

PLAN DE ESTUDIO SOSTENIBLE PARA PROFESORES DE FORMACIÓN PROFESIONAL Y FORMADORES VOLUNTARIOS QUE TRABAJAN CON GRUPOS DESFAVORECIDOS



trainsustain.eu



AUTORES

Stig Christensen y Line Ravn Jensen, FO-Aarhus, Dinamarca
Bieke Suykerbuyk y Jolien Smits, DINAMO, Bélgica
Golfo Kateva y Eirini Papageorgiou, Synthesis Center for Research & Educ., Chipre
Louise Dufossé y Kenza Benohoud, Solution: Solidarité & Inclusion, Francia
Zigor Sagardui Mendieta y Leire Burgaña Revert , Gureak Lanean, España
Andreia Neves y João Paulo Pacheco, Proportional Message, Portugal



EDITOR

Elisabeth Gregersen, FO-Aarhus, Dinamarca
João Paulo Pacheco, Proportional Message, Portugal



Gráficos y diseño de maquetación

Stephanie Gillis y Jolien Smits, DINAMO, Bélgica

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados solo comprometen a su(s) autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o los de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA pueden ser considerados responsables de ellos.

ÍNDICE

PARTE 1: El conocimiento y las competencias sociales

1. El grupo destinatario	11
2. El formador	17
3. Comunicación	21
4. La relación entre el formador y el alumno	27
5. El grupo y el contexto	33
6. El espacio físico	38

PARTE 2: Conocimiento técnico y competencias

I. Reciclaje y reutilización textil.....	47
II. Botellas y envases de plásticos	51
III. Reciclaje de vidrio	55
IV. Reciclaje y reutilización de sillas de oficina	59
V. Organización de un repara Café y reparación	64
VI. Cómo iniciar un negocio de reutilización y reciclaje	67



PLAN DE ESTUDIOS TRAIN-SUSTAIN PARA PROFESORES DE FORMACIÓN PROFESIONAL Y FORMADORES VOLUNTARIOS QUE TRABAJAN CON GRUPOS DESFAVORECIDOS

(TRAIN-SUSTAIN, KA22O-VET-2021-018)

PROYECTO TRAIN SUSTAIN

El proyecto Train Sustain surge de la necesidad de formar a trabajadores/voluntarios de ONG y a otros educadores con nuevas habilidades mediante la mejora de las competencias de los formadores y voluntarios de EFP que enseñan a reciclar/reutilizar. Este proyecto ayudará a dotar a los grupos desfavorecidos de los conocimientos, habilidades y competencias necesarios para prosperar en un mundo en evolución en lo que respecta a las nuevas oportunidades de negocio ecológico. Los grupos desfavorecidos recibirán formación para aumentar su empleabilidad y ayudarles a acceder mejor al mercado laboral.

LAS ASOCIACIONES - COORDINADOR

Folke Oplysningsforbund – Aarhus (FO-Aarhus)
Asociación para la Educación de Adultos, Dinamarca



FO-Aarhus es una organización no gubernamental sin ánimo de lucro creada en 1973 para ofrecer educación no formal de adultos y asesoramiento a los ciudadanos de Aarhus. Su experiencia radica en la educación no formal y en programas especializados que ayudan a grupos desfavorecidos -por ejemplo, inmigrantes, desempleados, personas con dificultades de aprendizaje, disléxicos, personas con problemas mentales- a mejorar su calidad de vida y a integrarse (o reintegrarse) en la sociedad y en el mundo laboral. En 2020, FO-Aarhus adquirió el antiguo edificio del Colegio de Periodistas, que ahora se está transformando en Kulturhus Bunker, una casa para organizaciones que ayudan a ciudadanos con discapacidades, personas con problemas mentales y desempleados. En este proyecto, los Skejby Rangers, un proyecto de FO-Aarhus, ayudan a la implantación local encargándose de transformar el antiguo colegio de periodistas en un lugar de reunión para los ciudadanos de la comunidad local.

LAS ASOCIACIONES - SOCIOS DEL PROYECTO



DINAMO (Iniciativas Dinámicas para Diferentes Posibilidades Durante el Día)
vzw Stroom, Bélgica

DINAMO es una organización de voluntarios, con su origen en la Casa Cultural de Warande. Organiza educación no formal para adultos con profesores voluntarios y expertos. Un equipo profesional de 5 miembros dirige a los voluntarios, responsables de más de 250 actividades al año. Unos 180 voluntarios son profesores e instructores, los demás ayudan en la administración, la recepción y la asistencia a los grupos destinatarios. El participante medio se inscribe en unas 2,3 actividades al año, lo que significa que DINAMO cuenta con unas 6.000 inscripciones anuales. DINAMO ofrece a la gente un programa de cursos creativos, clases de idiomas, viajes culturales y ejercicios deportivos. Es el mayor proveedor de crecimiento y desarrollo personal de la región de Turnhout y proporciona una fuente sostenible de trabajo voluntario.



Synthesis Centro para la Investigación y Educación, Chipre

SYNTHESIS es una organización pionera que inicia e implementa proyectos en alineación con la Agenda 2030 y se centra en el impacto social, con un enfoque en la inclusión social y la cohesión social. Es la organización líder en el país en emprendimiento social e innovación social. Fundó HUB NICOSIA, un centro educativo, y una comunidad de organizaciones con fines culturales, medioambientales y sociales, con el objetivo de reducir las desigualdades y promover una educación de calidad. Como centro de formación profesional acreditado y proveedor de educación para adultos, SYNTHESIS ofrece formación y elabora materiales educativos relacionados con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS): educación de calidad, medio ambiente y cambio climático, agricultura sostenible, educación global, incluida la producción y el consumo responsables, ciudades sostenibles y comunidades sostenibles.



Solution: Solidaridad y Inclusión, Francia

Solution es una ONG con sede en París que desarrolla acciones innovadoras para promover la cohesión social a través de la educación no formal. Su objetivo es impulsar la inclusión social entre los jóvenes mediante actividades que fomenten la aceptación mutua, estimulen los intereses humanos ofreciendo actividades transversales, diseñen programas educativos para abrir las mentes de las personas y refuercen dinámicas justas entre generaciones y culturas. Solution opera en un entorno multicultural y socialmente complejo: en el este de París, hay más de 70 comunidades étnicas diferentes cuyos jóvenes pueden enfrentarse a dificultades económicas, así como a la exclusión social y laboral. La misión de Solution es impartir una educación no formal que reúna a distintos públicos y estimule así el diálogo intercultural e intergeneracional, al tiempo que fomenta la adquisición de competencias blandas y duras útiles para fines profesionales y sociales.

LAS ASOCIACIONES - SOCIOS DEL PROYECTO



Proportional Message, Portugal

Organización no gubernamental que apoya a personas de escasos recursos a través del desarrollo de los valores de la educación humanista, como una forma de potenciar el desarrollo integral del individuo, tanto en lo personal como en lo colectivo. Su objetivo es contribuir a la creación de entornos educativos, prácticas e investigación en los que se puedan desarrollar las áreas social, emocional y cognitiva, con el fin de desarrollar el potencial humano. Sus grupos objetivo son las comunidades marginadas, las personas mayores, los adultos y las familias, así como las personas con discapacidad. Desarrolla actividades dirigidas a satisfacer sus necesidades, con el fin de adquirir o profundizar conocimientos y habilidades.



Gureak Lanean, España

Creada en 1975, la misión de GUREAK es ser competitiva en todas sus iniciativas empresariales y programas centrados en la creación de oportunidades de empleo sostenible adaptadas a las limitaciones de las personas discapacitadas. Es un centro especial de empleo sin ánimo de lucro, que aplica situaciones laborales y de empleo a personas discapacitadas y se basa en estructuras organizativas como las de los entornos comerciales y empresariales locales. GUREAK opera en el ámbito industrial a través de la subcontratación (automoción, electrónica, inyección de plásticos) en cinco empresas y veinte plantas de producción y en los sectores de servicios (publicidad directa y marketing promocional, limpieza industrial y jardinería, hostelería, gasolineras, vending o lavandería industrial). Como parte del Grupo Gureak, Gureak Itinerary diseña y desarrolla itinerarios de inserción laboral para personas con discapacidad. Ofrece asesoramiento, formación, etc. Itinerary training es un centro de formación y desarrollo que presta servicios de formación en varias especialidades.



INTRODUCCIÓN

El proyecto Train-Sustain se esfuerza por animar a los formadores profesionales y voluntarios a compartir su pasión por ayudar a los grupos vulnerables y compartir sus conocimientos con ellos.

El proyecto cuenta con tres conjuntos de resultados. El presente documento constituye el primer conjunto de resultados, denominado Resultado 1 del Proyecto (RP 1), y se presenta en forma de un plan de estudios titulado "Plan de estudios para formadores que ayudan a grupos vulnerables en trabajos sostenibles". Este documento está diseñado para que lo utilicen fácilmente los formadores de EFP o los formadores voluntarios (los formadores voluntarios pueden ser personas mayores, profesores jubilados o artesanos formados) en una institución u ONG orientada a la EFP, y el contenido que aquí se presenta debería abordar las necesidades de estos educadores que forman a ciudadanos con dificultades de aprendizaje o problemas mentales sobre cómo reparar, renovar o restaurar artículos usados.

El objetivo último de este documento es dotar a los proveedores de herramientas sobre cómo formar eficazmente a los grupos vulnerables para que puedan conseguir empleo en empresas sostenibles/ecológicas, especialmente en el reciclaje y el upcycling y, al mismo tiempo, promover las oportunidades de negocio verde. El plan de estudios debe ofrecer a los grupos vulnerables una buena oportunidad de adquirir nuevas competencias para el siglo XXI, ofreciéndoles mejores oportunidades de acceder o reincorporarse al mercado laboral.



Objetivo

Este plan de estudios se creó para ayudar a profesores y voluntarios a formar a ciudadanos desfavorecidos. Formar a personas con dificultades de aprendizaje es todo un reto. Muchas veces, estas personas sufren estrés o desempleo de larga duración, lo que dificulta aún más su contratación o el mantenimiento de su empleo actual. Además del desempleo, otro problema que suele asociarse a los grupos desfavorecidos es la escasa cualificación que suelen tener. La mayoría de las veces, los métodos tradicionales de aprendizaje no tienen en cuenta sus características, como las limitaciones intelectuales. A la hora de enseñar/formar, los formadores deben centrarse no sólo en las habilidades técnicas, sino, lo que es más importante, en la flexibilidad del plan de estudios, los estilos de aprendizaje y el tiempo necesario para aprender una habilidad. El plan de estudios tiene en cuenta estos aspectos, convirtiéndose así en un material didáctico con un mayor potencial de adaptación a las necesidades de los alumnos.

Este plan de estudios proporcionará a los formadores nuevos conocimientos y competencias útiles para enseñar a grupos vulnerables. Adquirirán conciencia de que el aprendizaje no es un proceso unidimensional, sino cambiante y dependiente del receptor.

Tipo de documento

El presente documento consta de material basado en texto para apoyar a profesores y voluntarios que enseñan a grupos desfavorecidos sobre los siguientes temas: reparación, reciclaje y/o reutilización de muebles, ropa, electrodomésticos, etc.



Estructura del documento

Este plan de estudios tiene como objetivo ayudar a los formadores mencionados anteriormente a mejorar sus habilidades en dos temas diferentes pero interconectados: interacción social y conocimientos técnicos. Para lograr este objetivo, dividimos el plan de estudios en dos partes:

La primera parte, denominada Parte 1, se titula "El conocimiento y las competencias sociales" y se ha diseñado para ayudar a los formadores a comprender al grupo objetivo y cómo interactuar eficientemente con ellos. Para lograrlo, los formadores deben conocer entre otros temas que se tratarán más adelante):

- Cómo crear el mejor entorno de enseñanza para grupos con participantes que enfrentan vulnerabilidades mentales o discapacidades de aprendizaje;
- la importancia de la comunicación durante la formación;
- cómo crear y promover un espacio seguro y accesible;

La Parte 1 también abordará la complejidad de la relación entre el formador y el alumno.

La Part 1 está dividida en un conjunto de módulos que abordarán todos los temas mencionados anteriormente.

Cada módulo comienza con una breve presentación de los objetivos del módulo en particular, los resultados de aprendizaje que se deben lograr con el módulo seguido por el contenido del módulo.

La segunda parte del documento, o Parte 2, se denomina "Conocimientos técnicos y competencias" y se diseñó para proporcionar conocimientos básicos sobre reciclaje y reutilización para un entorno de enseñanza. En la segunda parte, los formadores aprenderán qué y cómo reparar, reutilizar y reciclar y cuáles son los beneficios profesionales para el alumno que aprende a ser empleado en un taller o negocio de reciclaje/reciclado.

