape par étape).

3 - Pour conclure l'atelier, invitez les participants à présenter leurs créations et à partager leurs réflexions sur l'expérience. Chaque participant peut parler de ce qu'il a appris, des difficultés qu'il a rencontrées et de la manière dont il les a surmontées.

CONSEIL

Être conscient de la diversité du groupe de participants - tant en ce qui concerne leurs compétences artisanales que leur capacité d'apprentissage par rapport à leur vulnérabilité psychologique ou à leur handicap d'apprentissage.

ATELIER DE RÉPARATION

RÉPARATION D'APPAREILS ÉLECTRIQUES

Objectifs

- Permettre aux participants de réparer de petits appareils électroménagers.
- Prendre conscience de la possibilité réelle de réparer des appareils électriques.

Un événement de réparation tel qu'un atelier, un repair café ou une manufacture professionnelle spécialisée dans la réparation contribue à différents objectifs :

1. Ramener la réparation dans la société locale d'une manière moderne
2. Maintenir l'expertise en matière de réparation et diffuser ces connaissances et compétences
3. Promouvoir la cohésion sociale au sein de la communauté locale. Enfin, elle valorise des compétences parfois dévalorisées et génère de la confiance en soi sur le plan technique, relationnel et communicationnel.
4. Vers l'emploi futur, de nombreux réparateurs se découvrent une vocation professionnelle au Repair Café, ce qui en fait un tremplin vers l'emploi futur.

Contenu

Réparation, électricité, outils, connaissances, compétences, apprentissage social, apprentissage tout au long de la vie.

Durée

3 heures

Ressources

- Ordinateur portable et accès à l'internet
- Kit d'outils de réparation (une variété d'outils et de composants sélectionnés pour réparer les appareils électriques et les petits appareils ménagers : tournevis, clé, plis, rallonge (câble électrique flexible) avec fiche et prise, fer à repasser, Senseo (appareils), clés, compteur électrique universel)
- Papier et stylo
- Repair Café. Guide de réparation.
<https://www.repaircafe.org/en/community/repair-guides/>

MISE EN ŒUVRE

Afin d'apprendre aux participants à réparer de petits appareils et de leur faire prendre conscience de la possibilité réelle de réparer des appareils électriques, nous proposerons deux activités après une brève introduction au concept de Repair Café.

1 - Commencez l'atelier en expliquant le concept principal d'un Repair Café, afin que les participants se familiarisent avec son nom et sa signification.

2 - Nous allons apprendre à réparer des choses simples. Nous commençons donc par une connexion électrique (Activité 1). C'est la chose la plus élémentaire et la plus facile à apprendre. La deuxième activité est plus difficile et vient donc en deuxième position. Si nous réussissons la deuxième activité, les gens auront un sentiment positif à l'égard de la réparation, et c'est ce que nous voulons obtenir.

Avant le début de l'atelier (quelques semaines auparavant), demandez aux participants de chercher de petits appareils électriques que nous pourrions essayer de réparer. Si les participants apportent quelque chose d'eux-mêmes, la réparation sera plus amusante et ils s'en souviendront mieux.



ACTIVITÉ 1 - COMMENCER SIMPLE - ÉTABLIR UNE CONNEXION ÉLECTRIQUE

Objectifs

- Apprendre les bases de la réparation des appareils électriques
- Se familiariser avec le fonctionnement des appareils électriques

Durée

1 heure

Ressources

- Rallonge (câble électrique flexible) avec fiche et prise de courant
- Source d'alimentation
- Annexes 1 et 3 (pages 3 - 4)

Description

1 - Brève présentation de ce que nous allons faire. Nous nous rassemblerons autour d'une grande table pour que tout le monde puisse voir ce qui se passe.

2 - Demandez si quelqu'un a déjà réalisé un branchement électrique à l'aide d'une fiche, d'un câble et d'une prise. Si quelqu'un sait comment faire, il peut expliquer les étapes aux autres participants. Les participants peuvent se compléter.

Dans cette étape, l'enseignant peut utiliser l'annexe II et expliquer les étapes pendant qu'il effectue la réparation. L'enseignant peut également choisir de laisser un participant effectuer la réparation.

3 - Pendant le travail de réparation, les participants peuvent poser des questions à l'enseignant. L'enseignant peut également poser des questions aux participants pour vérifier s'ils comprennent ce qui se passe. Ceci est important pour le processus d'apprentissage de nouvelles compétences.

- Pourquoi dois-je faire cela ?
- Que se passera-t-il si je fais cela ?
- La réparation est-elle complète ? Ou avons-nous oublié quelque chose ?

4 - Il est demandé aux participants s'ils ont des questions sur l'activité. Il est important qu'ils comprennent ce qui se passe.

5 - S'il n'y a plus de questions, nous demandons aux participants de se mettre par deux. Par groupes de deux, ils peuvent apprendre l'opération eux-mêmes. Si vous avez des groupes plus importants, les participants peuvent faire moins d'opérations eux-mêmes et ils apprendront donc moins de choses.

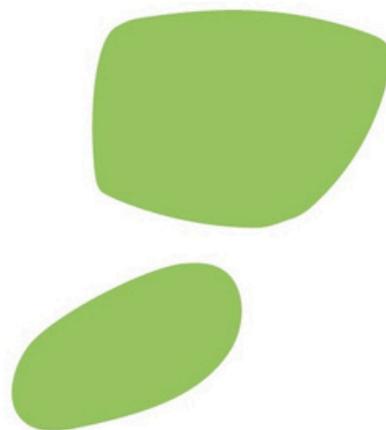
Il est important que l'enseignant reste disponible pour répondre aux questions des groupes de deux. Si cela est possible, vous pouvez prévoir deux ou plusieurs enseignants ou assistants.

6 - Revenez à un grand groupe. Les participants peuvent partager leur expérience. Questions possibles à poser (l'enseignant s'adresse aux participants pour faciliter la discussion)

- Pensez-vous que c'était difficile ?
- Ont-ils besoin de plus d'informations, de plus de pratique, ... ?

Avant de passer à l'activité suivante, il est important que tout soit clair pour les participants car il s'agit de la base de la réparation des appareils électriques.

7 - Nettoyez les bureaux afin de pouvoir recommencer la deuxième activité.



ACTIVITÉ 2 - RÉPARER UN FER À REPASSER/SENSEO

Objectifs

- Apprendre à réparer
- Connaître le concept de base de la réparation des appareils électriques
- Se familiariser avec les outils appropriés pour réparer les appareils électriques
- Comprendre les difficultés qui peuvent survenir lors d'une réparation
- Connaître les pièces de votre appareil

Durée

80 minutes

Ressources

- Fer à repasser/ Senseo (appareils)
- Outils : pince universelle
- Tournevis plat
- Clés
- Clés plates
- Compteur électrique universel
- Annexe II

Description

1 - Demandez aux participants comment ils commenceraient la réparation. Nous posons des questions à l'ensemble du groupe, et les participants peuvent simplement répondre.

Quelques questions qui peuvent aider la discussion :

- Savent-ils ce qui est cassé ?
- Savent-ils comment l'appareil fonctionne normalement ?
- Connaissent-ils les principales pièces ?

2 - Parlez des produits pour que tout le monde sache de quoi il s'agit et ce que nous allons faire. Nous voulons que chaque participant apprenne à réparer. L'enseignant peut expliquer aux participants qu'il est normal de ne pas tout savoir. Si nous ne savons pas quelque chose, nous pouvons chercher des manuels et des conseils sur Internet.

3 - L'enseignant invite les participants à regarder l'objet. Ils peuvent discuter des pièces et montrer quelques exemples (annexes 2 et 3). Ensemble, dans un grand groupe, nous essayons de réparer les plongeurs. Notez que tout n'est pas possible, mais que l'effort est important.

L'enseignant peut exécuter les étapes (afin que chaque participant puisse voir ce qui se passe). Si cela est préférable, les participants peuvent aider ou effectuer la réparation sous la supervision de l'enseignant.

4 - Lorsqu'il y a plus d'appareils à réparer, vous pouvez d'abord en réparer un avec l'ensemble du groupe, afin qu'ils sachent comment commencer. Ensuite, divisez le groupe en petits groupes de 3 à 4 personnes. Il est alors important que l'enseignant (ou les enseignants) reste disponible pour répondre aux questions.

Si les participants ont des questions, ils peuvent les poser pendant l'atelier. Il est important qu'ils les posent afin d'en tirer des enseignements.

5 - Pour conclure, l'enseignant demande aux participants ce qu'ils ont appris (retour dans le grand groupe s'il est divisé), s'ils pensent qu'il est difficile de réparer, ce qui les aidera à acquérir ce type de compétences à l'avenir, ... ?

Nous vous renvoyons au site web intéressant www.repaircafe.org pour plus d'informations et d'outils utiles.



COMMENT CRÉER UNE ENTREPRISE D'UPCYCLING ET DE RECYCLAGE

Objectifs

- Développer un atelier ou une entreprise de recyclage et d'upcycling.
- Comprendre les compétences à améliorer dans la création d'une entreprise de recyclage et d'upcycling.

Contenu

Étapes pour développer un atelier ou une entreprise dans le domaine du recyclage ou de l'upcycling, compétences à garder à l'esprit, étude de marché, équipement, fournitures et ressources nécessaires.

Durée

3 heures

Ressources

- Ordinateur portable
- Internet
- Projecteur
- Papier
- Stylo

MISE EN ŒUVRE

Pour réaliser cette activité, les élèves rechercheront des informations sur des situations réelles. De cette manière, nous amenons les élèves à acquérir et à mieux comprendre les concepts travaillés. Mieux internaliser les connaissances. Pour ce faire, deux activités sont proposées :

1 - Créer une entreprise en apprenant les étapes nécessaires, les compétences, l'étude de marché et l'identité de la marque. (Activité 1)

2 - Créer une entreprise en identifiant les ressources nécessaires à la création d'une entreprise, en analysant la disponibilité et l'accessibilité de ces ressources et en développant des solutions créatives et durables. (Activité n°2)

ACTIVITÉ 1 - PREMIÈRE ÉTAPE DE LA CRÉATION D'UNE ENTREPRISE

Objectifs

- Apprendre les étapes nécessaires au développement d'une entreprise ou d'un atelier dans le domaine du recyclage et de l'upcycling.
- Apprendre les compétences nécessaires pour planifier, mettre en place, organiser et commercialiser une entreprise de recyclage et d'upcycling.
- Apprendre à réaliser une étude de marché pour comprendre la demande et la taille du secteur, les concurrents, les prix et le public cible.
- Apprendre à créer une identité de marque et à promouvoir l'entreprise en ligne par le biais d'un site web et des réseaux sociaux.