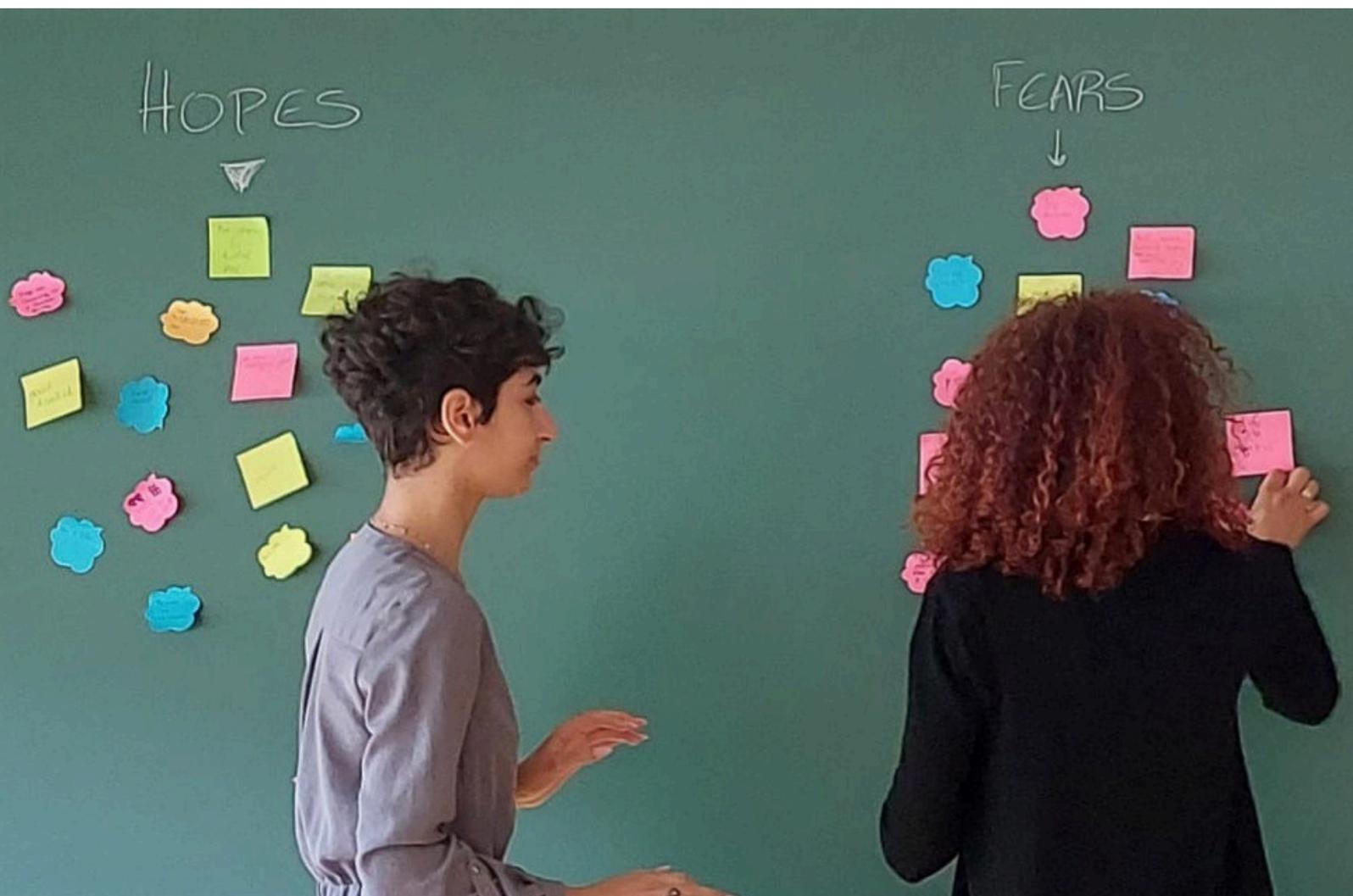
La segunda parte del documento comienza con una breve introducción al reciclaje y la reutilización, seguida de un conjunto de módulos seleccionados.

Cada módulo comienza con una breve presentación de los objetivos del módulo en particular, los resultados de aprendizaje que se deben lograr con el módulo seguido por el contenido del módulo.

Este documento debe ser utilizado por formadores y/o voluntarios para apoyarlos al enseñar/capacitar a grupos desfavorecidos sobre la reparación, el reciclaje y la reutilización de diferentes tipos de materiales/productos.

PARTE 1

EL CONOCIMIENTO Y LAS COMPETENCIAS SOCIALES



I. EL GRUPO DESTINATARIO

Este módulo proporcionará al formador una comprensión del grupo objetivo y brindará herramientas adicionales para apoyar al formador al enfrentarse a diferentes desafíos. Esto proporcionará al formador una visión sobre las necesidades especiales de los aprendices con desafíos de aprendizaje, mentales y físicos.



Objetivos

En este módulo, el alumno adquirirá las siguientes habilidades:

- obtener conocimiento sobre el concepto de vulnerabilidad: qué caracteriza y define este concepto.
- obtener perspectiva sobre los diferentes desafíos con los que lidian los participantes vulnerables en su vida cotidiana.
- adquirir comprensión sobre el grupo objetivo y cómo este conocimiento puede contribuir a la planificación de un curso de formación que involucre activamente a los participantes.

Resultados de aprendizaje

Al finalizar este módulo, el alumno:

- Habrá adquirido las herramientas necesarias para organizar un curso de formación para personas que enfrentan una situación de vida difícil.
- Aumentará su conciencia sobre el concepto de vulnerabilidad en relación con los aprendices.
- Mejorará sus perspectivas y reflexionará sobre cómo planificar un curso de formación con participantes que enfrentan desafíos debido a discapacidades de aprendizaje o vulnerabilidad psicológica que afectan las oportunidades de empleo.
- Habrá aprendido el enfoque de compañero a compañero como una herramienta para iniciar el uso de las experiencias mutuas entre los participantes para crear esperanza y motivación.

Contenido

Frecuentemente, nuestro grupo objetivo puede enfrentar dificultades para ingresar o reingresar al mercado laboral debido a dificultades de aprendizaje o vulnerabilidades mentales. Por lo tanto, puede resultar necesario brindar ayuda, apoyo o orientación al participante individual para cambiar su perspectiva y descubrir sus habilidades y calificaciones personales, con el fin de encontrar un empleo. Es fundamental que la persona aprenda y domine su situación como buscador de empleo manteniendo una vida personal a pesar de los desafíos que enfrenta.

La discapacidad todavía tiene muchas connotaciones negativas en nuestra sociedad. Es importante saber cómo hablar sobre la discapacidad para compartir conocimientos y romper prejuicios. A menudo, las personas evitan hablar sobre la discapacidad por temor a decir cosas incorrectas, por lo que optan por no decir nada.

Existen numerosas fuentes sobre cómo iniciar conversaciones difíciles con grupos donde los participantes viven con una discapacidad. Una buena fuente es el [sitio web Drive](#) (Diversidad de género E-zine sobre la empresa).

¿Qué es la vulnerabilidad?

Una parte significativa de la población europea puede considerarse en riesgo de pobreza y exclusión social.

Una persona vulnerable es aquella que necesita cuidados especiales, apoyo o protección debido a la edad, discapacidad, riesgo de abuso o negligencia. (Fuente: All Ouro Health: cuidado personalizado y salud poblacional).

Varios factores pueden influir en la vulnerabilidad:

- las experiencias de vulnerabilidad en la infancia pueden tener un impacto negativo más adelante en la vida; y
- Puede ser de gran importancia si se tienen factores protectores, como una familia de apoyo o un ingreso estable en el hogar.
- La situación de vida de una persona puede ser influenciada y cambiada, lo que también significa que la escala del desafío que implica la vulnerabilidad de una persona siempre será compleja y variable.
- La Comisión Europea presentó su Estrategia de Derechos de las Personas con Discapacidad para el período 2021-2030.
- La estrategia tiene como objetivo lograr avances adicionales para permitir la participación sin esfuerzo de las personas con discapacidad.

Guía los esfuerzos de los Estados miembros de la UE y las instituciones de la UE para trabajar juntos y encontrar soluciones a los desafíos que las personas con discapacidad pueden enfrentar en su vida cotidiana.

La estrategia también debe contribuir a la igualdad de género y los derechos sociales.

Su objetivo es asegurar que las personas con discapacidad en Europa, independientemente de su género, origen racial o étnico, religión o creencia, edad u orientación sexual, tengan garantizados sus derechos:

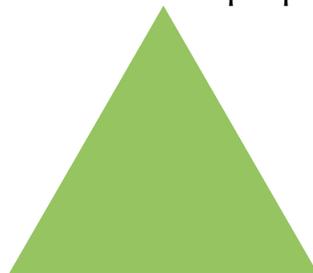
- derechos humanos
- igualdad de oportunidades
- acceso igualitario para participar en la sociedad como los demás
- derecho a decidir dónde, cómo y con quién viven.
- libertad de movimiento en la UE independientemente de las necesidades de apoyo
- no a la discriminación

Un Enfoque Pedagógico

La definición de autoeficacia fue desarrollada por Albert Bandura, un conocido psicólogo canadiense-estadounidense que ha contribuido al campo de la educación y a varios campos de la psicología. Él es el creador, entre otros, de la teoría del aprendizaje social y del constructo teórico de la autoeficacia.

Él afirmó que si una persona carece de autoeficacia, esa persona debe enfrentar este problema. Será útil que en su capacitación se tenga en cuenta que es esencial que los participantes creen en sus propias habilidades para manejar su situación de vida con el fin de tener una buena vida y dominar lo que la afecta. En primer lugar, debes tener confianza en tus propias habilidades para tener éxito en el mercado laboral:

Una discapacidad de aprendizaje o vulnerabilidad mental,
que afecta la creencia en las propias habilidades.



El Mercado Laboral del Participante

Consejos

- Puedes apoyar a los participantes para que adquieran una mayor confianza en sus propias habilidades y ayudarles a ganar confianza en su capacidad para manejar una situación difícil en la vida, guiándolos hacia:
- Experiencias exitosas;
- Ser modelos a seguir entre ellos en el grupo: los participantes ponen en práctica sus experiencias;
- Adquisición verbal de experiencias: reflejo y retroalimentación (logrados en la relación entre el entrenador y el participante); y
- Comprender las propias reacciones: instrucciones para la acción (obtenidas en la relación entre el entrenador y el participante).

Cuando una persona tiene un sentido de su "autoeficacia", refleja confianza en la capacidad de controlar su propia motivación, comportamiento y conciencia en la cohesión social, por ejemplo, en un entorno laboral. También le permite a la persona actuar en situaciones que afectan su vida.

Puede ser útil saber que:

La historia de vida y las experiencias previas de los participantes pueden influir en su capacidad para colaborar con otros y formar parte de la dinámica de un grupo.

La narrativa que domina la comprensión de la sociedad sobre cómo una persona con vulnerabilidad mental o dificultades de aprendizaje vive su vida puede tener un gran impacto en la imagen que tienen de sí mismos y en influir en la dirección negativa en su capacidad y oportunidad de conectar con otros.

El estudiante puede haber tenido experiencias en las que otras personas han tenido expectativas bajas sobre su futuro, no han tenido oportunidades iguales en el mercado laboral e incluso pueden estar cerca de rendirse en encontrar su camino en la vida.

Como resultado, es posible que experimentes diferentes reacciones de los participantes en el grupo, por ejemplo:

- Frustración
- Pena
- Impotencia

A través de un curso de formación, enfocarse en el éxito, las experiencias y recibir reconocimiento puede ayudar a tu estudiante a cambiar su forma de entenderse a sí mismo y comenzar a creer en la posibilidad de encontrar un lugar en el mercado laboral o en el empleo.

Organizar aprendizaje entre pares en tu capacitación puede ayudar al estudiante a alcanzar una mayor autoconciencia y permitir que los participantes sean modelos a seguir entre ellos.

Puedes implementar este enfoque en tu enseñanza en diversos contextos durante un curso de formación. Apoyará a los estudiantes para aprender cosas nuevas, pero a través de sus compañeros y no de ti. Es una forma de planificar tu enseñanza que permite que los aprendices se enseñen mutuamente de manera equitativa.

Puedes usar esta estrategia cuando desees fomentar la colaboración entre los estudiantes para que compartan sus conocimientos o experiencias entre ellos.

Los beneficios del aprendizaje entre pares en grupos de enseñanza:

- Cuando una persona es parte de un grupo donde los otros participantes tienen experiencias de vida similares, una relación equitativa contribuye a que los participantes aprendan unos de otros y despierta la reflexión de los participantes, brindando la oportunidad de mirar su propia situación y habilidades desde y a través de la reacción de los demás.
- La esperanza y la motivación pueden surgir al encontrarse con otros en la misma situación.
- Al utilizar este enfoque, un estudiante puede pasar de no poder tener ningún sueño laboral a atreverse de repente a soñar con ser autosuficiente y tener un trabajo por el que levantarse por la mañana.
- Estudios demuestran que el enfoque entre pares puede respaldar un proceso de recuperación en el cual se gana confianza en las propias habilidades para actuar en lo que uno debe hacer algo al respecto y manejar las demandas que enfrentan en la vida.

Conclusión

Este módulo proporciona al formador una mejor comprensión de lo que puede esperar al reunirse con los participantes de su grupo que se encuentran en una situación vital difícil o tienen problemas de aprendizaje. Este módulo presenta diferentes enfoques que un formador puede incluir de forma ventajosa a la hora de planificar un curso de formación o un curso impartido por un grupo cuyos participantes tienen problemas psicológicos o dificultades de aprendizaje.

Ahora has adquirido perspectiva sobre lo que puede afectar la capacidad de los participantes para recibir aprendizaje y cómo puedes manejar ese desafío al impartir un curso de formación.

Otras cuestiones relevantes

- Nuestra sociedad tiene que considerar la sostenibilidad como una inversión que puede verse como un coste a corto plazo, pero que genera muchas oportunidades de empleo y dinero a largo plazo.
- El empleo protegido es una posibilidad de estar en el mercado laboral con ayudas y planes compensatorios. Las personas con discapacidad pueden obtener ayuda de diferentes maneras para conseguir un empleo o estar en el mercado laboral con limitaciones debidas a su discapacidad.



2. EL FORMADOR

En esta parte del plan de estudios, proporcionaremos algunas herramientas para que el formador pueda crear el contexto de aprendizaje más idóneo. El comportamiento del formador tiene un gran impacto en el alumno y en su capacidad de aprender. Esta parte al formador cómo interpretar a los alumnos y su capacidad de aprendizaje. aprender.

Objetivos

Esta sección permitirá al formador :

- Cuestionar sus prejuicios;
- Ser consciente de sus puntos ciegos;
- “Leer el aula”; y
- Centrarse primero en el grupo y luego en el contenido.

Resultados de aprendizaje

- El formador aprenderá a adaptar el contenido a las necesidades de los participantes.
- El formador aprenderá que tener una vulnerabilidad mental o una discapacidad de aprendizaje puede afectar al efecto del aprendizaje en una situación de aprendizaje y obtener diferentes enfoques, y así apoyar mejor el aprendizaje de la persona a formar.

Contenido

"Los buenos instructores empiezan donde están los alumnos y no donde nos gustaría que estuvieran". - Dylan William, educador galés y profesor emérito de evaluación educativa en el Instituto de Educación de la UCL.

Trabajar con grupos especiales en los que los participantes tienen algún tipo de reto significa que el formador debe ser consciente de la posición de partida de cada participante, porque será diferente para cada uno.

Los alumnos del grupo tienen necesidades diversas: aprenden a ritmos diferentes y de formas diversas a lo largo de todo el proceso de aprendizaje en el curso de formación. Por lo tanto la forma más eficaz de apoyar a los participantes es mediante:

- Flexibilidad en los métodos
- La unión y la confianza entre los miembros del grupo
- Gestión
- Invertir tiempo en la capacitación de los individuos del grupo.

Consejos para el formador

Puede ser útil examinar o simplemente estar atento a la posición inicial de cada alumno del grupo. Es importante para el resultado de aprendizaje del curso de formación que el alumno pueda aprender de una forma ajustada a su persona. El aprendizaje es eficaz si los participantes experimentan y toman conciencia de cambios en su vida diaria al utilizar los conocimientos, las nuevas habilidades y las nuevas actitudes que han aprendido, porque cuando puedes transferir lo que has aprendido en el curso de formación a tu propia vida diaria es una prueba de aprendizaje.

Los enfoques pedagógicos utilizados por el formador pueden influir en lo que aprenden los participantes. Un formador que apoye y estimule el proceso de aprendizaje y ayude a los participantes a hacer frente a posibles resistencias en el proceso puede marcar la diferencia.

El trabajo como formador es diverso e incluye la capacidad de cambiar entre ser profesor, consultor, supervisor o guía para dar las mejores oportunidades de aprender y aumentar la inclusión social de los ciudadanos con dificultades de aprendizaje y vulnerabilidad mental.

La Zona de Desarrollo Próximo (ZDP) es un concepto clave de la teoría del aprendizaje y el desarrollo de Lev Vygotsky.

Se define como el espacio entre lo que un alumno puede hacer sin ayuda y lo que puede hacer con orientación o en colaboración con compañeros más capaces. En este espacio se sitúan las destrezas que son demasiado difíciles de dominar para el alumno, pero que puede dominar con la orientación de una persona experta. Por lo tanto, como profesor debes proporcionar tareas que estén justo fuera del rango de capacidad de los alumnos.





Consejos

Al enseñar a otra persona, el formador debe ser consciente de la posición de partida de los alumnos antes de la formación. Según la zona de desarrollo próximo, es importante que el preparador, al planificar la formación, tenga en cuenta el punto de partida del participante para aprender.

Si el formador se dirige a los participantes en el curso, puede resultarles útil saber por dónde puede empezar su aprendizaje y cómo puede obtener el alumno el mejor resultado.

Una persona con problemas como vulnerabilidad psicológica o dificultades de aprendizaje puede tener dificultades a la hora de aprender, necesita recordar algo o también puede que la persona aprenda cosas nuevas de formas diferentes y por eso puede ser útil, por ejemplo, ver un vídeo, probar cosas en la práctica y con sus propias manos o quizás el formador aprenda utilizando métodos más creativos como el dibujo.

Si un formador tiene dificultades para llegar a los alumnos del grupo, suele deberse a la falta de éxito en el pasado y a que algunos de los participantes pueden estar estancados en una mentalidad fija y tener experiencias previas que afectan al proceso de aprendizaje y a su posibilidad de aprender cosas nuevas durante la formación.

Si uno es consciente de esto como formador, puede tener más éxito a la hora de progresar con los alumnos. progresar con los alumnos. Se beneficiarán de la comprensión del concepto de mentalidad de crecimiento, lo que significa que los alumnos son capaces de mejorar sus capacidades para aprender cosas nuevas, pero depende de su nivel y ritmo.

Ejemplo de buena práctica:

DINAMO, una institución de aprendizaje no formal para adultos en una casa de cultura de Bélgica, no forma a sus voluntarios ni a los monitores de los cafés de reparaciones. Trabaja con quien venga a buscarlos y con lo que quieran aportar a DINAMO experiencia y competencias.

Ese es el punto de partida de DINAMO y de ahí parten en la cooperación con sus voluntarios. A menudo, sus voluntarios tienen una vulnerabilidad mental, por lo que en el enfoque, es importante servirles un espacio de aprendizaje seguro, un lugar donde se sientan cómodos y aceptados.

En DINAMO, ciudadanos en situación de vulnerabilidad colaboran con personas sin vulnerabilidad psíquica, a menudo jubilados. Cada uno tiene su propia razón para compartir su pasión en DINAMO.

DINAMO es muy consciente de no tener exigencias, por ejemplo, los voluntarios no tienen que seguir siendo voluntarios si no tienen tiempo para ello. Si un voluntario quiere desarrollar su compromiso como voluntario en DINAMO, se le motiva y apoya. Si no, tampoco pasa nada. Además, este enfoque les libera de presiones y eso es útil para algunos que no están en el mercado laboral.

Apoyo positivo ➤ expresar nuestra gratitud por lo que están haciendo ➤ un umbral bajo.

DINAMO se esfuerza por que el voluntario se sienta cómodo. Ofrece a todos la posibilidad de compartir.

Conclusión

Mediante el aprendizaje de algunas de las prácticas mencionadas anteriormente, DINAMO enseñará al formador a aprender un enfoque "ascendente", que no es directo y depende de las posiciones siempre cambiantes del formador.

El enfoque mencionado en esta sección puede suponer un cambio de mentalidad para algunos formadores, ya que puede ayudarles a trabajar con sus propios límites, puntos ciegos [1] y prejuicios.

[1]Materia o área en la que la capacidad de comprensión de alguien es débil o escasa. (<https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/blind-spot>)

3. COMUNICACIÓN

En esta sección del plan de estudios, le proporcionaremos las herramientas necesarias para mejorar su destreza comunicativa, tanto si está formando a otras personas como si simplemente interactúa en sociedad. Nuestros objetivos son claros: en primer lugar, te ayudaremos a evaluar y mejorar tus propias habilidades comunicativas. Después, nos adentraremos en los entresijos de convertirse en un formador más atractivo identificando los factores vocales que importan. La comunicación eficaz es una vía de doble sentido, que garantiza que su mensaje no sólo se transmita, sino que se comprenda.

Objetivos

- Mejorar sus habilidades de comunicación y conocer métodos útiles que pueden ser útiles para aplicar en su formación de los demás, y que archivar maneras de evaluar sus habilidades de comunicación actual.
- Enseñarle a identificar los factores vocales que contribuyen a ser un formador más atractivo.

Proceso de transmisión de información de una persona a otra, presentada de forma que el receptor comprenda las ideas, pensamientos, opiniones, conocimientos o datos. A cambio, el receptor recibe la información con claridad y propósito para que el mensaje sea recibido y comprendido. Cuando nos comunicamos eficazmente, tanto el emisor como el receptor se sienten satisfechos. La comunicación eficaz con los demás le ayudará a comprender cómo puede acercarse a los participantes del grupo y favorecer una comunicación más eficaz.

- Enseñarle a adquirir estrategias para comunicarse eficazmente en sociedad.

Resultados de aprendizaje

- Capacidad para comprender el proceso de comunicación, lo que será útil como formador.
- Enseñarle a adquirir estrategias para comunicarse eficazmente en sociedad.
- Ser capaz de comunicarse más eficazmente como formador.

Contenido

Puede ser útil ser consciente del entorno social del que se forma parte y responder con mayor precisión a cualquier estímulo nuevo siempre que se esté en una interacción social directa o indirecta. Se puede definir como una habilidad blanda cuando se tiene esa ventaja cuando se está en un contexto social, lo cual es un atributo ideal como formador.

Sería óptimo que esa fuera la principal forma de comunicación cuando se comparte y adquiere información. Es la forma de comunicación que se suele encontrar en la mayoría de las interacciones que tienen lugar en un aula y en la interacción docente.

El proceso de comunicación

La comunicación puede describirse como un proceso bidireccional, de ida y vuelta entre emisor y receptor;

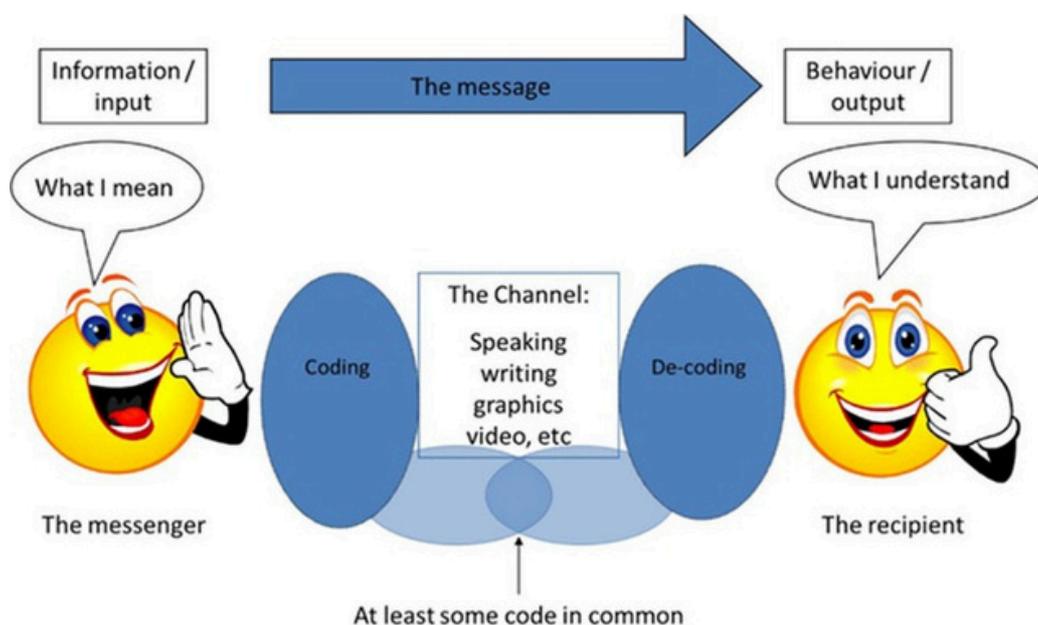
Envías un mensaje utilizando tu voz y señales no verbales.



La otra persona (el destinatario) escucha, interpreta y personaliza el mensaje. A continuación, se emiten comentarios verbales y no verbales.



Mientras el destinatario responde, tú (el emisor) escuchas la respuesta verbal y procesas las señales no verbales para evaluar cómo se ha recibido tu mensaje y comprender la respuesta del destinatario.



La comunicación puede ser verbal o no verbal

La comunicación verbal abarca el lenguaje hablado. A menudo se espera que un formador sea un comunicador eficaz y capaz de entender a sus alumnos. Esto implica ser capaz de ofrecer explicaciones claras de los temas de la lección, ayudar a los alumnos a expresar sus ideas y mejorar sus propias habilidades comunicativas, tener la capacidad de comunicarse con diferentes niveles de complejidad según las necesidades de los alumnos, aprovechar los silencios/pausas para animar a los alumnos a participar activamente en el aprendizaje. activamente en el aprendizaje. Todo ello con la ayuda de un lenguaje claro y conciso.

Consejos para usar la voz con más eficacia:

- Utiliza un lenguaje claro y conciso.
- Hable lo suficientemente alto para que le oigan.
- Varíe el ritmo de su presentación.
- Reduzca la velocidad en los puntos importantes.
- Utilice la pausa.
- Evite hablar con voz monótona.

Consejos para implicar a los participantes en un grupo:

- Haz todo lo posible por comprender al grupo destinatario y a quién estás formando.
- Preste atención a las señales no verbales que forman parte de la comunicación.
- Escucha atentamente y repite el mensaje que oyes para asegurarte de que has captado correctamente lo que se dice.
- Utiliza preguntas en tu comunicación con los participantes del grupo y deja tiempo para las respuestas.