Durée

45 minutes

Ressources

- Papier
- Crayon

Description

Dans cette première activité, nous allons nous concentrer sur les étapes à suivre pour développer une entreprise de recyclage et d'upcycling.

1 - Nous allons revoir le contenu travaillé dans ce thème. En d'autres termes, nous expliquerons chacune des étapes nécessaires au développement d'une entreprise de recyclage et d'upcycling, y compris l'étude de marché, la création d'un modèle d'entreprise et l'identité de la marque.

2 - Les participants seront divisés en groupes de 3 à 5 personnes. Expliquez que chaque groupe doit créer une entreprise innovante et prospère. Pour ce faire, ils doivent réaliser une session de brainstorming "Business Brainstorming". Ils doivent noter toutes les idées qui leur viennent à l'esprit à propos de l'entreprise, telles que le nom, la mission, le produit ou le service qu'ils proposent, leur public cible, etc. La seule règle est qu'ils ne sont pas autorisés à critiquer ou à faire des commentaires négatifs sur les idées des autres collègues.

3 - Pour les motiver et les aider à développer leurs idées d'entreprise, ils recevront des exemples d'entreprises prospères dans le domaine du recyclage et de l'upcycling.

ACTIVITÉ 2 - DEUXIÈME ÉTAPE DE LA CRÉATION D'UNE ENTREPRISE.

Objectifs

- Identifier les ressources nécessaires à la création d'une entreprise dans le domaine de l'upcycling et du recyclage.
- Analyser la disponibilité et l'accessibilité de ces ressources dans la communauté locale.
- Travailler en équipe pour développer des solutions créatives et durables afin d'obtenir les ressources nécessaires.

Durée

1 heure 30 minutes

Ressources

- Papier
- crayons
- Accès à Internet

Description

Pour commencer, cette deuxième activité est une continuation de la première.

1 - Les participants continueront à travailler en groupes et disposeront d'un accès à Internet pour réaliser une étude de marché.

2 - Chaque groupe disposera de 30 minutes pour faire un brainstorming. Chaque groupe doit analyser le marché actuel pour l'idée choisie lors du brainstorming, en identifiant les tendances actuelles, les produits les plus populaires et les principaux concurrents.

3 - Ils doivent réaliser une analyse de marché en répondant aux questions suivantes :

1. Quelle est la taille du marché pour l'idée que vous avez eue ? Existe-t-il des entreprises ayant la même idée ?
2. Qui sont les concurrents ?
3. Quelles sont les possibilités qui s'offrent à une entreprise de recyclage ou d'upcycling ?
4. Quelles sont les menaces qui pèsent sur une entreprise de recyclage ou d'upcycling ?
5. Qui sont les clients potentiels ? Qu'est-ce qui les intéresse ?

4 - Une fois que les groupes auront rassemblé suffisamment d'informations, ils devront créer une proposition de valeur unique pour leur entreprise qui leur permettra de se démarquer sur un marché hautement concurrentiel.

5 - Chaque groupe devra présenter sa proposition de valeur et la justifier devant le reste des participants. Il leur sera demandé d'expliquer comment leur entreprise se différenciera de ses concurrents et comment elle prévoit d'être durable à tous les stades de la création du produit.

6 - Pour finir, les participants seront invités à voter pour la proposition de valeur la plus intéressante et la plus durable.

7 - Une fois que tous les groupes ont présenté leur proposition, les participants sont invités à réfléchir à ce qu'ils ont appris. Quelles conclusions peuvent être tirées de l'analyse de marché ? Quelles recommandations donneraient-ils à une entreprise de recyclage ou d'upcycling ?

CONSEIL

Laisser suffisamment de temps aux participants pour poser des questions et discuter des idées.

S'assurer que les participants comprennent l'importance d'une entreprise durable.

Encouragez les participants à être créatifs et à sortir des sentiers battus pour trouver une proposition de valeur unique. Rappelez-leur qu'il est important de prendre en compte la durabilité à tous les stades de la création d'une entreprise. Il est important de rappeler aux participants que lors d'un brainstorming, toutes les idées sont valables, même si elles paraissent farfelues. De cette manière, des idées qui n'auraient pas été envisagées dans un contexte plus structuré peuvent être générées.

Il est conseillé de désigner un modérateur pour chaque groupe afin de guider le brainstorming et de veiller à ce que toutes les idées soient enregistrées.

À la fin de l'activité, des commentaires constructifs et des suggestions peuvent être formulés sur les entreprises présentées, afin d'encourager l'apprentissage et l'échange d'idées entre les participants.



ANNEXES

ANNEXE 1: REDÉCOUVREZ-VOUS - CIBLE : LES PERSONNES VULNÉRABLES

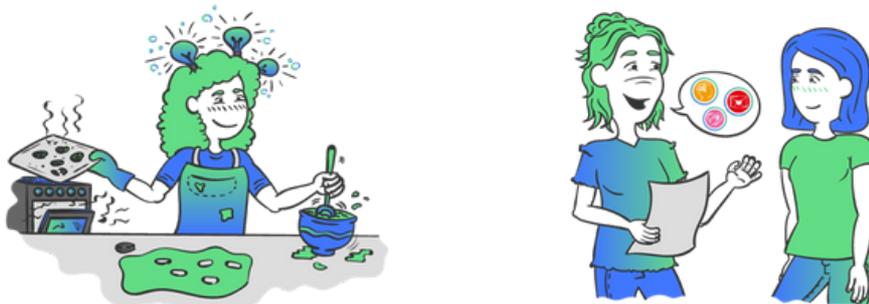
ACTIVITÉ 1: REDECOUVREZ VOS FORCES

Posez-vous les deux questions suivantes avant d'entamer la conversation et parlez des points forts que vous vous reconnaissez avec votre partenaire au cours des 30 prochaines minutes :

1. Questions à se poser mutuellement :

Trouvez des exemples dans votre vie quotidienne et discutez de ce qui vous permet d'être performant dans cette situation spécifique. Quelles sont les compétences que vous mettez à profit ?

Par exemple, vous aimez cuisiner et cela vous rend créatif parce que vous êtes doué pour mélanger les épices et les rendre savoureuses ! Ou vous aimez la pâtisserie et votre tête bouillonne d'idées pour de nouveaux chefs-d'œuvre.



Vous aimez faire de l'exercice et continuer, même quand c'est difficile et que cela vous fait mal. Dans ce cas, l'un de vos points forts est peut-être votre persévérance.

2. Questions à se poser mutuellement :

Parlez de ce que vous trouvez facile et de ce qui vous rend heureux.

Par exemple, lorsque vous aidez un ami qui est contrarié ? Dans ce cas, l'un de vos points forts est peut-être l'attention portée à autrui. Ou bien avez-vous été trop sauvage lorsque vous dirigiez l'équipe de football ? Dans ce cas, vous êtes peut-être un leader.

Lorsque quelque chose vous semble facile, c'est parce que vous utilisez vos points forts. Vous vous sentez bien et vous vous sentez chez vous. Qu'est-ce qui est facile pour toi ? C'est peut-être danser, programmer, réparer, courir ou parler aux autres.

ACTIVITÉ 2 : LES 24 FORCES

	<p>La créativité</p> <p>Vous vous dites souvent : "Je me demande si l'on ne pourrait pas faire cela d'une manière nouvelle ou plus intelligente". Vous êtes doué pour trouver des idées.</p>
	<p>La curiosité</p> <p>Vous aimez poser des questions et vous immerger. Comme John, qui se demande toujours "pourquoi ceci et pourquoi cela".</p>
	<p>Le jugement</p> <p>Vous savez voir les choses sous plusieurs angles. Vous êtes minutieux et tirez rarement des conclusions hâtives.</p>
	<p>La curiosité</p> <p>Vous aimez apprendre de nouvelles choses. Vous absorbez des connaissances aussi bien à l'école que pendant votre temps libre.</p>
	<p>La sagesse</p> <p>Vos amis vous demandent souvent des conseils. Vous êtes doué pour ouvrir de nouvelles perspectives.</p>
	<p>Le courage</p> <p>Vous n'avez pas peur de relever de nouveaux défis. Vous dites ce que vous pensez et osez suivre votre propre voie.</p>
	<p>La persévérance</p> <p>Vous n'abandonnez pas. Quand vous commencez quelque chose, vous le terminez. Même si cela vous arrache des dents.</p>

ACTIVITÉ 2 : LES 24 FORCES

	<p>L'honnêteté</p> <p>Vous dites la vérité. En même temps, vous faites rarement des choses qui vont à l'encontre de vos valeurs et de vos principes.</p>
	<p>L'enthousiasme</p> <p>Lorsque vous vous préoccupez de quelque chose, vous vous y consacrez à 100 %. Vous êtes plein d'enthousiasme et d'engagement.</p>
	<p>Les relations</p> <p>Vous êtes doué pour tisser des liens étroits avec les autres. Il est important pour vous d'être proche des personnes qui vous sont chères.</p>
	<p>L'attention</p> <p>Vous êtes prêt(e) à aider les gens qui vous entourent. Vous pensez aux autres et vous diffusez de la chaleur.</p>
	<p>L'intelligence sociale</p> <p>Vous savez faire preuve d'empathie à l'égard des autres. Les personnes qui vous entourent se sentent à l'aise en votre compagnie.</p>
	<p>L'appréciation</p> <p>Vous savez reconnaître la beauté de la vie. Qu'il s'agisse d'un paysage magnifique ou d'un coup de ciseaux parfait, vous êtes totalement convaincu.</p>
	<p>La gratitude</p> <p>Vous appréciez les petites et les grandes choses de la vie. Le mot "merci" est l'un de vos mots préférés. Les personnes qui vous entourent savent qu'elles comptent pour vous.</p>

ACTIVITÉ 2 : LES 24 FORCES

	<p>L'optimisme</p> <p>Vous voyez le bon côté de la vie - même si les choses ne vont pas toujours dans votre sens. Vous êtes optimiste quant à l'avenir. Vous pensez que tout va bien se passer.</p>
	<p>L'humour</p> <p>Vous ne prenez pas les choses à la légère. Vous êtes doué pour voir les choses de travers et faire sourire autour de vous.</p>
	<p>La spiritualité</p> <p>Vous savez que vous faites partie de quelque chose de plus grand. Vous êtes ouvert à l'idée que les choses sont reliées entre elles de multiples façons.</p>
	<p>La coopération</p> <p>Les autres peuvent compter sur vous. Vous savez faire fonctionner les groupes et apprécier les communautés.</p>
	<p>La justice</p> <p>Il est important pour vous que les autres soient traités correctement, même si vous n'êtes pas forcément d'accord avec eux.</p>
	<p>Le leadership</p> <p>Vous aimez prendre la tête et vous prenez souvent le contrôle d'un groupe. Les autres vous écoutent et partagent souvent vos idées.</p>
	<p>Le pardon</p> <p>Vous ne gardez pas rancune lorsque d'autres vous ont blessé. Vous savez que tout le monde fait des erreurs. Avec vous, les gens ont une deuxième chance.</p>

ACTIVITÉ 2 : LES 24 FORCES

	<p>La modestie</p> <p>Vous n'êtes pas du genre à crier "Regardez-moi ! Voyez-moi !" Même quand tout va bien pour vous.</p>
	<p>La sagesse</p> <p>Vous réfléchissez avant de faire ou de dire quoi que ce soit. Vous êtes une personne minutieuse qui fait des choix judicieux.</p>
	<p>La maîtrise de soi</p> <p>Vous faites preuve d'une grande autodiscipline. Vos émotions et vos impulsions prennent rarement le dessus.</p>

ANNEXE 2: LA POSITION DU FORMATEUR - DE L'ÉTAT D'ESPRIT FIXE À L'ÉTAT D'ESPRIT DE CROISSANCE

ACTIVITÉ 1 : QUEL EST VOTRE ÉTAT D'ESPRIT ?