Tenga en cuenta que puede formular preguntas abiertas y cerradas preguntas abiertas:

- Da lugar a más de un "sí" o "no" como respuesta.
- Suele empezar con "qué", "cómo", "cuándo" o "por qué".
- Ayuda a estimular el pensamiento y la toma de decisiones.
- Fomenta el debate.

Preguntas cerradas y directas:

- Mienten a una simple respuesta de "sí" o "no" y llegan a un hecho en respuesta a una pregunta,
- Suelen empezar con "es", "puede", "cuántos" o "hace".
- Son preguntas que se pueden utilizar si se quieren poner hechos sobre la mesa en la conversación o si hay que poner fin a una discusión.

La comunicación no verbal es una transferencia de información que tiene lugar mediante el lenguaje corporal (contacto visual, expresiones faciales, gestos, etc.). Es una información que puede desempeñar un papel importante a la hora de apoyar el mensaje que se transmite. Es un canal a través del cual nos comunicamos, que nos da información sobre cómo se siente la persona (destinatario o emisor) y cómo se recibe la información.

Por lo tanto, es una forma de comunicación que desempeña un papel en la percepción y la adaptabilidad del profesor en la lección individual hacia los alumnos y suele ser un factor importante que refleja el compromiso del alumno con la lección y con su relación con el formador. Un ejemplo: Un formador que, en una situación de enseñanza, no mire a los alumnos a los ojos, probablemente será percibido como menos accesible, ya que no está presente de forma no verbal en su comunicación con el alumno.

Adaptar los estilos de comunicación a las necesidades del grupo/alumnos.

Un formador se beneficiará de poder cambiar la forma de dirigirse a sus alumnos y conseguir así un mayor impacto del aprendizaje. Puede hacerlo...

Teniendo en cuenta que los alumnos aprenden a ritmos diferentes y que cada alumno tiene una formación académica distinta, estas diferencias pueden dar lugar a una necesidad específica y el formador debe adaptarse a cada alumno. Algunos alumnos pueden ser incapaces de aprender una materia tan rápidamente como otros. Para que el formador pueda mitigar las dificultades que tiene un alumno, debe desarrollar diferentes estrategias/enfoques para garantizar que todos los alumnos puedan aprender las materias y alcanzar los objetivos de la lección.





Entender que los grupos con vulnerabilidad mental y dificultades de aprendizaje en particular pueden requerir enfoques de comunicación diferentes y adaptados.

Los grupos en los que haya participantes que no dominen el idioma utilizado en la enseñanza del curso pueden requerir que el formador utilice conceptos y puntos que puedan dividirse en segmentos más ligeros sin necesidad de utilizar un lenguaje técnico muy específico. Algunos grupos pueden requerir que se utilice un enfoque más práctico en la enseñanza del contenido del curso. Esto requiere que usted, como formador, utilice diferentes enfoques en su comunicación de los materiales de la lección, por ejemplo:

- Puedes ser consciente de utilizar el lenguaje inclusivo.

Comuníquese con respeto:

- No grites a una persona con discapacidad auditiva.
- Intenta identificarte con las personas con discapacidad visual. Por ejemplo, pueden necesitar audio descripción cuando se proyecta un vídeo.
- Si el discurso no es claro, puede ser necesario pedir educadamente a la persona que repita lo que ha dicho.
- Colóquese a la altura de los ojos del alumno.

Estrategias para mejorar la comunicación con participantes de distintos orígenes culturales:

- Intente acercarse a sus alumnos con interés y franqueza.
- Hable despacio y con claridad.
- Si es necesario, pida a los alumnos que repitan su pregunta y asegúrese de que usted la entiende claramente.

Conclusion

Cuando se comunica de forma más eficaz con los alumnos del grupo, significa que se comunica con todos los participantes del grupo que sigue el curso de formación. El grupo puede incluir:

- Personas de diferentes edades y orígenes culturales;
- Personas con requisitos de acceso para poder participar y necesidades funcionales que deben tenerse en cuenta, por ejemplo: discapacidades que afectan a la audición, la visión, el habla, el procesamiento cognitivo y la movilidad; capacidades lingüísticas limitadas, limitaciones de alfabetización y dificultades de aprendizaje;

Comprenda las NECESIDADES de sus participantes:

- Es necesario familiarizarse con el grupo destinatario del curso de formación en su grupo de participantes.
- Sea consciente de la variedad de participantes con diferentes idiomas, formas de comunicarse y tradiciones.
- Facilite los debates y las conversaciones y guíe la toma de decisiones mediante técnicas de cuestionamiento consciente.
- El éxito de la comunicación es complejo.
- Estructure la presentación de su material didáctico a los participantes, ya que le permitirá expresarse de forma concisa.
- La claridad en su forma de comunicación, tanto verbal como no verbal, es un factor crucial para el éxito de la comunicación. Puede prescindir de detalles innecesarios y del uso de jergas, refranes y acrónimos.
- Puedes optar por transmitir tu mensaje a través de diferentes medios.



4. LA RELACIÓN ENTRE EL FORMADOR Y EL ALUMNO

Este módulo proporcionará al formador herramientas concretas para apoyar su papel de formador en su relación con los alumnos y comprender lo que constituye una gran parte del éxito de una formación. Ayudará al formador a tomar conciencia de su papel como formador y de las muchas expectativas que pueden depositarse en su posición.

Objetivos

- Establecer una relación positiva entre el formador y los alumnos.
- Establecer una base para una interacción significativa entre el formador y los alumnos.
- Crear un entorno de aprendizaje propicio.
- Mejorar la comprensión de las necesidades y perspectivas.
- Fomentar la confianza y el aprendizaje seguro, proporcionando un entorno en el que los alumnos se sientan cómodos para expresar sus pensamientos e ideas.

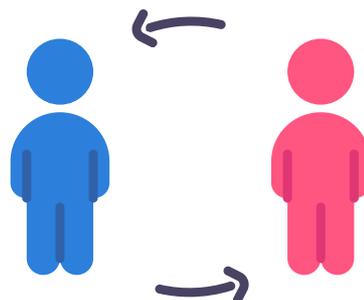
Resultados de aprendizaje

- Nuevos conocimientos y habilidades en relación con su papel como entrenador
- Aprenderás lo que ayuda a estructurar un curso de formación para que lo completes con más seguridad
- Qué puede hacer para completar un taller activo.

Contenido

Profundizar en el concepto de aprendizaje en este plan de estudios:

WHAT IS TRAINING ?



La transmisión de conocimientos e información, mediante la palabra, la escritura u otros métodos de demostración, con el fin de desarrollar las aptitudes y competencias del alumno.

Una formación eficaz se distingue porque...

- Permite a los participantes completar los objetivos de aprendizaje asignados para la enseñanza.
- Es atractiva
- Está bien diseñada
- Un formador eficaz apoya un buen taller cuando consigue
- Facilitar el aprendizaje y hacerlo divertido
- Establecer objetivos de aprendizaje claros para la persona a formar
- Ser comprensivo y empático
- Estar disponible verbal y no verbalmente

La Organización Mundial para el Aprendizaje, la Educación y la Formación en Bioinformática (GOBLET) ha compilado una matriz de las competencias que debe tener un profesor para que pueda llevar a cabo una buena labor docente:

Matriz de competencias

Capacidad de comunicación verbal
Capacidad de comunicación escrita
Capacidad de presentación



Planificación de sesiones
Planificación del plan de estudios
Gestión de eventos

Conocimiento de la materia
Conocimiento de las aplicaciones de usuario
Conocimiento de la metodología

Flexibilidad en la impartición
Empatía con los alumnos
Comprensión y conocimiento de los alumnos

Fuente: Organización Mundial para el Aprendizaje, la Educación y la Formación en Bioinformática (GOBLET)

Un punto importante en lo que constituye una buena enseñanza y que es de gran importancia para su papel como formador:

Dado que la transferencia de conocimientos y la garantía de que los alumnos adquieren nuevas habilidades es uno de los principales objetivos de la educación, según la matriz anterior, esto significa que usted, como formador, necesita tener acceso a material didáctico pertinente, ipero ante todo debe tener en cuenta las relaciones interpersonales!



Evolucionar el papel de tu entrenador



Para situar el elemento humano en el centro de la formación, es importante adoptar una postura de facilitador, además del papel de mero experto. Un formador debe asegurarse de que cada alumno se sienta estimulado y tenga la oportunidad de expresarse, intercambiar y colaborar con sus compañeros durante el proceso de aprendizaje.



Crear cohesión dentro del grupo



Ofrezca un rompehielos en cada sesión, sobre todo al principio de una sesión de formación, para crear vínculos entre los participantes y darles la oportunidad de conocerse. Incluya ejercicios de colaboración para que los participantes puedan colaborar, ser proactivos y enriquecer su experiencia. Esto ayudará a crear un sentimiento de grupo y pertenencia.



Fomentar la relación con los alumnos



Es esencial estar disponible para los alumnos durante todo el curso. Debe estar disponible para responder a las preguntas de los alumnos durante las sesiones presenciales y a distancia.



Saber escuchar



Los formadores deben estar atentos a los comentarios de los alumnos, ya se dirijan entre ellos o al formador. Todos los comentarios y críticas pueden servir para mejorar la formación, así como para mejorar las relaciones humanas en la formación.

Consejos para completar un taller con éxito:

Si es posible, deje que la persona que aprende se ponga en acción y se mueva físicamente, ya que esto puede ayudar a afianzar el aprendizaje y estimular la atención.

Está demostrado que aprendemos mejor mientras nos divertimos que cuando experimentamos.

Por lo tanto, es relevante incluir enfoques en el aprendizaje que involucren a los participantes a través de actividades y talleres para tener éxito con el aprendizaje en un curso.

Hay dos métodos que puede ser útil conocer:

El método demostrativo: Se presenta un proceso y se explican los pasos necesarios para conseguirlo, detallando qué hacer, cómo hacerlo y por qué. Los alumnos aplican y repiten los pasos con las mismas técnicas que el formador para experimentar el proceso.

Es un método muy utilizado en las tutorías, ya que requiere una demostración para ser utilizado en una situación de enseñanza. Es un método afirmativo con 3 pasos:

- Mostrar lo que tiene que hacer el que va a aprender.
- Hacer que el que va a aprender realice la actividad y así la experimente.
- Hacer que el que va a aprender diga algo sobre la actividad para que el que va a aprender pueda expresar con palabras lo que ha experimentado al realizar la actividad.

El "método del descubrimiento": En este enfoque metodológico se empieza con la persona que va a aprender y se crea el marco, se dan instrucciones, se acompaña, se guía y se anima. El enfoque del método activo cambia significativamente los papeles del formador y de los alumnos, y va en contra de muchos de los enfoques pedagógicos existentes, que a menudo ven el aprendizaje como un camino del profesor al que tiene que aprender, por ejemplo, la enseñanza presencial en una pizarra.



Es un enfoque metodológico que se construye sobre la base de que el conocimiento se construye a lo largo del camino en un contexto de aprendizaje y no algo que esté predeterminado. El aprendizaje se establece a través de la acción que activan el formador y el alumno. Cuando el formador establece la oportunidad para la acción, el alumno tiene la oportunidad de participar en la reflexión que sigue a la actividad.

Durante un curso de formación, cuando se utiliza el enfoque activo, por ejemplo en forma de estudios de casos, juegos de rol o proyectos en grupo. El enfoque no se basa en que el profesor o voluntario imparta necesariamente todos los conocimientos y a menudo se limita a actuar como guía o instructor. La intervención del profesor en el proceso de aprendizaje es limitada, ya que su papel consiste en guiar al alumno hacia la adquisición de conocimientos permitiéndole cometer errores y por ensayo y error.

Conclusión

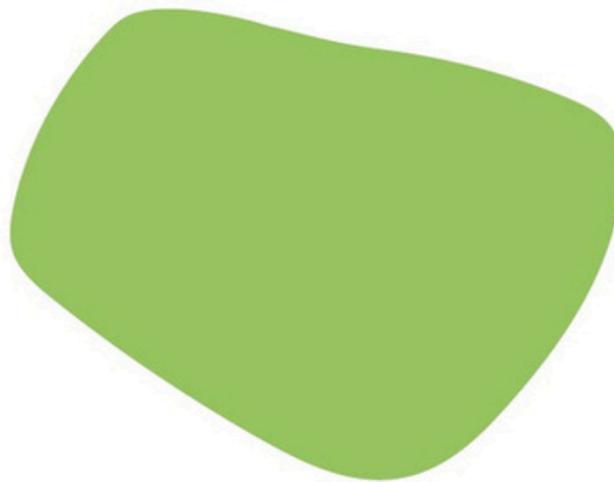
Para organizar una enseñanza con éxito, deben cumplirse varios requisitos, que son importantes tanto para el profesor como para el alumno.

Los conocimientos y las destrezas pueden adquirirse de tres formas distintas si el alumno está:

- Se automotiva en el proceso. Esto se denomina "motivación intrínseca para el aprendizaje" y significa que los alumnos están motivados porque se sienten satisfechos de hacerlo, no por una recompensa o cualquier otro factor externo que pueda afectarles;
- Implicados en un aprendizaje colaborativo o cooperativo;
- Participan en un proceso de experiencia de acción y pueden probar y validar o invalidar sus hipótesis en tiempo real o debatiéndolas con los demás alumnos.

Al planificar un curso de formación, es importante que el profesor

- Garantice de antemano un buen entorno de aprendizaje en la medida de lo posible;
- Se centre en el contenido de la formación en función de las necesidades y retos actuales de los participantes. de los participantes;
- Aplique enfoques que aprovechen los conocimientos y la experiencia de los participantes;
- Intente que la enseñanza sea flexible y deje margen para cambios sobre la marcha.



5. EL GRUPO Y EL CONTEXTO

Este módulo proporcionará al formador una comprensión del grupo y de su contexto. De este modo, se pretende ofrecer una visión global para poder afrontar los diferentes retos posibles.

Objetivos

- Identificar las herramientas que pueden utilizarse para reconocer posibles enfoques en participantes con diferentes discapacidades físicas o mentales.
- Identificar qué debe tenerse en cuenta a la hora de planificar un curso de formación dirigido a un grupo.
- Saber por qué el entorno (de aprendizaje) es importante durante una sesión de formación.

Resultado de aprendizaje

- Se adquieren conocimientos sobre la necesidad de que el profesor se relacione con las consideraciones que pueden tenerse en cuenta en un contexto de grupo.
- Acceso a consejos con enfoques que puede utilizar para favorecer un entorno (de aprendizaje) óptimo y un buen ambiente.

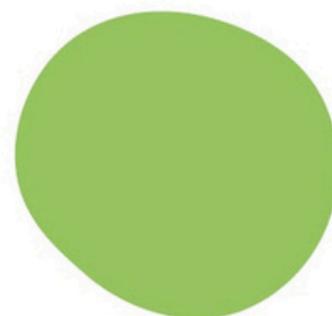


Contenido

Como formador, ¿cómo puede trabajar con grupos formados por alumnos con discapacidades físicas o psíquicas?

He aquí algunas características y consejos que puede tener en cuenta cuando tenga que plantearse su enfoque como formador en un grupo con participantes que tengan una discapacidad física o mental:

- Sé consciente del contacto que tienes con el participante en la clase y trata a la persona con respeto y dignidad. Tendrás prejuicios y actitudes predeterminadas, así que intenta sentir curiosidad por los de los participantes para comprender la situación de la persona. Más información sobre el tema de la comunicación.
- Es importante cómo te dirijas -verbal y no verbalmente- a la persona que participa en el grupo. Un participante puede llevar a su acompañante al curso de formación y, en ese caso, recuerde que esa persona es su ayudante y que, por lo tanto, no es al acompañante a quien debe dirigirse, sino al participante en el curso de formación.
- Recuerda que la persona con problemas es siempre la más indicada para informar sobre sus propias necesidades y sobre cualquier consideración o ayuda que pueda necesitar en una situación determinada.
- Por lo tanto, pregunte al participante en lugar de pensar que usted, como entrenador, tiene la respuesta.
- Tenga en cuenta que cada participante es un individuo y que, aunque tenga la misma discapacidad física o mental, implica una consideración a distintos niveles funcionales y en distintas situaciones, según la persona con la que se encuentre.
- Busque en el manual y obtenga ayuda con actividades que pertenezcan al tema del grupo destinatario para centrarse en las posibilidades de la persona y no en sus limitaciones. También podría ayudar a aumentar la autoestima de los participantes en beneficio de su capacidad para acceder al mercado laboral. Las actividades prácticas centradas en su desarrollo personal ayudarán a promover y animarles a expresar sus propios puntos de vista y a enseñar a los participantes que su opinión, sus capacidades y su participación en la sociedad tienen valor!



Improved self-esteem offers the prospect of being included as a person with a physical or mental disability in society



Mayor valor/voluntad/responsabilidad/resiliencia/autoconciencia



Aumentan las oportunidades del participante de obtener un puesto en el mercado laboral.

Físico

La sala que se utilice para el curso de formación debe ser accesible para las personas con problemas de movilidad debido a una discapacidad, el tamaño de la sala debe adaptarse al número de participantes y contener las medidas necesarias para garantizar la seguridad física de los participantes y evitar así lesiones profesionales durante la formación.

Psíquico

El bienestar de los participantes es crucial para la capacidad del alumno de concentrarse, comprender, interactuar con los demás y gestionar la regulación de las emociones.

Puede afectar a la capacidad de reflexionar y tomar decisiones acertadas, reducir la motivación para participar e implicarse en el proceso de formación y la capacidad de responsabilizarse del propio aprendizaje. Aquí, como formador, puedes ayudar a garantizar un entorno de confianza y seguridad. Lea más sobre las posiciones que puede adoptar en el grupo para apoyar un buen entorno (de aprendizaje) en el tema de posicionamiento como formador.

Sus responsabilidades como formador:

Desgraciadamente, no es posible identificar cuándo un entorno (de aprendizaje) es óptimo, ni siquiera cuando es facilitado por profesionales. Sin embargo, hay una característica central que se repite cuando las personas inteligentes investigan qué elementos son necesarios para establecer una buena enseñanza y es que uno posee la capacidad de ser afectuoso en su enfoque, como formador en un curso de formación y, por tanto, puede establecer una relación auténtica con el participante.

Por lo tanto, no se puede mencionar demasiado poco: Siente curiosidad por la historia y el bagaje cultural del participante. No dude en hacer preguntas y muestre empatía en la medida de lo posible.

Si quieres crear un buen entorno (de aprendizaje), también te vendrá bien tener en cuenta lo siguiente:

Sea consciente de la planificación del curso de formación y prepárese, si es posible, para las fases del proceso de enseñanza por las que pasarán los alumnos a lo largo del curso, porque le beneficiará ser cuidadoso en todos los pasos y decisiones que tome antes del curso de formación, pero también ser consciente de la necesidad de cambios en el proceso.

Es posible que haya que gestionar conflictos y que se le asigne el papel de solucionador de conflictos entre dos participantes.

Es tu responsabilidad garantizar un espacio seguro. Más información en las secciones 5 y 6.



Conclusión

Cuando hablamos del entorno (de aprendizaje), nos referimos a todo lo que nos rodea tanto física como mentalmente. Por lo tanto, son muchas las cosas que deben confluír para establecer un buen entorno (de aprendizaje), ya que se trata de un espacio en el que tiene lugar la interacción entre los participantes y, por lo tanto, en la sala están presentes al mismo tiempo el aprendizaje teórico y el desarrollo personal. Esto puede crear conflictos.

Nuestras opciones para interactuar con ella y adaptar nuestras vidas dependen de cómo esté configurada. Es el principal regulador de nuestras habilidades o carencias competenciales.

Un buen entorno (de aprendizaje) puede ayudar al participante a aprender de forma más óptima o viceversa, si no es óptimo, el alumno se ve considerablemente limitado. Ahora que ya te ha quedado claro que el entorno (de aprendizaje) está formado por todo lo que está presente física y mentalmente en una sala, también se puede articular más como lo tangible en forma de; cosas, como muebles, pizarra, una silla de ruedas y personas; y lo intangible: bagaje cultural, nivel de educación, pensamientos, normas, legislación, relaciones sociales.

Las capacidades y limitaciones de las personas aumentan o disminuyen en función del entorno (de aprendizaje) en el que se encuentran.

La inclusión de las personas con discapacidad física o mental en la sociedad es un reto difícil. Un comienzo para mejorar la incubación de las personas con discapacidades físicas o mentales puede ser mejorar la construcción de entornos (de aprendizaje) accesibles para las personas con discapacidades físicas y mentales.



6. EL ESPACIO FÍSICO

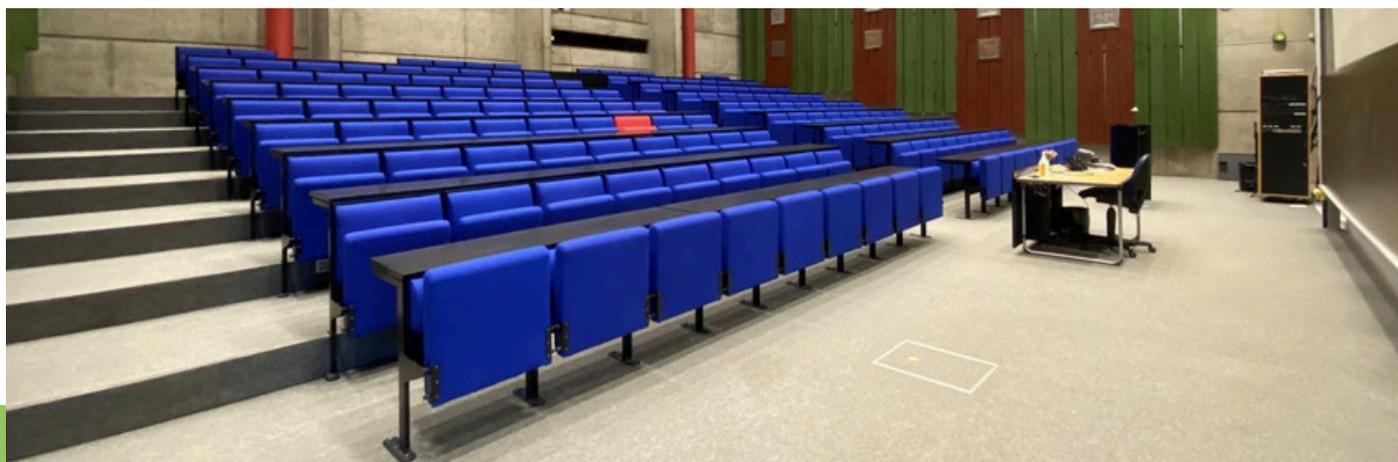
El objetivo general de este módulo es introducir a los formadores voluntarios en el concepto de accesibilidad del espacio físico y lo que este concepto implica. Se centra en presentar qué es un espacio físico así como sus características. Se pasa después al concepto de accesibilidad como cuestión relacionada con el espacio, seguido de un análisis de qué es exactamente importante y por qué. También se ofrecen recomendaciones sobre cómo lograr la accesibilidad.

Objetivos

- Comprender el concepto de accesibilidad y lo que significa tener accesibilidad en el espacio físico.
- Adquirir una visión general de las oportunidades que existen en el espacio físico cuando se organiza una sesión de formación/taller presencial para que sea accesible a todos los participantes, incluidas las personas con discapacidad.
- Adquirirá conciencia sobre los diferentes aspectos de la accesibilidad que existen cuando se lleva a cabo una sesión de formación/taller. Obtendrá consejos y ejemplos concretos para organizar mejor una sesión de formación/taller integrador.

Resultados de aprendizaje

- Aprender a reconocer y recordar las oportunidades de accesibilidad en el espacio físico.
- Herramientas para definir los parámetros significativos de una sala que deben tenerse en cuenta para lograr la plena accesibilidad en la sala donde se impartirá el curso de formación.
- Adquirir conocimientos sobre formas útiles de orientar, señalar, presentar, prevenir problemas acústicos o desarrollar un material didáctico utilizable y compatible con las necesidades de los alumnos a la hora de diseñar una sesión de formación/taller accesible.



Contenido

HACER ACCESIBLE EL CURSO DE FORMACIÓN



¿POR QUÉ ES IMPORTANTE?

La disposición del espacio físico de una sesión de formación / taller es muy importante, ya que puede influir en la experiencia de aprendizaje de los participantes y en la oportunidad de aprender. Por lo tanto, el formador puede preparar ventajosamente la disposición del entorno físico de la sesión de formación / taller, para que los alumnos puedan disfrutar del proceso de aprendizaje y centrarse en el contenido de la sesión de formación / taller en lugar de utilizar sus recursos en resolver problemas que reducen su capacidad de concentración. En la evaluación del taller puede ser útil incluir una valoración de la disponibilidad de espacio físico a la hora de organizar la sesión de formación/taller para aprender de los participantes.

¿QUÉ SE PUEDE HACER?

Para que todos los participantes sean accesibles, es importante no sólo tener en cuenta las instalaciones que debe poder ofrecer el edificio, sino también qué instrucciones hay que dar sobre cómo encontrar y llegar al lugar donde tendrá lugar la sesión de formación o el taller.

Al dar las instrucciones, tenga en cuenta que puede ser necesario considerar de qué manera el contenido estará a disposición de todos los participantes en cuanto al contenido y la forma en que se comunicará. Por lo tanto, a la hora de diseñar la guía, es posible que desee incluir elementos visuales y tratar de ser lo más específico posible (por ejemplo, tome el otro camino a la derecha. Camine 50 pasos y luego gire a la izquierda en la carretera).

Si es posible, puedes proporcionar un enlace en Google Maps. Recuerde que puede proporcionar otros detalles valiosos, como opciones de aparcamiento fuera del edificio o cerca de él. Así que sea muy específico en sus indicaciones siempre que pueda.

¿QUÉ ES IMPORTANTE?

Cuando pongas el lugar de la formación a disposición de los participantes, no se trata sólo de las instalaciones que debe poder ofrecer el edificio, sino también de las indicaciones sobre cómo llegar al lugar donde tendrá lugar la sesión de formación/taller.