Document de lecture : réactions à l'échec/état d'esprit fixe contre état d'esprit de croissance.

(début de la page)

Comment réagir face à un échec ?

Je devrais rester au lit.

Je verrais ce qui n'a pas marché et j'essaierais de faire mieux la prochaine fois.

Je boirais beaucoup de bière pour devenir ivre.

Je penserais que je suis un raté.

J'essaierais de faire de mon mieux la prochaine fois.

Je réfléchirais à la façon dont je pourrais m'y prendre différemment la prochaine fois.

(verso de la page)

Deux façons de réagir



FIXED MINDSET VS GROWTH MINDSET

Je devrais rester au lit.	Je verrais ce qui ne va pas
Je devrais boire beaucoup de bière et m'enivrer.	J'essaierai de faire de mon mieux la prochaine fois.
Je penserais alors que je suis nul	Je réfléchirais à la manière dont je pourrais m'y prendre différemment la prochaine fois.
	J'essaierai de faire de mon mieux la prochaine fois.

ACTIVITÉ 2 : VOTRE ÉTAT D'ESPRIT EN FONCTION DE VOS PARTICIPANTS

Document de lecture : état d'esprit vis-à-vis de vos apprenants

(recto)

L'état d'esprit fixe à l'égard de vos étudiants

Il n'apprendra jamais.

C'est toujours le même élève qui nous pose problème.

Il ne peut toujours pas ...

(retour)

Fixe	Croissance
Il ne l'apprendra jamais.	Comment puis-je l'aider ?
C'est toujours le même élève qui nous pose problème.	De quoi cet élève a-t-il besoin pour progresser ?
Il ne peut toujours pas ...	Regardez ce qu'il a déjà appris.

ANNEXE 2: LA POSITION DU FORMATEUR -
DE L'ÉTAT D'ESPRIT FIXE À L'ÉTAT D'ESPRIT DE CROISSANCE

ACTIVITÉ 3 : COMMENT ENSEIGNER UN ÉTAT D'ESPRIT DE CROISSANCE -
REPENSER

Document de lecture : repenser l'état d'esprit fixe à l'état d'esprit de croissance
(recto) (verso)

Au lieu de	Essayez de réfléchir
Je ne suis pas douée pour cela	Qu'est-ce qui me manque ?
J'abandonne	Je vais essayer d'une autre manière.
C'est suffisant	Est-ce vraiment le mieux que je puisse faire ?
Je ne peux pas améliorer cela	Je peux toujours grandir et me développer.
C'est trop dur	Il faudra un certain temps pour de s'y habituer.
J'ai fait une erreur	Nous pouvons apprendre de nos erreurs.
Je ne peux tout simplement pas faire cela	Je vais devoir m'exercer.
Je ne serai jamais aussi intelligent	Je dois apprendre cela.
Le plan A n'a pas fonctionné	Je peux toujours trouver d'autres options.
Les autres peuvent faire mieux	Je peux peut-être apprendre d'autres personnes

ANNEXE 5: ENCADRER LE GROUPE

ACTIVITÉ 1 : VRAI OU FAUX

VRAI	FAUX
L'enseignant doit se concentrer sur les compétences et les points forts de chaque élève.	L'enseignant n'a pas besoin de connaître les besoins individuels des élèves handicapés.
L'enseignant doit être une référence en matière d'attitude positive et de respect envers les élèves.	Le handicap d'un élève est l'aspect le plus important à prendre en compte dans son éducation.
L'enseignant doit communiquer directement avec les élèves handicapés, et non avec les accompagnateurs.	Les élèves handicapés ont toujours besoin d'aide pour réaliser leurs travaux scolaires.
L'enseignant doit collaborer avec des spécialistes et des professionnels de soutien pour fournir une éducation inclusive de qualité.	Les étudiants handicapés sont incapables d'apporter une contribution significative à la classe ou à la communauté scolaire.
L'enseignant doit être créatif et adapter les activités d'enseignement pour répondre aux besoins d'apprentissage de chaque élève.	Il est important de partir du principe que tous les élèves handicapés ont les mêmes besoins et les mêmes exigences en classe.
Les enseignants doivent utiliser un langage clair et simple, sans pour autant infantiliser ou surprotéger les étudiants handicapés.	Les enseignants doivent se concentrer sur les limites des élèves handicapés et adapter leur enseignement à ces dernières.
Les enseignants doivent considérer les élèves handicapés comme des personnes ayant une identité propre, au-delà de leur handicap.	Les enseignants ne doivent pas se préoccuper de l'accessibilité du matériel pédagogique pour les étudiants handicapés.
Les enseignants doivent traiter les élèves en situation de handicap avec patience, compréhension et respect, quelle que soit leur capacité à communiquer.	Les enseignants ne doivent pas se préoccuper d'adapter leur méthodologie et leurs stratégies d'enseignement aux besoins individuels des étudiants handicapés.
Les enseignants doivent être attentifs aux besoins de soutien spécifiques des élèves handicapés, tels que la mobilité, la communication ou l'accès au matériel pédagogique.	Les enseignants ne doivent pas inclure les élèves en situation de handicap dans les activités sociales et récréatives de la classe.

ANNEXE 6: L'IMPORTANCE DE L'ESPACE PHYSIQUE - RENDRE LA FORMATION ACCESSIBLE ET INCLUSIVE

L'importance de l'espace physique

Rendre une formation accessible et inclusive.



QU'EST-CE QUE L'ESPACE PHYSIQUE ?

caractéristiques de l'espace physique

QU'EST-CE QUE L'ACCESSIBILITÉ ?

différents paramètres (liés à l'espace)

QUELLE EST SON IMPORTANCE ?

les aspects de l'accessibilité

POURQUOI L'ACCESSIBILITÉ EST-ELLE IMPORTANTE ?

inclusion, expérience d'apprentissage

COMMENT PARVENIR À L'ACCESSIBILITÉ ?

conseils et astuces



L'IMPORTANCE DE L'ESPACE PHYSIQUE
INTERNATIONAL TEACHER TRAINING | SAN SEBASTIAN, PAYS BASQUE, ESPAGNE | 25 MAI 2023



QU'EST CE QUE L'ESPACE PHYSIQUE ?

caractéristiques de l'espace physique

- *La forme fait référence à la structure physique ou à la forme d'un objet (taille, masse, volume) L'espace physique fait référence à la zone autour, entre et à l'intérieur des objets.*

Cette zone présente plusieurs caractéristiques :

- l'orientation
- l'éclairage
- l'acoustique
- l'accessibilité

QU'EST-CE QUE L'ACCESSIBILITÉ ?

Différents paramètres

Prendre en compte les différents besoins des différentes personnes.

Établir la sécurité de l'espace physique.

Réfléchir à la manière dont on accède au bâtiment, dont on pénètre dans l'espace et dont on s'y déplace.

Les commodités que doivent offrir le bâtiment et le lieu de formation.

Matériel de formation.

Formateur dans la salle de réunion.



L'IMPORTANCE DE L'ESPACE PHYSIQUE
INTERNATIONAL TEACHER TRAINING | SAN SEBASTIAN, PAYS BASQUE, ESPAGNE | 25 MAI 2023



QUELLE EST SON IMPORTANCE ?

Les aspects de l'accessibilité



1. Indications pour se rendre au bâtiment

- spécifiques
- Visuels
- lien sur Google maps
- Transports en commun
- Possibilités de stationnement

QUELLE EST SON IMPORTANCE ?

les aspects de l'accessibilité

2. Indications pour se rendre à la salle de réunion

- description spécifique de l'itinéraire
- Chemins non obstrués
- marquage, signalisation, visuels
- portes, marches, escaliers, rampes, ascenseurs
- assistant



L'IMPORTANCE DE L'ESPACE PHYSIQUE
INTERNATIONAL TEACHER TRAINING | SAN SEBASTIAN, PAYS BASQUE, ESPAGNE | 25 MAI 2023



ANNEXE 6: L'IMPORTANCE DE L'ESPACE PHYSIQUE - RENDRE LA FORMATION ACCESSIBLE ET INCLUSIVE

QUELLE EST SON IMPORTANCE ?

les aspects de l'accessibilité

3. Aménagements à l'intérieur du lieu/salle de réunion

- Absence d'obstacles (meubles encombrants, angles vifs, objets placés à des endroits susceptibles de provoquer des accidents, ...)
- objets placés à des endroits susceptibles de provoquer des accidents, ...)
- taille de la salle, en fonction du nombre de participants et de leurs besoins
- la taille et la proximité des laboratoires par rapport à la salle de réunion
- l'équipement de la salle
- l'orientation de la salle, l'éclairage pendant les heures de la journée, l'acoustique

L'IMPORTANCE DE L'ESPACE PHYSIQUE
INTERNATIONAL TEACHER TRAINING | SAN SEBASTIAN, PAYS BASQUE, ESPAGNE | 25 MAI 2023



QUELLE EST SON IMPORTANCE ?

les aspects de l'accessibilité

4. Matériel de formation

- Le niveau de contenu et les exercices inclus sont compatibles avec les besoins et les capacités des stagiaires.
- des stagiaires
- Différents formats (imprimé, gros caractères, audio, braille) pour couvrir les besoins des différents participants.
- différents formats (imprimé, gros caractères, audio, braille) pour couvrir les besoins des différents participants
- l'utilisation de couleurs, de contrastes, de tailles et de types de polices adaptés aux besoins des participants
- suffisamment d'espace entre les lignes

L'IMPORTANCE DE L'ESPACE PHYSIQUE
INTERNATIONAL TEACHER TRAINING | SAN SEBASTIAN, PAYS BASQUE, ESPAGNE | 25 MAI 2023



QUELLE EST SON IMPORTANCE ?

les aspects de l'accessibilité

5. Formateur à l'intérieur de la salle de réunion

- Utilisez les noms des participants pour qu'ils sachent à qui vous vous adressez.
- décrire la salle et le mobilier pour aider les participants à se familiariser avec l'espace
- permettre aux participants de choisir leur siège en fonction de leurs besoins auditifs et visuels
- les participants peuvent choisir leur place en fonction de leurs besoins auditifs et visuels
- lisez à haute voix ce que vous écrivez au tableau pour que tout le monde puisse suivre
- utiliser les prépositions de lieu pour que les personnes malvoyantes puissent comprendre où vous les pointez ou les dirigez.
- utiliser les prépositions de lieu, afin que les personnes malvoyantes puissent comprendre où vous les pointez ou les dirigez
- choisir l'endroit où se tenir (pas devant les fenêtres en contraste avec la lumière, ...)