Asegúrese de que el camino hasta la entrada del lugar de celebración esté libre de obstáculos o bien bien bien señalizado para que a los participantes les resulte fácil evitarlos. Si hay cristales transparentes en la puerta del edificio, puedes colocar marcas para que las personas con deficiencias visuales puedan ver que hay un cristal y evitar así posibles lesiones. Revise el recorrido desde la entrada principal del edificio hasta las principales zonas que los participantes deben poder encontrar, como la sala donde tendrá lugar la sesión de formación/taller, los aseos y la zona de pausas para el café. Asegúrese de que el itinerario esté libre de obstáculos. Utilice marcas de alto contraste y señales grandes para las rutas y escaleras que utilizarán los participantes. Puede ser beneficioso dar a los participantes una descripción de cómo encontrar el camino dentro del edificio, por ejemplo, utilizando un mapa.

Si es posible, puedes acompañar a los participantes, por ejemplo, a la zona de descanso.

En el aula, puedes prestar atención, por ejemplo, a la pizarra blanca y marcarla con un marco de color alrededor para que los participantes puedan mirarla más fácilmente si está colocada en una pared blanca. Los rotuladores a los que tengas acceso también puedes utilizarlos para crear un contraste con la pizarra y que los participantes puedan leer las letras. Los reflejos de la luz también pueden afectar a la visibilidad en la pizarra.

Permita que los participantes elijan su asiento en función de sus necesidades visuales o auditivas. Tenga cuidado con el lugar que ocupa el entrenador en la sala, ya que las expresiones faciales son cruciales para las personas con deficiencias auditivas. El tutor debe evitar situarse frente a las ventanas, ya que los participantes podrían no verle la cara con facilidad.

La iluminación de la sala también es un factor importante. Hay que asegurarse de que la iluminación sea uniforme. Ten en cuenta también los cambios en las condiciones de iluminación a lo largo del día (mañana, tarde, noche).

En cuanto al ruido, asegúrate de que no haya ruido de fondo, que los participantes que utilicen ayudas para la lectura/interpretación de audio dispongan de auriculares para no molestar a los demás y, si la sala es grande, utiliza micrófonos y altavoces.

Cuando elabore materiales de formación, considere la posibilidad de proporcionárselos a los participantes en distintos formatos (impreso, letra grande, audio, Braille) para satisfacer sus diferentes necesidades. Puedes investigarlo de antemano al inscribirte en el curso o taller de formación.

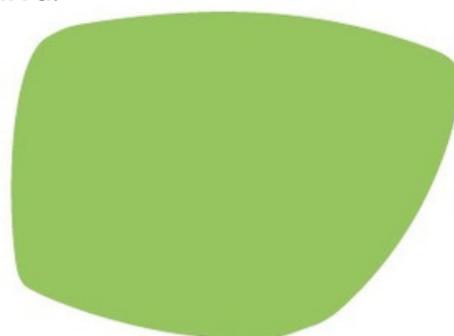
La mayoría de los participantes con discapacidad visual pueden leer texto impreso en papel si el contraste es bueno, si el tamaño de las letras es grande y el tipo de letra utilizado es Sans-serif. Algunos programas pueden leer textos escaneados (no una imagen de un texto). Utiliza el color blanco y negro para tus textos, evita la cursiva y las mayúsculas, y presta atención a la distancia entre líneas. Si tu texto está en formato digital, es de gran ayuda para quienes utilizan lectura en pantalla que estructures bien el texto y utilices tablas de contenido y encabezados. Para los textos en línea, puedes utilizar fuentes como Verdana, Tahoma y Trebuchet MS, que están especialmente diseñadas para su lectura en pantalla.

Permita que cada participante elija su propio asiento en función de su pérdida visual o auditiva.

Presta atención a dónde te colocas tú, como formador, en la sala, ya que las expresiones faciales y la lectura pueden ser de gran importancia para un participante con discapacidad auditiva o visual.

Les harás un gran favor a los asistentes si evitas colocarte frente a una ventana, ya que puede dificultar que vean y lean tu cara.

Durante el taller, es de gran ayuda que tengas la oportunidad de utilizar los nombres de los participantes para que sepan a quién te refieres. Pasad un rato juntos y haced etiquetas con los nombres para tenerlas en la mesa o para la blusa. Así, un participante con discapacidad visual entenderá más rápidamente que te estás dirigiendo a él. Una estrategia útil para impartir formación a participantes con discapacidad es leer en voz alta lo que escribes en la pizarra para que los invidentes, por ejemplo, puedan seguirte y ser consciente del uso de preposiciones para que un participante con ceguera pueda entender dónde le estás señalando o dirigiendo en la pizarra.



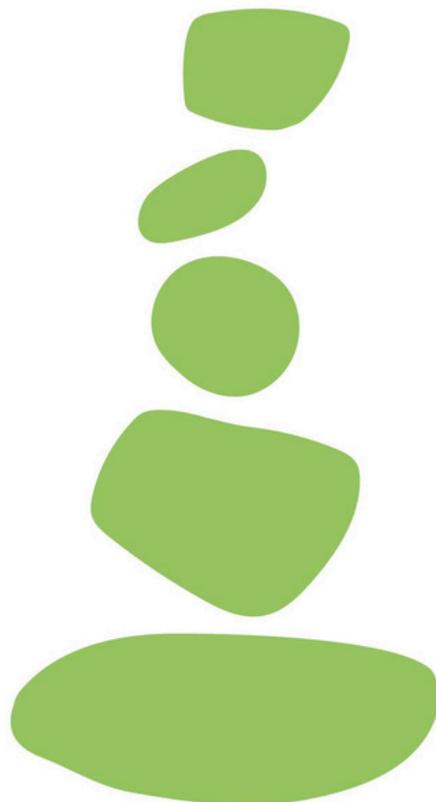
Conclusión

Ahora eres capaz de reconocer las oportunidades para aumentar la accesibilidad en el espacio físico y evaluar las acciones útiles que pueden iniciarse para que la sesión de formación/taller sea más accesible para el participante con discapacidad. Ahora también eres capaz de aplicar enfoques compatibles con las necesidades de los participantes, de forma que puedas preparar cursos/talleres de formación personal prácticos y atractivos.

Otros temas relevantes

Preparación previa al curso de formación/taller

- Familiarícese con la sala donde tendrá lugar la sesión de formación/taller, así como con sus necesidades para aumentar la accesibilidad de los participantes (por ejemplo, escaleras/ascensores, condiciones de iluminación, etc.).



PARTE 2

CONOCIMIENTOS Y COMPETENCIAS TÉCNICAS



Introducción al reciclaje y al upcycling

En el reciclaje, los objetos se transforman en materiales básicos (por ejemplo, metales fundidos) y luego esos materiales se utilizan para fabricar los mismos productos (como una lata de bebidas) u otros productos del mismo material (como un producto hecho de plástico). Algunos materiales pueden ser 100% reciclables, mientras que otros se descomponen en el proceso.

El upcycling es una actividad en la que se crean artículos como muebles, ropa y otros utilizando materiales usados que han perdido su valor. El upcycling consiste en dar una finalidad nueva/renovada a un artículo usado, ya sea utilizándolo para un fin distinto al previsto originalmente o reutilizándolo tras algunos cambios (en el caso de los muebles, por ejemplo, lijándolos/repintándolos).

La principal diferencia está en el proceso:

El reciclaje requiere que los materiales se conviertan de nuevo en materias primas y sólo entonces se reciclen (también conocido como downcycling). El upcycling consiste en dar un nuevo uso a los objetos sin necesidad de "destruirlos" en sus componentes básicos.



La siguiente tabla muestra la diferencia entre ambos procesos:

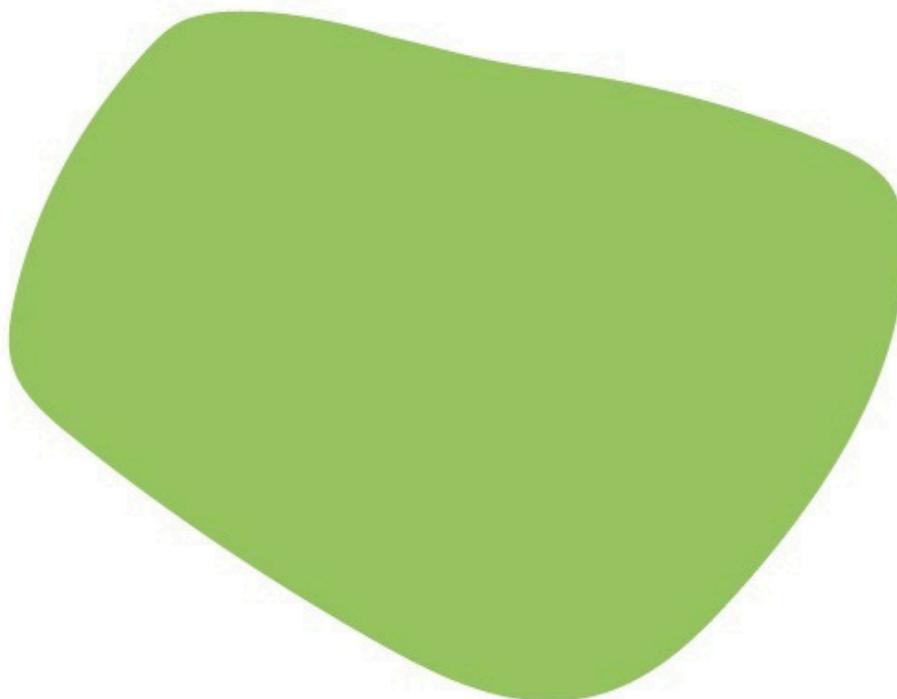
RECICLAJE	REUTILIZACIÓN
El reciclaje consume una cantidad cantidad de energía en su proceso debido a actividades como el transporte, la limpieza, la clasificación, la fusión, la purificación, la granulación y la extrusión.	La reutilización consume relativamente poca energía, ya que los procesos implicados suelen incluir únicamente la limpieza y el montaje/desmontaje de piezas.
Los productos reciclados, como los plásticos, suelen ser de menor calidad que los que utilizan materiales vírgenes debido a la contaminación y a una separación poco eficaz.	Los productos reciclados suelen ser de calidad similar o superior a los que utilizan materiales vírgenes.
Un aspecto del reciclado es la recuperación de energía, que puede producir residuos tóxicos.	Produce una cantidad significativamente menor de residuos tóxicos.
El proceso de reciclado es relativamente sencillo.	El proceso puede ser muy complicado debido a la naturaleza extremadamente variada y disímil de los materiales de desecho.
El reciclaje puede aplicarse a una gama más amplia de materiales, como plásticos, metales y papel, ya que los residuos pueden descomponerse en formas más simples.	El upcycling tiene un ámbito de aplicación limitado, ya que los materiales de desecho deben considerarse "tal cual" y no como los materiales de los que están hechos.
El reciclaje puede hacerse a gran escala, ya que cuenta con una infraestructura establecida para recoger, descomponer y reutilizar los materiales reciclados.	Está aún en una fase de subdesarrollo y le queda mucho camino por recorrer en lo que respecta a la cadena de suministro, la creación de redes y la fabricación a granel.
Gran parte del proceso de reciclado puede beautomatizarse.	El upcycling es difícil de automatizar porque los nuevos productos suelen ser únicos.
There is a readymade market for recycled products.	Los productos reciclados no son tan viables para la producción comercial como los productos reciclados.

Recuerda:

Dado que reciclar y/o upcycling (reutilización) tiene tantas ventajas, no hay razón para elegir uno u otro.

Sin embargo, ten en cuenta que no todos los objetos pueden reciclarse. Dependiendo de tu creatividad, puede que te resulte difícil pensar en nuevas formas de reciclar ciertos objetos que ya no necesitas. Cuando esto ocurra, en lugar de tirar el objeto a la basura, puedes intentar reciclarlo y darle otro uso. Las personas creativas pueden, por ejemplo, convertir una silla inservible en una joya que alguien amará y apreciará.

También es popular y la gente se aprovecha de este nuevo fenómeno. Permite a la gente aprender y conservar sus objetos domésticos favoritos y convertirlos en tesoros para sí mismos o para sacarles provecho. A medida que esta nueva actividad se generaliza, el verdadero beneficio es que reduce la contaminación y los residuos, además de devolver la vida a materiales utilizables y reducir la cantidad de residuos que llegan a los vertederos.



I. RECICLAJE Y REUTILIZACIÓN TEXTIL

Objetivos

- Comprender el concepto de "residuo" y de "residuo textil".
- Identificar qué tipos de prendas de vestir pueden ser objeto de "upcycling" (reutilización).
- Identificar las etapas por las que puede pasar una prenda de vestir.
- Desarrollar habilidades para reciclar la ropa.
- Aprender por qué reciclar la ropa es importante para el medio ambiente y sus beneficios.
- Comprender por qué la reutilización de la ropa es la próxima gran novedad en moda y negocios sostenibles.

Resultados de aprendizaje

Se espera que seas capaz de:

- Comprender la importancia de la ropa reciclada.
- Identificar los beneficios del reciclaje textil y del upcycling de ropa.
- Ser capaz de reconocer la importancia del upcycling de ropa.

Contenido

¿Qué es la ropa reciclada?

La moda rápida ha sido el catalizador de un problema que lleva tiempo gestándose en la industria textil.

Debido al aumento de las ventas per cápita en los países desarrollados y a la expansión mundial de la población de clase media en los últimos 15 años, la producción de ropa prácticamente se ha duplicado.

El upcycling (reutilización) de ropa es una estrategia para detener el ciclo de residuos y daños medioambientales. El upcycling de ropa puede consistir en acicalar una prenda y darle un nuevo aire. También puede consistir en combinar varios tejidos para crear una prenda totalmente nueva.

Por ejemplo, se pueden pintar unos vaqueros viejos para crear un par reciclado, o se pueden desmontar y volver a montar para hacer una colcha vaquera. Si le interesa aprender a poner en marcha un negocio de upcycling, existen numerosas oportunidades para usted.

Por ejemplo, puedes volver a montar una prenda antigua para formar una bolsa de viaje o pintarla o bordarla para crear una versión actualizada del original. Se confeccionan prendas nuevas a partir de otras viejas. Los vestidos se convierten en camisas, los pantalones en bufandas y las simples camisetas de algodón en elegantes tops.

Incluso algunas baratijas, herramientas o basura reutilizadas se emplean para crear ciertos artículos de moda upcycled. Con tantas alternativas, no es difícil imaginar un pequeño negocio que sólo venda ropa reciclada. Una persona con talento en el sector del upcycling podría incluso lanzar su propia marca.

¿Qué son los textiles reciclados?

En los últimos años, la producción textil mundial no ha dejado de aumentar. El crecimiento de la población mundial y la mejora del nivel de vida han provocado un aumento de la demanda de productos textiles, impulsada por necesidades fundamentales.

Sin embargo, esto también ha provocado un consumo excesivo debido a la prevalencia de las tendencias de moda rápida. Según un estudio realizado por el Banco Mundial, se prevé un aumento del 70% de los residuos sólidos urbanos en el mundo de aquí a 2025. Esto indica que se espera que el volumen de residuos aumente de los 1.300 millones de toneladas anuales actuales a 2.200 millones de toneladas anuales.

En respuesta a esta creciente preocupación, el reciclaje textil, también conocido como reutilización textil o reciclado textil, ha cobrado importancia. Este proceso implica la recuperación y reutilización de prendas, accesorios y diversos productos textiles, dándoles una segunda vida en lugar de depositarlos en vertederos. En concreto, este enfoque sirve para mitigar el impacto medioambiental generado por la industria de la moda y aboga por el avance de una economía más circular.

Por ello, es importante trabajar el contenido teórico de los residuos, entender dónde empieza el problema, trabajar los conceptos teóricos y, por último, aprender de forma lúdica cómo es el ciclo de la ropa.

En definitiva, desde una perspectiva académica, es pertinente destacar la importancia de desarrollar competencias en el ámbito del reciclaje/reciclaje y la moda sostenible. Comprender las técnicas y procesos adecuados para promover prácticas más sostenibles en la industria textil.

Ventajas:

- El upcycling (reutilización) de tu ropa vieja puede ayudarte a ahorrar algo de dinero.
- Puedes contribuir al problema de los residuos de la industria de la moda, ya que en el upcycling (reutilización), la ropa se reutiliza de alguna manera y no se convierte en basura y contaminación.
- Puedes personalizar tu propio vestido, camisa, bolso o cualquier cosa que desees crear e iniciar un negocio.
- Reciclar ropa reduce la contaminación y el daño medioambiental.
- Reciclar ropa ahorra espacio en los vertederos.
- Ahorra en consumo de agua.
- Reduce los gases de efecto invernadero.
- Crear una economía circular con la ropa genera mucho trabajo, y parte de él es de alta tecnología.
- Ahorra petróleo. Salva el océano.
- Promueve una industria de la moda más sostenible.
- Cuida la biodiversidad.



Consejos para el upcycling (reutilización):

Fíjate en las costuras, el grosor de los pespuntos y otros elementos de la prenda que faciliten o dificulten su desmontaje y reutilización.

Los colores Busca ropa vieja de colores que te apetezca llevar. Aunque lo único que hagas sea convertir una camiseta vieja en una diadema, es mejor que sea de un color que te guste llevar.

Algunas prendas vintage también pueden ser más deseables de lo que crees y no querrás desmontar algo que puede ser valioso para otra persona. Si está en tu armario y la compraste el año pasado, no tienes por qué preocuparte, pero si te has comprado un montón de ropa vieja de tus padres o abuelos, busca un poco para asegurarte de que no es muy rara ni valiosa antes de desguazarla.

Una forma muy fácil de reciclar la ropa es transformar camisetas y otras prendas de la parte superior del cuerpo en bolsos. Puedes aprender todo el proceso para transformar ropa en bolsas de la compra leyendo el ejemplo práctico en el manual de ropa adherida.

En el manual también proporcionamos enlaces adicionales para darte más ideas. Para saber más sobre los residuos textiles, lee el Anexo II al final del documento.



II. BOTELLAS Y ENVASES DE PLÁSTICOS

Objetivos

- Introducir a los formadores y al grupo destinatario en el intercambio adecuado de conocimientos sobre botellas y envases de plástico;
- Sensibilizar sobre los efectos negativos del uso del plástico en el medio ambiente y en nuestro cuerpo;
- Aumentar el conocimiento del grupo objetivo sobre el proceso de upcycling y reciclaje de botellas y envases de plástico;
- Identificar los pasos para reciclar un objeto de plástico.
- Fomentar un consumo más consciente y respetuoso con el medio ambiente.

Resultados de aprendizaje

- Comprender por qué el plástico se ha convertido en un problema.
- Apreciar el valor de reducir el consumo y la producción de plástico.
- Diferenciar entre reciclaje, upcycling y downcycling.
- Seleccionar formas eficaces de integrar las botellas y los envases de plástico en la economía circular.

Contenido

¿Cuál es el problema?

En la década de 1950 el uso del plástico adquirió gran popularidad. Desde entonces, hemos utilizado más de 650 millones de toneladas de plástico, de las cuales un tercio son envases y embalajes de plástico de un solo uso. De todos estos artículos de plástico, sólo el 10% se recicla en todo el mundo. Esto se debe a que el plástico no siempre puede reciclarse. Hay muchos casos en los que el plástico está oculto o mezclado con otros materiales como el papel, lo que hace que sea muy caro separar los dos materiales y reciclarlos.

Un aspecto negativo del uso del plástico es que tarda cientos de años en descomponerse y en el proceso de descomposición puede encontrarse en nuestros alimentos y finalmente en nuestros cuerpos. Los microplásticos se han convertido en un grave problema de salud para la humanidad.

La razón del aumento extremo de la producción de plástico es, por un lado, sus características específicas que lo hacen atractivo en muchas industrias, ya que es barato, ligero y duradero. Por otro lado, radica en nuestro propio consumo excesivo en las últimas décadas.

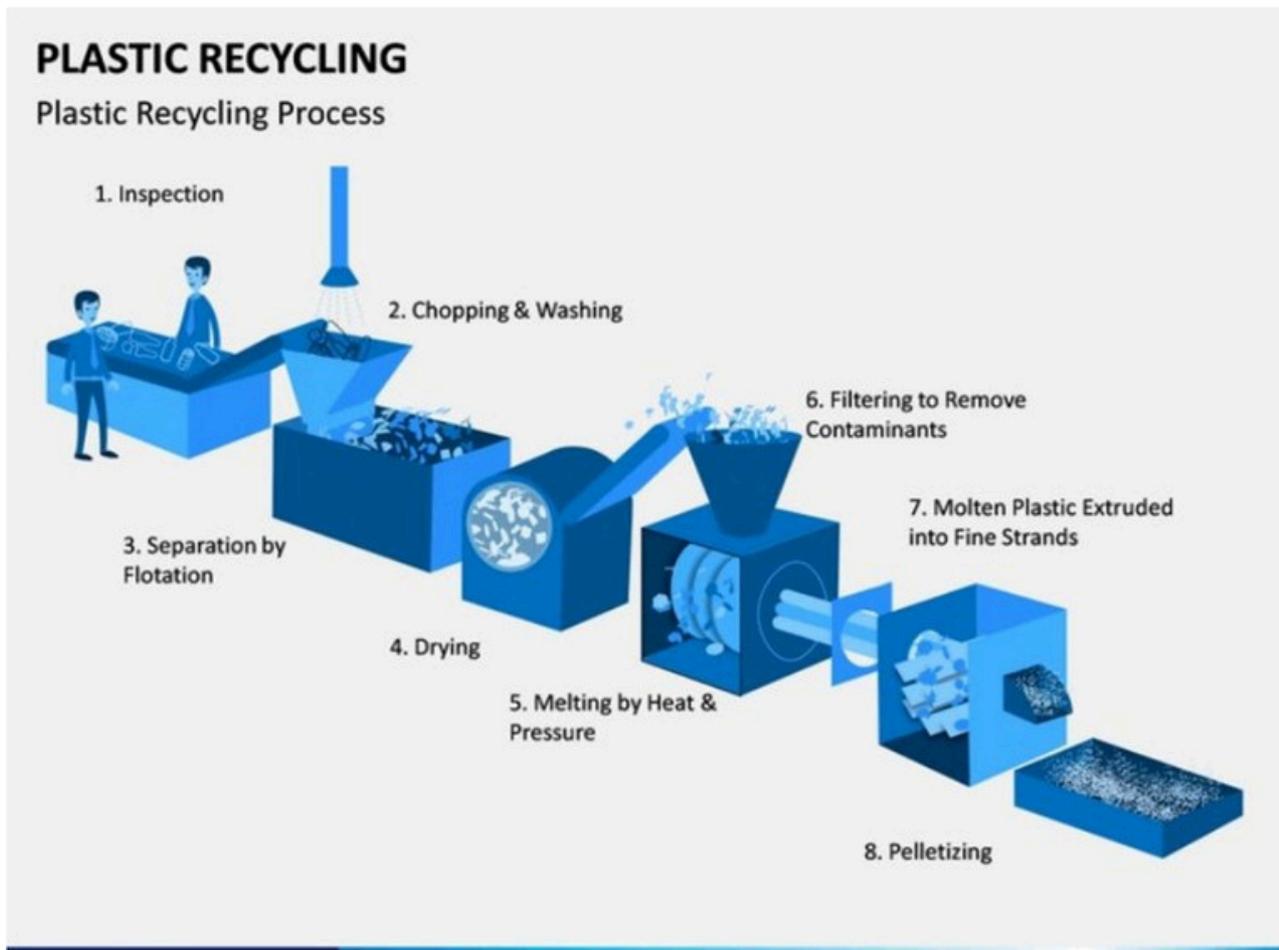
¿Qué se puede hacer?

Una de las formas de reducir la producción de plástico es reducir su uso y controlar nuestro comportamiento como consumidores.



También podemos reutilizar las botellas y envases de plástico.

Otra forma de reducir el plástico es reciclarlo. El reciclaje consiste en procesar los residuos plásticos para producir plástico del mismo valor y calidad que el plástico original. El plástico reciclado puede utilizarse para fabricar el mismo producto. El procedimiento más habitual es el que se muestra en la siguiente imagen:



The process of recycling (sketchbubble.com)

Sin embargo, reciclar plástico no es la mejor manera de reducir la contaminación, ya que en muchos casos los productos de plástico no se reciclan o no pueden reciclarse. La forma más eficaz es la reutilización o downcycling de los productos de plástico, convirtiéndolos en algo nuevo.

Upcycle (reutilización) es cuando los materiales de desecho se transforman en productos de mejor calidad funcional. La composición del material no cambia. Se aplican cambios físicos mínimos, lo que lo hace rentable y no requiere formación técnica.

El "downcycle" consiste en transformar los residuos en productos de menor calidad funcional. El "downcycling" recicla el material para convertirlo en una sustancia de menor calidad, que luego se utiliza para crear un producto de calidad inferior. Un uso común del plástico reciclado hacia abajo es convertirlo en productos de vellón o alfombras (fibra), maderas de plástico, piezas de automóviles o incluso textiles. Muchos de estos productos no podrían reciclarse de nuevo, pero algunos de ellos podrían transformarse en otros productos reciclados.

Hay muchas empresas sociales en África y la India que están utilizando productos de plástico como material para la creación de nuevos productos, incluso fibras textiles. De este modo, los productos de plástico pasan a formar parte de la economía circular en lugar de acabar en la basura.

En una economía circular, el objetivo es mantener el material en circulación dentro de la sociedad el mayor tiempo posible. Esto no sólo genera ingresos para las personas implicadas, sino que también ayuda a mantener el consumo de plástico virgen al mínimo. Así pues, el lema es: Consume menos - Reutiliza más - ¡Mantén el plástico en circulación!

¿Cómo transformar el plástico?

Una forma fácil de reciclar las botellas de plástico es transformarlas en objetos ornamentales, como macetas, lámparas o incluso obras de arte. (imágenes facilitadas)

Consejos para el upcycling:

- Sé selectivo. Comprueba lo duro o blando que es el plástico y selecciona aquellos objetos de plástico que te resulten fáciles de manipular.
- Reúne los materiales necesarios: tijeras, lápices, pegamento, cuerda, etc.
- Sé creativo y experimenta.

¿Cómo reciclar el plástico?