L'IMPORTANCE DE L'ESPACE PHYSIQUE
INTERNATIONAL TEACHER TRAINING | SAN SEBASTIAN, PAYS BASQUE, ESPAGNE | 25 MAI 2023



POURQUOI L'ACCESSIBILITÉ EST-ELLE IMPORTANTE ?

Rendre le lieu de formation accessible...

- élimine les obstacles
- permet la participation de tous (inclusion)
- affecte l'expérience d'apprentissage des participants
- se concentrent sur le contenu de l'atelier au lieu d'essayer de résoudre les problèmes qui entravent leur concentration

L'IMPORTANCE DE L'ESPACE PHYSIQUE
INTERNATIONAL TEACHER TRAINING | SAN SEBASTIAN, PAYS BASQUE, ESPAGNE | 25 MAI 2023



QUE DEVEZ-VOUS FAIRE EN TANT QUE FORMATEUR ?



Conseils et astuces !

Tenez compte des différentes caractéristiques et des besoins particuliers des personnes que vous envisagez d'enseigner !



Conseils et astuces !

Vérifiez au préalable les paramètres d'espace de la salle de réunion et du bâtiment et assurez-vous qu'ils répondent aux besoins des participants avant de les sélectionner !



Conseils et astuces !

Préparez-vous et préparez votre enseignement (matériel, présentation) correctement afin de faciliter la participation de tous à l'atelier !

L'IMPORTANCE DE L'ESPACE PHYSIQUE
INTERNATIONAL TEACHER TRAINING | SAN SEBASTIAN, PAYS BASQUE, ESPAGNE | 25 MAI 2023



EXERCISE

Prenez le temps de vous demander si ce bâtiment et cette salle de cours peuvent être considérés comme "accessibles"...

Notez vos remarques !
Discutez-en avec vos pairs !

L'IMPORTANCE DE L'ESPACE PHYSIQUE
INTERNATIONAL TEACHER TRAINING | SAN SEBASTIAN, PAYS BASQUE, ESPAGNE | 25 MAI 2023



MERCI DE VOTRE ATTENTION

REALISÉ PAR : EIRINI PAPAGEORGIOU
WWW.SYNTHESIS-CENTER.COM

L'IMPORTANCE DE L'ESPACE PHYSIQUE
INTERNATIONAL TEACHER TRAINING | SAN SEBASTIAN, PAYS BASQUE, ESPAGNE | 25 MAI 2023



ANNEXE 7 : CONCEPTS ET AVANTAGES DU RECYCLAGE ET DE L'UPCYCLING

ACTIVITÉ 1 : RECYCLAGE ET UPCYCLING : TRANSFORMER LES DÉCHETS EN PRODUITS DE VALEUR

Le recyclage : Contrairement à l'upcycling, le recyclage est un processus industriel qui nécessite la transformation de produits en nouveaux matériaux, qui sont ensuite utilisés pour fabriquer exactement le même produit, ou quelque chose de différent fabriqué à partir des mêmes matières premières (quelques exemples : les boîtes de conserve et de nombreux produits en plastique).

Pour recycler, les produits sont collectés puis transportés dans les usines de recyclage où ils sont triés en différents types de matières premières et décomposés pour être utilisés dans la fabrication de nouveaux produits.

Certains matériaux sont recyclables à 100 %, comme l'aluminium et le verre, tandis que d'autres ne le sont pas en raison de la perte de qualité qu'ils subissent au cours du processus de recyclage (papier et plastique).

Upcycling : L'upcycling n'est pas un processus industriel puisqu'il ne nécessite pas la transformation d'un produit en matière première. Il peut être défini comme "l'activité consistant à fabriquer de nouveaux meubles, objets, etc. à partir de vieux objets usagés ou de déchets" (définition du Cambridge English Dictionary).

L'upcycling consiste à sélectionner des objets qui étaient destinés à être jetés comme des "déchets" et à créer quelque chose de "nouveau" en l'améliorant et en rendant le produit à nouveau utile.

Les meubles qui peuvent être profondément réparés à l'aide de différents procédés tels que le ponçage, la peinture et l'ajout de nouvelles poignées sont des objets couramment recyclés.

Ce premier exemple d'upcycling est très similaire à ce que l'on pourrait appeler la "réparation" ou la "restauration", où un objet ancien qui s'est dégradé au fil des ans est réparé et redevient utile.

D'autres exemples témoignent d'une grande créativité. Par exemple, les bouteilles d'eau peuvent être transformées et utilisées pour différentes fonctions, comme des visières, des pots de fleurs, des arrosoirs, des guirlandes lumineuses et des mangeoires simples mais efficaces pour les oiseaux. Le potentiel du recyclage est énorme et nous pourrions même dire qu'il n'est limité que par notre propre imagination.

ANNEXE 8 : BOUTEILLES ET RÉCIPIENTS EN PLASTIQUE UPCYCLING - DOWNCYCLING - RECYCLING

Train Sustain

UseLess Plastic Project
UPCYCLING-DOWNCYCLING-RECYCLING

Co-funded by the European Programme of the European Union

INTERNATIONAL TEACHER TRAINING | SAN SEBASTIÁN, BASQUE COUNTRY, SPAIN | MAY 26, 2023

Train Sustain

OVERVIEW

1-Using plastic
Why has plastic turned into a problem?

2-Reducing plastic
Why is it important to reduce plastic consumption and production?

3-Transforming plastic
How can you help?

Co-funded by the European Programme of the European Union

INTERNATIONAL TEACHER TRAINING | SAN SEBASTIÁN, BASQUE COUNTRY, SPAIN | MAY 26, 2023

Train Sustain

LOOK FAMILIAR?

Co-funded by the European Programme of the European Union

INTERNATIONAL TEACHER TRAINING | SAN SEBASTIÁN, BASQUE COUNTRY, SPAIN | MAY 26, 2023

Train Sustain

SURVEY

Question 1
How many times/week do you buy plastic bottles and containers?

Question 2
How many plastic bottles and containers do you use/week?

Question 3
What do you do to your plastic bottles and containers after you have used them?

Co-funded by the European Programme of the European Union

INTERNATIONAL TEACHER TRAINING | SAN SEBASTIÁN, BASQUE COUNTRY, SPAIN | MAY 26, 2023

Train Sustain

1-USING PLASTIC

In the 1950s the use of plastic gained great popularity.

attractive characteristics: cheap - lightweight - durable

Nowadays: more than 450 million tonnes of plastic, out of which 1/3 is single-use plastic containers and packaging.

Example: 50 million plastic bottles are thrown away each day in the U.S.A.

excessive use of plastic!

Co-funded by the European Programme of the European Union

INTERNATIONAL TEACHER TRAINING | SAN SEBASTIÁN, BASQUE COUNTRY, SPAIN | MAY 26, 2023

Train Sustain

LIMITATIONS

Plastic is mixed with other materials which makes it very expensive to separate and recycle.

Plastic does not or can not always be recycled.

Plastic takes hundreds of years to decompose.

Co-funded by the European Programme of the European Union

INTERNATIONAL TEACHER TRAINING | SAN SEBASTIÁN, BASQUE COUNTRY, SPAIN | MAY 26, 2023

Train Sustain

PROBLEM

Mountains of Plastic

79% OF PLASTICS END UP IN LANDFILLS AND OCEANS

Only 10% is recycled worldwide

- Microplastics
- Ends up in our food
- Ends up in our bodies

Co-funded by the European Programme of the European Union

INTERNATIONAL TEACHER TRAINING | SAN SEBASTIÁN, BASQUE COUNTRY, SPAIN | MAY 26, 2023

Train Sustain

2-REDUCING PLASTIC

Control our behavior as consumers!

Turn plastic bottles and containers into something new!

Engage in a circular economy!

Co-funded by the European Programme of the European Union

INTERNATIONAL TEACHER TRAINING | SAN SEBASTIÁN, BASQUE COUNTRY, SPAIN | MAY 26, 2023

2-REDUCING PLASTIC

CONSUME LESS
-
REUSE MORE!
-
KEEP PLASTIC IN CIRCULATION!

IN A **CIRCULAR** ECONOMY, THE GOAL IS TO KEEP THE MATERIAL IN CIRCULATION WITHIN THE SOCIETY FOR AS LONG AS POSSIBLE. THIS NOT ONLY GENERATES REVENUE FOR THE PEOPLE INVOLVED BUT ALSO HELPS KEEP THE CONSUMPTION OF VIRGIN PLASTIC TO A MINIMUM.



2-REDUCING PLASTIC

BECOME SELECTIVE!



RECYCLE!

RECYCLING IS PROCESSING THE PLASTIC WASTES TO PRODUCE PLASTIC OF THE SAME VALUE AND QUALITY AS THE ORIGINAL PLASTIC.

RECYCLED PLASTIC COULD BE USED FOR PRODUCING THE SAME PRODUCT.



2-REDUCING PLASTIC

BECOME SELECTIVE!
RECYCLE!



3-TRANSFORMING PLASTIC

BECOME CREATIVE!

UPCYCLE!
WASTE MATERIALS ARE TRANSFORMED INTO PRODUCTS THAT ARE BETTER IN QUALITY OR FUNCTION. THE COMPOSITION OF THE MATERIAL IS NOT CHANGED. MINIMAL PHYSICAL CHANGES ARE APPLIED WHICH MAKES IT COST-EFFECTIVE AND DOES NOT REQUIRE ANY TECHNICAL TRAINING.



DOWNCYCLE!

WASTE MATERIALS ARE TRANSFORMED INTO PRODUCTS THAT ARE OF LOWER QUALITY OR FUNCTION. DOWNCYCLING RECYCLES THE MATERIAL INTO A LOWER QUALITY SUBSTANCE, WHICH IS THEN USED TO CREATE A LOWER-GRADE PRODUCT.



3-TRANSFORMING PLASTIC

BECOME CREATIVE!

UPCYCLE!
BETTER IN QUALITY OR FUNCTION



3-TRANSFORMING PLASTIC

BECOME CREATIVE!

A COMMON USE OF DOWNCYCLED PLASTIC IS TO CONVERT IT INTO FLEECE OR CARPETING PRODUCTS (FIBRE), PLASTIC LUMBERS, CAR PARTS, OR EVEN TEXTILES.



MANY OF THESE PRODUCTS COULD NOT BE RECYCLED/ DOWNCYCLED AGAIN BUT FEW COULD BE PROCESSED FURTHER INTO OTHER DOWNCYCLED PRODUCTS.

DOWNCYCLE!
LESSER QUALITY OR FUNCTION



3-TRANSFORMING PLASTIC

BECOME CREATIVE!



3-TRANSFORMING PLASTIC

BECOME CREATIVE!



3-TRANSFORMING
PLASTIC

BECOME CREATIVE!



INTERNATIONAL TEACHER TRAINING | SAN SEBASTIAN, BASQUE COUNTRY, SPAIN | MAY 21, 2023

3-TRANSFORMING
PLASTIC

BECOME CREATIVE!



INTERNATIONAL TEACHER TRAINING | SAN SEBASTIAN, BASQUE COUNTRY, SPAIN | MAY 21, 2023

3-TRANSFORMING
PLASTICBECOME ENTREPRENEURIAL!
FOUND YOUR OWN CIRCULAR BUSINESS!

INTERNATIONAL TEACHER TRAINING | SAN SEBASTIAN, BASQUE COUNTRY, SPAIN | MAY 21, 2023

3-TRANSFORMING
PLASTICBECOME EVEN MORE ENTREPRENEURIAL!
DEVELOPE YOUR OWN CIRCULAR BUSINESS!

INTERNATIONAL TEACHER TRAINING | SAN SEBASTIAN, BASQUE COUNTRY, SPAIN | MAY 21, 2023



EXERCISE

Question 1

Which are the main reasons for reducing plastic consumption and production?

Question 2

What is the difference between Upcycling-Downcycling-Recycling?

Question 3

Why is it better to Reuse-Opcycle or Downcycle than Recycle?

INTERNATIONAL TEACHER TRAINING | SAN SEBASTIAN, BASQUE COUNTRY, SPAIN | MAY 21, 2023



Question

How would you upcycle or downcycle the objects in the room?

ACTIVITY

INTERNATIONAL TEACHER TRAINING | SAN SEBASTIAN, BASQUE COUNTRY, SPAIN | MAY 21, 2023

TAKE-AWAY
MESSAGES

INTERNATIONAL TEACHER TRAINING | SAN SEBASTIAN, BASQUE COUNTRY, SPAIN | MAY 21, 2023

PLASTIC MANIA
HURTS!

INTERNATIONAL TEACHER TRAINING | SAN SEBASTIAN, BASQUE COUNTRY, SPAIN | MAY 21, 2023



How can we reduce the amount of plastic we consume daily?

- ✓ REFUSE AND REDUCE PLASTICS' USE
- ✓ REUSE PLASTIC BOTTLES & CONTAINERS
- ✓ RECYCLE WHEN POSSIBLE
- ✓ UPCYCLE & DOWNCYCLE



INTERNATIONAL TEACHER TRAINING | SAN SEBASTIAN, BASQUE COUNTRY, SPAIN | MAY 21, 2023



Thank you!

ERINI PAPAIOIOU
ERINI@SYNTHESIS-CENTER.COM
WWW.SYNTHESIS-CENTER.COM

INTERNATIONAL TEACHER TRAINING | SAN SEBASTIAN, BASQUE COUNTRY, SPAIN | MAY 21, 2023



ANNEXE 9 : RECYCLAGE DU VERRE

Activité 1 : Reconnaître les différents types de verre

Q1. Combien de temps faut-il au verre pour se décomposer dans la nature ?

- 2 ou 4 millénaires
- Indéterminé
- Aucun de ces éléments
- Tout ce qui précède

Réponse pour le formateur : Certains disent que le verre met 3 ou 4 millénaires à se décomposer dans la nature (mais nous ne le savons pas vraiment). En effet, des artefacts en verre datant du 13^e siècle avant J.-C. ont été trouvés dans certaines régions d'Égypte. Des objets plus anciens pourraient avoir été fabriqués dans ce qui était autrefois la Mésopotamie. Ces découvertes montrent que même si les bouteilles en verre se brisent en petits morceaux, le verre conserve sa composition chimique pendant des milliers d'années.

Q2. Combien de tonnes de CO2 le verre recyclé permet-il d'économiser ?

- Une tonne de CO2
- 2 tonnes de CO2
- Une demi-tonne de CO2
- Aucune de ces réponses

Réponse pour le formateur : L'étude de la FEVE montre que, du berceau au berceau, chaque tonne de verre recyclé permet d'économiser 670 kg de CO2 (moyenne européenne). Exprimée en termes de pourcentage, la fusion de 100% de calcin réduit les émissions de CO2 d'environ 58% par rapport à une situation où aucun calcin n'est utilisé.

Q3. Quels sont les avantages du recyclage du verre ?

- Opportunités de développement économique pour les communautés locales
- Création et maintien d'emplois
- L'une des actions environnementales les plus simples et les plus efficaces
- Tous les avantages ci-dessus

Réponse pour le formateur : Créer et maintenir plus d'emplois que la mise en décharge ou l'incinération + L'industrie de l'emballage est basée sur le principe d'une économie circulaire, locale et respectueuse de l'environnement + Matériau dont le cycle de vie est potentiellement infini + Le recyclage du verre présente des opportunités de développement économique pour les communautés locales.

Q4. Un écran de télévision peut-il être recyclé ?

- OUI
- NON

Réponse du formateur : Il s'agit d'un verre spécial qui doit être déposé dans des points de collecte spécifiques.

Q5. Les bouteilles pharmaceutiques peuvent-elles être recyclées ?

- OUI
- NON

Réponse du formateur : Mais il faut les vider.

Q6. Qu'est-ce qui ne peut pas être recyclé ?

- Le verre culinaire
- Les pare-brise
- Les emballages en verre
- Tout ce qui précède
- A et B
- Aucune de ces réponses

Réponse pour le formateur : Les verres culinaires utilisés pour la vaisselle ou les plats transparents ne sont pas recyclables. Ces objets fondent à une température plus élevée que le verre et risquent donc de former des défauts dans les nouvelles bouteilles fabriquées à partir de verre recyclé. Les pare-brise sont des verres spéciaux qui doivent être apportés dans des points de collecte spécifiques.

Q7. Ce type de verre peut-il être recyclé ?

- OUI
- NON

Réponse pour le formateur : Ils sont fabriqués à partir d'un verre résistant à la chaleur, sont souvent recouverts de substances spéciales et peuvent contenir des composants métalliques. Tous ces éléments peuvent poser des problèmes s'ils sont refondus avec d'autres types de verre.

Q8. Ce type de verre peut-il être recyclé ?

- OUI
- NON

Réponse du formateur : les bouteilles de bière peuvent être recyclées. Il est utile de les vider et de les rincer.

Q9. Ce type de verre peut-il être recyclé ?

- OUI
- NON

Réponse du formateur : Oui, on peut recycler les bouteilles de vin. Mais on peut aussi les recycler. En effet, vous pouvez transformer les bouteilles de vin en éléments décoratifs, en lampes, en bougies ou en décorations.

Q10. Ce type de verre peut-il être recyclé ?

- OUI
- NON

Réponse du formateur : Les bouteilles de whisky, comme la plupart des bouteilles de spiritueux, sont fabriquées à partir de matériaux recyclables, à savoir le verre et le plastique. Les bouteilles de whisky en verre recyclées peuvent être reformées un nombre incalculable de fois.

Q11. Ce type de verre peut-il être recyclé ?

- OUI
- NON

Réponse du formateur : Les bouteilles en verre sont fréquemment utilisées pour emballer des liquides tels que les sodas, les jus de fruits, la bière et le vin, et sont acceptées dans la plupart des programmes de recyclage à la source. Les bouteilles en verre représentent le processus d'emballage recyclé le plus rapide, puisqu'une bouteille peut être recyclée et remise en rayon en 30 jours.

Q12. Ce type de verre peut-il être recyclé ?

- OUI
- NON

Réponse du formateur : Les récipients chimiques en verre ne peuvent PAS être recyclés. Ils peuvent être réutilisés dans le laboratoire ou éliminés.

Q13. Ce type de verre peut-il être recyclé ?

- Oui
- Non

Réponse du formateur : le verre spécial ne peut donc pas être recyclé avec le verre lui-même, MAIS les pare-brise peuvent être recyclés. Cela n'a pas toujours été le cas, mais la technologie développée au cours des 20 dernières années permet de les recycler. Il s'agit d'un processus très différent de celui du recyclage des bouteilles ou des conteneurs en verre, car la plupart des pare-brise sont fabriqués à partir de verre feuilleté.

Q14. Ce type de verre peut-il être recyclé ?

- Oui
- Non

Réponse du formateur : bien sûr que les contenants alimentaires peuvent être recyclés. Il doit être vide !

Q15. Ce type de verre peut-il être recyclé ?

- Oui
- Non

Réponse du formateur : Le cristal est généralement plus brillant que le verre et est fabriqué à partir de différents minéraux (tels que l'oxyde de plomb, le carbonate de potassium et la silice) ; il ne peut donc pas être recyclé avec les bocaux et les bouteilles.

Q16. Ce type de verre peut-il être recyclé ?

- Oui
- Non

Réponse pour le formateur : Les produits en argile, en poterie et en pierre sont pratiquement impossibles à fondre dans une installation de recyclage standard. Cela signifie que la poterie ne peut pas être recyclée à la maison.

Q17 : Ce type de verre peut-il être recyclé ?

- Oui
- Non

Réponse du formateur : La céramique est fondamentalement un matériau entièrement recyclable, comme d'autres produits ménagers. Toutefois, la céramique est également très résistante aux températures élevées. Selon Waste Management, de nombreuses céramiques, telles que les tasses à café, affaiblissent le produit recyclé. C'est pourquoi la céramique n'est généralement pas acceptée pour le recyclage.

Q18. Quelles sont les quatre étapes (dans l'ordre) du processus de recyclage du verre ?

- 1) Broyage du verre, 2) refroidissement et moulage, 3) fusion du calcin et 4) tri des conteneurs de verre.
- 1) tri des emballages en verre, 2) broyage du verre, 3) refroidissement et moulage et 4) fusion du calcin
- 1) tri de récipients en verre, 2) broyage du verre, 3) fusion du calcin et 4) refroidissement et moulage
- 1) fusion du calcin, 2) refroidissement et moulage, 3) broyage du verre et 4) tri des récipients en verre

Réponse pour le formateur : 1. tri des emballages en verre : le tri est effectué manuellement puis automatiquement pour éliminer les objets indésirables ; 2. broyage du verre : le verre est transformé en calcin, c'est-à-dire en verre brisé, et envoyé dans les verreries ; 3. fusion du calcin : le calcin est fondu dans un four à une température de 1400°C et devient une pâte de verre ; 4. refroidissement et moulage : cette pâte de verre est passée dans un moule, soufflée puis refroidie pour être transformée en de nouveaux modèles de bouteilles, pots et bocaux.

Q19. Qu'est-ce que le broyage du verre ?

- Elimination des objets indésirables
- Transformation du verre en calcin
- La fusion du calcin dans un four
- Tout ce qui précède

Réponse du formateur : Broyage du verre : le verre est transformé en calcin, c'est-à-dire en verre brisé, et envoyé dans les verreries ;

Q20. Quel est le processus de refroidissement et de moulage ?

- Tri des récipients en verre
- Fusion du calcin dans un four
- La pâte de verre est passée dans un moule, soufflée et refroidie pour être transformée en nouveaux modèles de bouteilles.
- Aucune de ces étapes

Réponse pour le formateur : cette pâte de verre est passée dans un moule, soufflée puis refroidie pour être transformée en nouveaux modèles de bouteilles, pots et bocaux.

Q21. Quelles formes peut prendre le verre recyclé ?

- Contenants en verre
- Briques
- Revêtement routier
- Tout ce qui précède

Réponse du formateur : le verre recyclé est prêt à être utilisé. Il peut donc prendre différentes formes pour des usages tout aussi différents : conteneur en verre, laine de verre, briques, comptoirs et sols et revêtement routier.

Q22. Depuis quand le verre est-il collecté ?

- Début des années 1970
- Début des années 1980
- Début des années 1960
- Aucune de ces réponses

Réponse pour le formateur : Le verre est collecté depuis le début des années 1970 et constitue un pionnier en matière de déchets valorisables.

Q23. Quels sont les défis du recyclage du verre ?

- Le manque de capacité dans certaines régions empêche de répondre à la demande du marché.
- Les matériaux vierges sont souvent moins chers
- Le manque d'incitation à recycler lorsque ce n'est pas pratique
- [Tout ce qui précède](#)

Réponse du formateur : certains défis doivent encore être relevés ; en voici quelques exemples : Le manque d'incitation à recycler lorsque ce n'est pas pratique, l'augmentation des coûts des installations de récupération des matériaux et la pression exercée par le secteur de la gestion des déchets ont conduit certaines municipalités à retirer le verre du recyclage en porte-à-porte, le manque de capacité dans certaines régions entrave la capacité à répondre à la demande du marché et réduit l'incitation à investir dans les installations de récupération des matériaux, les matériaux vierges sont souvent moins chers que le calcin, parfois jusqu'à 20 %.

Q24. Quel pourcentage de recyclage en Europe veut atteindre la FEVE pour 2030 ?

- 100%
- 50%
- [90%](#)
- Aucun de ces pourcentages

Réponse pour le formateur : L'industrie européenne du verre d'emballage, connue sous le nom de FEVE (Fédération européenne du verre d'emballage), se mobilise pour atteindre un taux de recyclage de 90 % en Europe d'ici 2030 grâce à un programme appelé "Close The Glass Loop" (fermer la boucle du verre).

Q25. Quelle logique veut adopter la FEVE dans l'industrie du verre ?

- Logique "Bottle to bottle" (de la bouteille à la bouteille)
- Logique de la boucle fermée
- Logique circulaire
- [Toutes les réponses ci-dessus](#)

Réponse pour le formateur : La circularité du verre est un concept qui vise à atteindre l'économie circulaire en fermant la boucle du cycle de vie du verre. La circularité du verre peut être réalisée par la réutilisation des verres post-consommation ou par le recyclage pour obtenir un produit unique qui peut être utilisé à d'autres fins. La circularité du verre peut contribuer à minimiser l'utilisation de matières premières (sable), la production de déchets mis en décharge et les émissions polluantes.

ACTIVITÉ 2 : KINTSUGI

Étape 1 : Introduction

Cette activité présente des solutions innovantes pour réparer soi-même des objets. Grâce à cette méthode japonaise, les stagiaires peuvent même y voir un côté artistique.

Le kintsugi est une méthode japonaise vieille de plusieurs siècles ! Plus précisément, il s'agit de l'art de réparer des objets en porcelaine ou en céramique "avec des joints dorés (tsugi)". Les pièces sont recollées, et les parties ébréchées sont comblées par des traits dorés. Les défauts sont assumés et sublimés, l'objet raconte son histoire avec ses imperfections : toute une philosophie autour de l'acceptation ! C'est surtout une solution poétique pour donner une seconde vie à votre vaisselle préférée et la réutiliser. Elle pourrait même devenir encore plus belle.

Étape 2 : Préparation de la colle dorée

- Mettez un peu de poudre d'or sur votre spatule.
- Si vous devez préparer votre propre mélange de colle époxy, versez la même petite quantité de chaque composant sur le morceau de plastique. Mélangez-les à l'aide du bâtonnet fourni jusqu'à ce que le produit chauffe.
- Ajoutez la poudre et mélangez à nouveau pour obtenir une pâte sans grumeaux.

Étape 3 : Assembler les pièces

- Commencez par le plus gros morceau. Il sera plus facile à manipuler lorsque vous ferez des réparations.
- Mettez de la colle sur le morceau cassé.
- Prenez un autre morceau pour le joindre et mettez également de la colle sur toute la tranche.
- Fixez-les ensemble, en essayant d'être le plus possible bord à bord.
- Attendez quelques minutes.
- Répétez ce processus, morceau par morceau.
- La colle peut prendre rapidement au début. N'hésitez pas à en préparer une petite quantité à chaque fois afin de pouvoir réaliser les assemblages sans avoir à vous précipiter de peur qu'elle ne durcisse. Il faudra ensuite quelques heures pour qu'elle sèche complètement.

Étape 4 : nettoyer les joints !

- Lorsque la colle est complètement sèche, vous pouvez "poncer" les joints pour les lisser.
- À l'aide du cutter, commencez par gratter délicatement les dépôts les plus épais.
- Avec le papier de verre, éliminez les traces de colle qui débordent.
- Prenez le temps qu'il faut, quitte à revenir une ou deux fois sur certaines parties.
- Des éclats dans votre joint ou des petits trous par endroits ? Préparez un peu de colle et hop ! Remplissez les avec la pointe du pinceau ou du pic. Cette astuce est également valable pour remplir les zones ébréchées !

Étape 5 : Conclusion

Félicitations ! Vous venez de donner une nouvelle vie et une nouvelle beauté à votre objet !

Le simple fait de réparer un objet cassé peut le transformer en œuvre d'art. Une imperfection, un défaut dans un objet peut être sublimé et transformé en quelque chose d'unique et d'original.

Le stagiaire peut ensuite appliquer cette méthode de réparation à la maison pour chaque objet cassé et l'inciter à trouver des solutions pour réparer lui-même ses objets, plutôt que de les jeter et de les racheter.

ANNEXE 10 : APPRENDRE À RETAPISSER ET À RECYCLER LE TISSU D'UNE VIEILLE CHAISE DE BUREAU

ACTIVITÉ 1 : APPRENDRE À RETAPISSER

Étape 1 : Trouver le bon outil pour commencer.

Déterminez s'il est facile ou compliqué de retapisser la chaise. Cela dépendra de l'expérience du stagiaire ou du fait qu'il vienne de commencer et des matériaux disponibles pour le projet.

Vous aurez besoin de

Une machine à coudre (serge). Une serge est un type de machine à coudre qui peut coudre sur les bords bruts, qui peuvent s'ajuster sur un morceau de tissu, avec une couture en forme de V (ou couture de surjet). Il s'agit d'un type de clou qui garantit que le tissu ne s'effiloche pas au fil du temps lors de son utilisation et augmente donc sa durabilité.

Fil à coudre pour le tissu d'ameublement.

Des clous et une cloueuse (certains panneaux arrière/sièges sont agrafés avec des clous).

Un pistolet à air comprimé ou une agrafeuse électrique plus puissante peut s'avérer nécessaire s'il est trop difficile de faire pénétrer le tissu dans le matériau (bois, MDF) où il doit être fixé. L'utilisation d'un compresseur et d'une agrafeuse pneumatique peut s'avérer très utile pour cette tâche, en fonction de la chaise.

Mousse - vérifiez si la mousse d'origine est toujours utilisée.

Si nécessaire, repasser le tissu à l'aide d'un fer à repasser humide pour le lisser avant de le fixer.

Papier à dessin pour faire un gabarit pour le nouveau tissu. Il n'est peut-être pas nécessaire de faire d'abord un patron en papier, car dans certains cas, il suffit de découper autour du modèle/du panneau arrière/du siège. Il suffit de placer le modèle directement sur le tissu pour obtenir un patron.

Étape 2 : Diviser le projet en plusieurs phases s'il s'agit de retapisser plusieurs parties de la chaise

Par exemple, une chaise de bureau peut parfois être divisée en trois parties : L'assise, l'accoudoir et le dossier/panneau.

Si elle se décompose, elle peut sembler moins insurmontable à mettre en œuvre. Elles varieront en fonction du type de chaise que vous avez entre les doigts, de la manière dont vous pourrez séparer les chaises les unes des autres et ainsi passer au projet.

Étape 3 : L'assise

Retournez la chaise sur le côté. Voyez s'il y a des vis qui doivent être enlevées. Retirez toutes les agrafes qui maintiennent le tissu sur le panneau d'assise jusqu'à ce que vous vous teniez debout avec le tissu dans la main.

Étape 4 : Coupez le nouveau tissu après avoir enlevé l'ancien.

Découpez le nouveau tissu en utilisant l'ancien tissu comme patron. Si vous avez un motif directionnel, assurez-vous que toutes les pièces du motif sont placées sur le tissu dans le même sens.

Placez l'ancien morceau de tissu sur le nouveau et placez des agrafes sur le bord afin que l'ancien tissu ne glisse pas sur le nouveau lorsque vous devrez le couper prochainement. Cela permet d'obtenir la bonne taille pour le nouveau morceau de tissu.

Une fois que le nouveau tissu de l'ancienne chaise de bureau a été découpé, veillez à repasser tous les plis à l'aide d'un fer à vapeur si nécessaire - sinon, ils seront toujours présents dans votre chaise finie. Ne soyez pas paresseux et ne sautez pas cette étape et vous vous jetterez des œufs !

5e étape :agrafer le bord avec un clou en forme de V.

Si c'est nécessaire sur le nouveau tissu, pour garantir une plus longue durée de conservation. (Vous pouvez sauter cette étape)

Doublez la bordure autour du tissu.

Une fois que vous avez (dans certains projets) terminé la couture, vous pouvez placer la nouvelle housse sur le coussin/panneau de siège.

Étape 6 : Utiliser l'agrafeuse ou le pistolet à air comprimé

Vous devrez tirer fermement sur le tissu pendant l'agrafage pour le répartir uniformément.

Vous pouvez utiliser une agrafeuse pneumatique avec un compresseur d'air pour placer les agrafes autour du bord de l'assise ou du dossier, ou une agrafeuse électrique.

Retournez le fauteuil et admirez votre travail !

Si la chaise a un dossier, une assise ou un accoudoir, vous pouvez maintenant passer à ces parties.

Veillez noter que dans certains cas, le tissu d'un dossier peut être fixé par des coutures.

Est-ce le cas ? Notez que la couture est positionnée près du bord du panneau afin que vous puissiez plus facilement replacer le nouveau tissu à l'arrière du panneau.

Étape 7 : Réalisez un patron de tissu au lieu d'enlever le tissu du siège.

Pour le panneau arrière, vous pouvez faire un patron à partir de l'ancien dossier, au lieu d'enlever le tissu de votre dossier ; déroulez un morceau du nouveau tissu et posez le panneau arrière dessus. Sélectionnez le haut et le bas, puis faites défiler le panneau vers la droite pendant que vous dessinez le contour. Faites défiler le panneau vers la gauche et dessinez l'autre côté.

Notez que le supplément pour clous est ajouté au motif, qui est ramené de l'autre côté et fixé à l'arrière du panneau arrière.

Découpez le morceau de tissu que vous avez dessiné sur le nouveau tissu et que vous utiliserez pour le rembourrage.

Faites attention avant de fixer le nouveau tissu au panneau arrière et notez le sens dans lequel vous voulez que le tissu passe. Si votre tissu a un motif, vous voulez que tout aille dans le même sens. Placez une flèche sur l'envers du tissu, dans le sens que vous avez déterminé, pour vous aider à vous en souvenir.

Étape 8 : Surjetez le bord du nouveau morceau de tissu pour l'utiliser si nécessaire afin de le rendre plus durable.

Placez le panneau arrière sur l'envers du nouveau morceau de tissu et assemblez le tissu jusqu'à ce qu'il soit bien serré autour du panneau arrière.

En raison des variations d'épaisseur du matériau (bois/MDF), vous pouvez choisir le même type de coutures que celles que vous avez réalisées sur le bord du panneau arrière pour agraffer le tissu.

Retournez ensuite le panneau arrière avec le nouveau tissu, puis accrochez-le au bord en martelant les coutures dans le panneau arrière à l'aide d'un marteau ou d'un pistolet à couture.

Étape 9 : Remontez votre chaise de bureau maintenant que les parties comportant le vieux tissu usé ont été recyclées.

Vous avez [OIAI] terminé et vous pouvez enfin essayer la chaise de bureau et l'utiliser !

Étape 10 : présentation des chaises de bureau recyclées avec réflexion

Pour clore l'atelier, invitez les participants à présenter leurs créations et à faire part de leurs réflexions sur l'expérience.

Chaque participant peut parler de ce qu'il a appris, des difficultés qu'il a rencontrées et de la manière dont il les a surmontées.

ACTIVITÉ 2 : RECYCLAGE DU TISSU D'UNE VIEILLE CHAISE DE BUREAU

Étape 1 :

Retourner la chaise sur le côté. Vérifiez qu'il n'y a pas de vis à retirer.

Retirez toutes les agrafes qui maintiennent le tissu sur le panneau d'assise jusqu'à ce que vous teniez le tissu dans votre main.

Étape 2 : Mesurer et couper le tissu

Coupez deux rectangles de tissu de taille égale. Utilisez un crayon ou un stylo pour marquer l'endroit où vous allez couper. Utilisez des ciseaux pour découper le rectangle proprement.

Répétez l'opération avec un deuxième morceau de tissu.

Gardez à l'esprit que le fourre-tout fini sera un pouce plus petit que le rectangle, puisque le tissu sera ourlé.

Si vous réalisez un fourre-tout doublé, coupez deux rectangles du tissu extérieur et deux rectangles du tissu de doublure de la même taille.

Voici quelques suggestions de tailles :

12 x 14 pouces pour un très petit fourre-tout

14 x 16 pouces pour un fourre-tout de taille moyenne

24 x 20 pouces pour un grand sac de plage

Étape 3 : Marquez l'emplacement des poignées.

Avant de coudre, pliez les rectangles en trois dans le sens de la longueur et utilisez un stylo sur les deux plis intérieurs. Ces plis indiqueront l'emplacement des poignées plus tard. Veillez donc à les plier dans le sens de la longueur du tissu, et non vers le bas, afin de les positionner correctement.

Étape 4 : Ourlez les bords supérieurs des rectangles.

Il est plus facile d'ourler les bords supérieurs du fourre-tout, qui deviendront les deux bords de l'ouverture, avant de coudre le corps du fourre-tout. Pour ce faire, disposez les rectangles de manière à ce que l'envers du tissu (le côté sur lequel le motif est moins brillant) soit tourné vers le haut.

Pliez le bord supérieur du tissu vers le bas sur un centimètre. Utilisez des épingles droites pour maintenir le pli en place.

Si nécessaire, repassez le bord humide pour créer un pli.

Répétez l'opération avec l'autre rectangle de façon à ce que l'ourlet soit le même sur les deux pièces. Utilisez une machine à coudre ou travaillez à la main pour faire un point droit à ½ inch (1,3 cm) sous le bord plié du tissu sur les deux rectangles.

Si vous faites un fourre-tout doublé, posez le rectangle de doublure sur le rectangle de tissu extérieur. Repliez les bords ensemble, utilisez des épingles droites pour les maintenir en place et cousez les pièces ensemble avec un point droit.

Si vous cousez une ligne irrégulière, utilisez un découpeur pour arracher le point et recommencez.

Étape 5 : Coudre le corps du sac.

Cousez les deux rectangles ensemble en plaçant les rectangles ourlés dos à dos de façon à ce que les mauvais côtés du tissu soient tournés vers l'extérieur. Coudre le long des côtés et du fond. N'oubliez pas de laisser le haut ouvert.

Étape 6 : Coupez les coins inférieurs à l'onglet

Coupez chaque coin inférieur en pliant le sac de manière à ce que, au lieu de former un angle de 90 degrés, la couture inférieure et la couture latérale soient empilées l'une sur l'autre. Cousez ensuite le coin en gardant la nouvelle couture perpendiculaire à la couture existante.

Répétez l'opération sur l'autre coin. Lorsque vous retournerez le sac à l'endroit, les coins seront émoussés.

Étape 7 : Créer les poignées

Cette étape peut être utilisée, que vous utilisiez ou non une ceinture de siège de voiture ou une lanière de cuir.

Veillez à ce que les poignées soient de longueur égale.

Si vous utilisez du tissu, coupez deux bandes de 2 pouces de large et de même longueur dans le tissu. Pliez chaque bande en deux de manière à ce que l'intérieur du tissu soit tourné vers l'extérieur.

Si nécessaire, utilisez un fer à repasser humide pour plier le pli.

Étape 8 : Coudre les bords longs ensemble (uniquement si vous utilisez du tissu)

Utilisez une machine à coudre ou travaillez à la main pour faire un point droit le long des bords longs des deux poignées.

Vous pouvez également plier les bords bruts de la poignée vers le milieu et les coudre au point zig-zag.

Étape 9 : Préparez les poignées pour les coudre au sac.

Repliez les extrémités de vos poignées d'un demi-pouce.

Si nécessaire, repassez au fer humide pour créer un pli. Placez les extrémités sur les marques de l'étape 3. Placez les extrémités à environ 1,5 pouces sous le bord de l'ouverture du sac et épinglez-les en place.

Étape 10 : Coudre les poignées au sac

Cousez un carré sur le tissu des poignées qui se chevauchent pour les maintenir fermement en place.

Admirez votre travail !

Étape 11 : présentation des sacs à provisions et réflexion

Pour clore l'atelier, invitez les participants à présenter leurs créations et à partager leurs réflexions sur l'expérience.

Chaque participant peut parler de ce qu'il a appris, des difficultés qu'il a rencontrées et de la manière dont il les a surmontées.

ANNEXE 10 : APPRENDRE À RETAPISSER ET À RECYCLER LE TISSU D'UNE VIEILLE CHAISE DE BUREAU

OUTILS



Exemples de chaises qui peuvent être retapissées et donner une nouvelle vie ou être réutilisées dans un autre contexte :



ANNEXE 10 : APPRENDRE À RETAPISSER ET À RECYCLER LE TISSU D'UNE VIEILLE CHAISE DE BUREAU

Le dossier d'une chaise dont l'assise peut être retirée pour être retapissée :



Certains sièges de chaises peuvent être recouverts de mousse, qui peut être réutilisée ou doit être remplacée après avoir retiré le tissu du siège.

Agrafeuse pour le rembourrage :



ANNEXE 10 : APPRENDRE À RETAPISSER ET À RECYCLER LE TISSU D'UNE VIEILLE CHAISE DE BUREAU

Machine à coudre industrielle qui, dans certains cas, doit être utilisée pour la pose du nouveau tissu :



ANNEXE 10 : APPRENDRE À RETAPISSER ET À RECYCLER LE TISSU D'UNE VIEILLE CHAISE DE BUREAU

Exemples de tissus sur/à partir d'un meuble qui doit être enlevé et reposé, mais qui peut donc être utilisé pour un sac :



ANNEXE 11 : ATELIER DE RÉPARATION - RÉPARATION D'APPAREILS ÉLECTRIQUES

ACTIVITÉ 1 : COMMENCER SIMPLEMENT - ÉTABLIR UNE CONNEXION ÉLECTRIQUE

Rallonge pas à pas

La prise

La prise, également appelée connecteur mâle, est l'extrémité de la rallonge qui est insérée dans une prise de courant ou une autre source d'énergie.

Elle comporte généralement deux ou trois broches, selon le type de fiche utilisé dans votre région.

Assurez-vous que la fiche est compatible avec la prise que vous utilisez.

Prise de courant

La prise, également appelée connecteur femelle, est l'extrémité de la rallonge où vous branchez votre appareil électrique.

Elle possède des prises qui correspondent aux broches de la fiche de l'appareil que vous souhaitez alimenter.

Insérez fermement la fiche de l'appareil dans la prise de la rallonge jusqu'à ce qu'elle soit bien branchée.

Source d'alimentation

Une fois que la fiche est insérée dans la prise de courant et que la fiche de l'appareil est connectée à la prise de la rallonge, le circuit électrique est terminé.

Le courant passe de la source d'alimentation à la rallonge, fournissant de l'électricité à l'appareil connecté.

Précautions de sécurité

Lors de l'utilisation d'une rallonge, il est essentiel de respecter certaines mesures de sécurité.

Assurez-vous que la rallonge est adaptée à la charge électrique de l'appareil que vous y connectez.

Évitez de surcharger la rallonge en y branchant simultanément un trop grand nombre d'appareils de forte puissance.

Assurez-vous que la rallonge n'est pas endommagée ou effilochée, car cela peut constituer un risque pour la sécurité.

En outre, faites attention aux risques de trébuchement causés par le cordon et évitez de le placer dans des endroits où il pourrait être pincé ou écrasé.

ACTIVITÉ 2 : RÉPARER UN FER À REPASSER/SENSEO

Fonctionnement de base de Senseo

Réservoir d'eau

La machine à café Senseo est généralement équipée d'un réservoir d'eau amovible qui doit être rempli d'eau.

Le réservoir d'eau est généralement situé à l'arrière ou sur le côté de la machine et comporte une ligne de remplissage maximum pour indiquer le niveau d'eau approprié.

Dosettes de café

Les machines Senseo utilisent des dosettes de café, qui sont de petites dosettes préemballées contenant du café moulu.

Les dosettes de café sont généralement placées dans un porte-dosette ou un plateau à dosettes, qui est inséré dans la machine.

Processus d'infusion

Une fois la dosette introduite dans la machine, le processus d'infusion commence.

La machine chauffe l'eau du réservoir à la température appropriée et la fait passer à travers la dosette.

L'eau chaude extrait le café de la dosette et le café infusé s'écoule ensuite dans une tasse à café ou une tasse placée sous l'écoulement.

Options de taille

De nombreuses machines Senseo sont équipées de boutons ou de cadrans qui vous permettent de choisir la taille ou la force du café.

Ces options peuvent varier en fonction du modèle, mais en général, vous pouvez choisir entre une petite ou une grande tasse, ou ajuster le temps d'infusion pour personnaliser la force du café.

Nettoyage et entretien

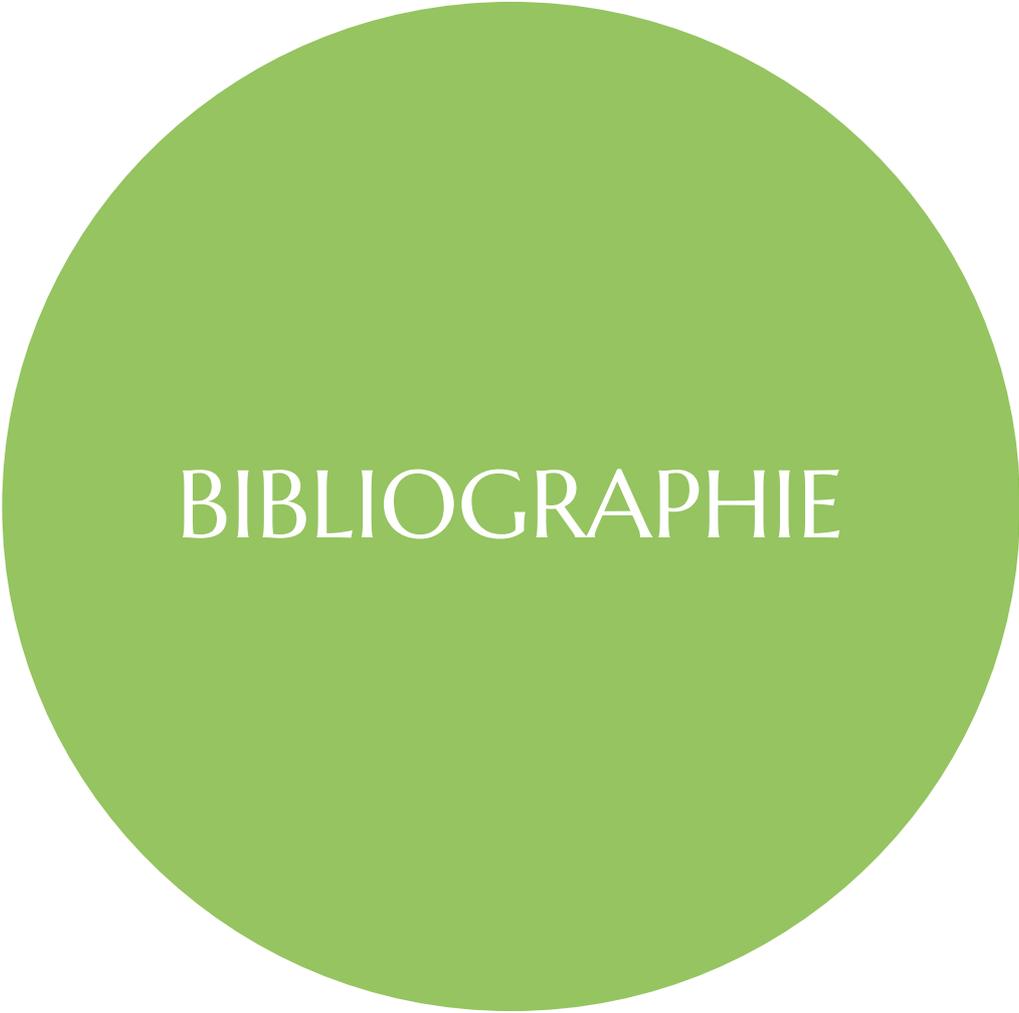
Les machines Senseo nécessitent généralement un nettoyage et un entretien réguliers pour garantir des performances optimales.

Il peut s'agir de nettoyer le porte-dosette, de détartrer la machine pour éliminer les dépôts minéraux, de rincer ou de nettoyer le réservoir d'eau et d'autres pièces amovibles.

Alimentation et commandes

Les machines Senseo fonctionnent à l'électricité et sont généralement dotées de boutons ou de cadrans de commande.

Ces commandes peuvent inclure la mise en marche et l'arrêt, la sélection de la taille de l'infusion et d'autres réglages, selon le modèle.



BIBLIOGRAPHIE

LA POSITION DU FORMATEUR - DE L'ÉTAT D'ESPRIT FIXE À L'ÉTAT D'ESPRIT DE CROISSANCE

- TEDxNorrköping. (November 2014). The power of believing that you can improve – Carol Dweck. https://www.ted.com/talks/carol_dweck_the_power_of_believing_that_you_can_improve
- Clement J. De boekmakerij, (2017). Coach and inspire. The art of dynamic conversations.
- Van Pararen (1971), Tjipke Van der Veen (2016)
- Clement J. (2015). INSPIREREND COACHEN. De kunst van dynamisch en uitdagend communiceren. Lannoo Campus, 162. <https://www.bol.com/nl/c/lannoo-campus/2766717/?lastId=23940>

L'IMPORTANCE DE L'ESPACE PHYSIQUE - RENDRE LA FORMATION ACCESSIBLE ET INCLUSIVE

- Entelis+ project. (2016). Entelis+ Manual for Trainers. <https://entelisplus.entelis.net/results>
- CAST. Universal Design for Learning Guidelines (version 2.2, 2018). <http://udlguidelines.cast.org>
- Understood for All, Inc. (2019). Getting started with Universal Design for Learning (UDL). https://assets.ctfassets.net/pOqf7jO48iOq/3vzjvQAnt6xjOIO8OyVqXg/6e51e59eOb5b5eadd5elc4Oedl35facd/Getting_started_with_universal_design_for_learning_UDL_Understood__1_.pdf
- DTU Skylab. (2022). Playbook for Universal Design. <https://universaldesignguide.com/>
- TrainSustain project. (2023). The importance of physical space-Making a training accessible and inclusive. https://drive.google.com/file/d/1KnxgxR38ezfTJgZLIWuethHxAauv_Dp3/view?usp=share_link

DÉFINIR LA RELATION ENTRE LE FORMATEUR ET L'APPRENANT

- Good Practice Guide on training Methodologies. (2014, November 12). ENISA. <https://www.enisa.europa.eu/publications/good-practice-guide-on-training-methodologies>

CONCEPTS ET AVANTAGES DU RECYCLAGE ET DE L'UPCYCLING

- FR. (2020). Forge recycling - What is the difference between recycling and upcycling? <https://www.forgerecycling.co.uk/blog/what-is-the-difference-between-recycling-and-upcycling/>

BOUTEILLES ET RÉCIPIENTS EN PLASTIQUE. UPCYCLING - DOWNCYCLING - RECYCLAGE

- EARTH5R. (2020). Plastic Processing: Upcycling, Recycling, Downcycling And More. <https://earth5r.org/plastic-and-what-to-do-with-it/>
- Recyclops. (2023). 7 Creative Ways to Recycle Plastic Bottles. <https://recyclops.com/7-creative-ways-to-recycle-plastic-bottles/>
- Budget Dumpster. (2021). Plastic Bottles Recycling Ideas. <https://www.budgetdumpster.com/blog/diy-plastic-bottles-recycling/>
- TrainSustain project. (2023). UseLess Plastic-Upcycling, Downcycling, Recycling. https://drive.google.com/file/d/1J6uZILAOmOIHYOle9W5Dqcl4-xvJk4df/view?usp=share_link

RECYCLAGE DU VERRE

- Muñoz, Amaya Paula. (s.f.). Artisan Series Kintsugi with Sensei Tsukamoto. <https://www.youtube.com/watch?v=gHzPld4xGTQ&t=2s>
- HOW TO RECYCLE GLASS <https://theglassrecyclingcompany.co.za/how-to-recycle/>