Puedes aprender todo el proceso para transformar botellas de plástico en un adorno decorativo viendo este vídeo paso a paso: <https://youtu.be/nsS3o9OvCz8>

Puedes aprender todo el proceso para transformar bolsas de plástico en estuches y carteras de plástico viendo los siguientes vídeos: (vídeo 1, vídeo 2, vídeo 3)

Para reutilizar botellas y envases de plástico, lee este artículo paso a paso: <https://recyclops.com/7-creative-ways-to-recycle-plastic-bottles/> y también este otro: <https://www.budgetdumpster.com/blog/diy-plastic-bottles-recycling/>

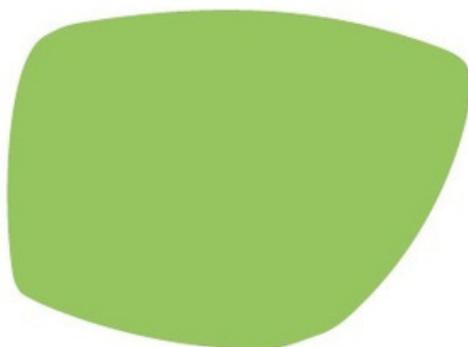
¡NO LO OLVIDES!

Ahora que has completado este módulo, deberías ser capaz de entender por qué es tan importante reducir el consumo y la producción de plástico, así como diferenciar entre reciclaje, upcycling y downcycling, siendo estos últimos una respuesta más eficaz al problema del uso excesivo del plástico. Además, debe ser capaz de seleccionar formas eficaces de integrar las botellas y los envases de plástico en la economía circular.

Si se combina con un cambio en nuestros hábitos de consumo, podría marcar la diferencia en el medio ambiente y nuestra salud.

Otros temas relevantes:

- Preparación previa al curso de formación / taller:
- Organizar una visita a una empresa local/empresa social/ONG que promueva el upcycling y downcycling de productos de plástico.
- Seleccione buenas prácticas en el reciclaje de materiales plásticos para mostrárselas a sus alumnos.
- Seleccione actividades para el curso en consonancia con el método UDL.



III. RECICLAJE DE VIDRIO

Objetivos

- Comprender el interés de reciclar este material.
- Objetivo de la Unión Europea.

Resultados de aprendizaje

- Identificar los diferentes tipos de vidrio.
- Conocer las posibilidades de reciclado del vidrio.

Contenido

El interés del reciclado de vidrio

El vidrio es un material que tiene un ciclo de vida potencialmente infinito.

Reciclar vidrio es una de las acciones medioambientales más sencillas y eficaces que se pueden emprender. El vidrio tarda 3 o 4 milenios en descomponerse en la naturaleza (pero no lo sabemos), y crear vidrio "nuevo" a partir de vidrio reciclado consume mucha menos energía: una tonelada de vidrio reciclado ahorra media tonelada de CO₂.

Además de ser beneficioso para el medio ambiente, el reciclado de vidrio ofrece oportunidades de desarrollo económico a las comunidades locales. Los centros de tratamiento de vidrio crean y mantienen más puestos de trabajo que los vertederos o la incineración.

Además, más del 95% de las materias primas (vidrio recuperado, arena, ceniza de sosa y piedra caliza) se producen en Europa. Por último, la distancia media entre las fábricas de vidrio y sus clientes es de sólo 300 km. La industria del envasado se basa en el principio de una economía circular, local y respetuosa con el medio ambiente.



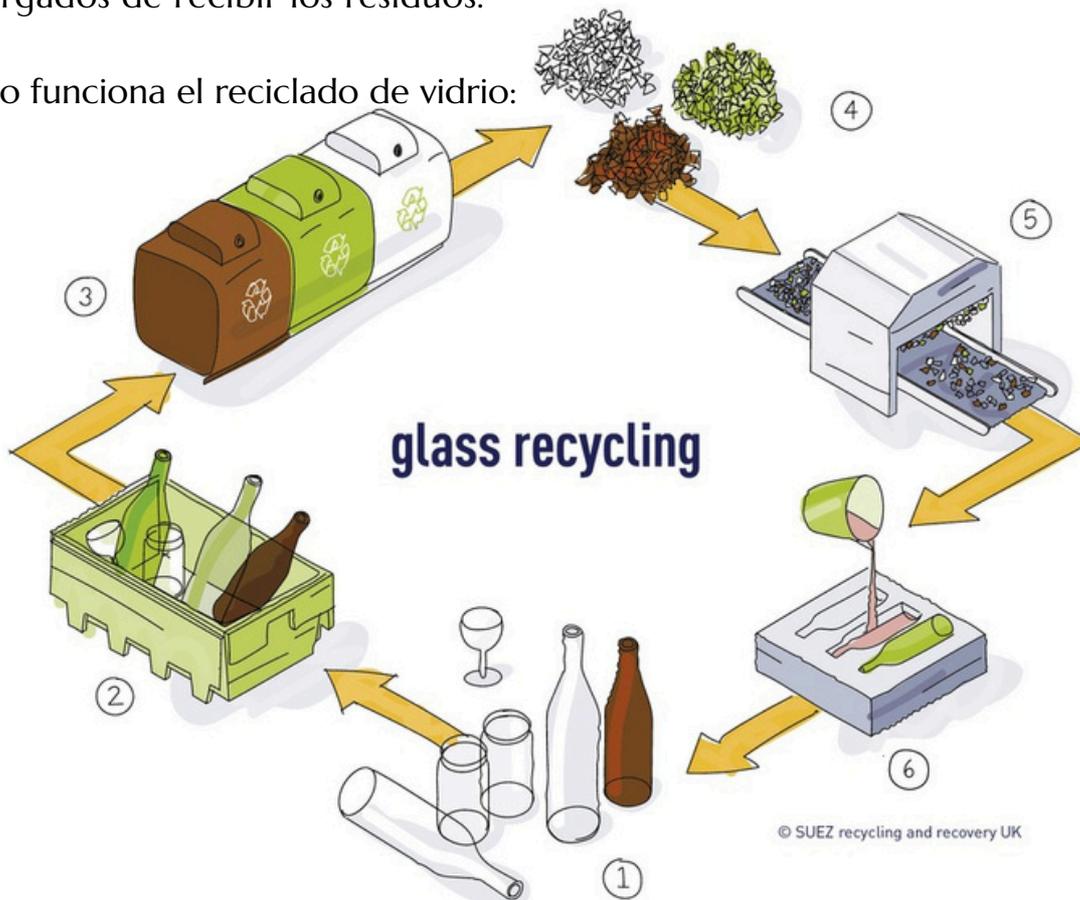
Fuente: Aleksandr Kadykov, 10/05/21, Unsplash.com

Se puede reciclar	No se puede reciclar
Envases de vidrio: deben retirarse los tapones y las tapas (botellas, tarros, frascos...)	Vidrio culinario: debe desecharse con la basura doméstica (por ejemplo vajilla)
Frascos de perfume y tarros de cosméticos: deben vaciarse y el atomizador debe retirarse y tirarse a la basura doméstica	Vidrios especiales: deben llevarse a puntos de recogida específicos (parabrisas, pantallas de TV, bombillas...)
Frascos de productos farmacéuticos: deben vaciarse	

El vidrio culinario utilizado para la vajilla o los platos transparentes no es reciclable. Estos objetos se funden a una temperatura de fusión superior a la del vidrio y, por tanto, corren el riesgo de formar defectos en las nuevas botellas fabricadas con vidrio reciclado.

Así pues, debido a su composición, el vidrio roto debe tirarse al cubo de la basura doméstica. Además, podría herir a los agentes clasificadores encargados de recibir los residuos.

Cómo funciona el reciclado de vidrio:



Source: SUEZ recycling and recovery UK, <https://www.suez.co.uk/en-gb/our-offering/communities-and-individuals/education-tools-and-resources/what-happens-to-waste/recycling/glass>

Una vez recogidos, los envases de vidrio se envían a una planta de tratamiento donde se realizan varias operaciones sucesivas:

Clasificación de los envases de vidrio: la clasificación se realiza manualmente y después automáticamente para eliminar los objetos no deseados;

Trituración del vidrio: el vidrio se transforma en cascote, es decir, vidrio roto, y se envía a las fábricas de vidrio;

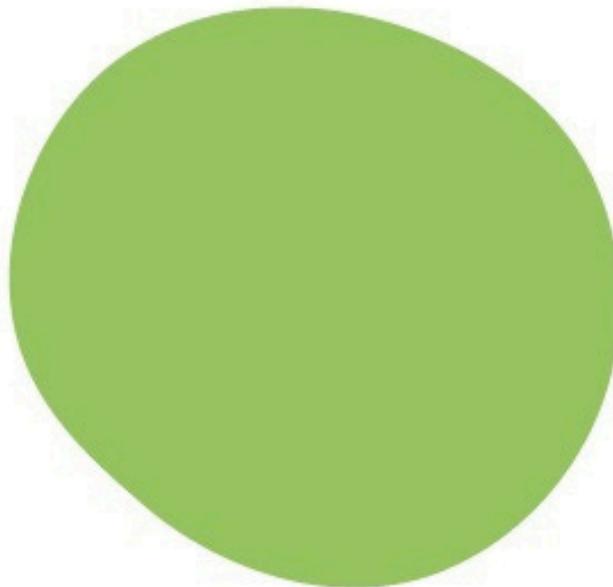
Fusión del vidrio recuperado: el vidrio recuperado se funde en un horno a una temperatura de 1400 °C y se convierte en pasta de vidrio;

Enfriamiento y moldeado: esta pasta de vidrio se hace pasar por un molde, se sopla y después se enfría para transformarla en nuevos modelos de botellas, tarros y frascos.

Tras una fase de recogida y transformación, el vidrio reciclado está listo para ser utilizado. Así, puede adoptar diversas formas para usos igualmente diferentes:

- Envases de vidrio.
- Lana de vidrio.
- Ladrillos.
- Encimeras y suelos.
- Pavimentos de carreteras.

El vidrio se recoge desde principios de los años 70 y es pionero en materia de residuos valorizables. La cadena ecológica formada por los actores del reciclado de vidrio permite revalorizar el vidrio y darle una segunda vida.



¡NO OLVIDAR!

A pesar de todas las mejoras en los procesos de gestión y recuperación de residuos, todavía hay algunos retos que deben abordarse; algunos ejemplos incluyen:

Falta de incentivos para reciclar cuando no es práctico.

El aumento de los costes de las instalaciones de recuperación de materiales y la presión del sector de la gestión de residuos han llevado a algunos municipios a retirar el vidrio del reciclaje en acera.

La falta de capacidad en algunas zonas obstaculiza la capacidad de satisfacer la demanda del mercado y reduce el incentivo para invertir en instalaciones de recuperación de materiales.

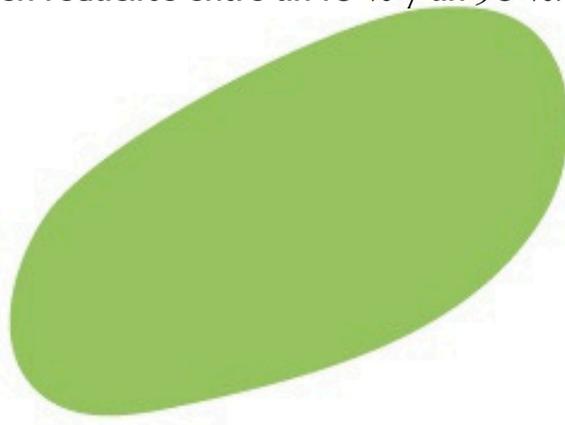
Los materiales vírgenes suelen ser más baratos que el vidrio recuperado, a veces hasta en un 20%.

La industria europea del vidrio para envases, conocida como FEVE (The European Container Glass Federation), se está movilizando para alcanzar una tasa de reciclado del 90% en Europa de aquí a 2030 a través de un programa denominado "Close The Glass Loop".



A través de este programa, la FEVE quiere situar definitivamente a la industria del vidrio en una lógica de bucle cerrado (botella a botella) y enarbolar a esta industria como ejemplo de economía circular. A finales de 2019, la tasa de reciclado de vidrio alcanzó el 76% en la Unión Europea, según la FEVE.

Y los métodos de producción siguen evolucionando. Las botellas se han vuelto mucho más ligeras en los últimos 20 años, siendo algunas hasta un 30% más ligeras que antes. Un menor peso significa que se utiliza menos material y que las emisiones totales de la cadena de suministro pueden reducirse entre un 10% y un 30%.



IV. RECICLAJE Y REUTILIZACIÓN DE SILLAS DE OFICINA

Objetivos

- Obtendrá información sobre la importancia del reciclado y el upcycling de sillas de oficina y sobre los beneficios que se obtienen al hacerlo.
- Cuál es el proceso de producción de los materiales de una silla de oficina.
- Cuál es el impacto sobre el planeta de reciclar y reutilizar muebles.
- Aprenderás qué es necesario para reciclar sillas de oficina.
- Proporcionar a los profesores/voluntarios conocimientos sobre el tema.
- Identificar las sillas de oficina que se pueden utilizar para reciclar.
- Obtendrá una introducción sobre las habilidades y materiales necesarios para reciclar sillas de oficina.

Resultados de aprendizaje

Al finalizar esta unidad, se espera que adquiera

- Conocimientos sobre las ventajas del reciclado y upcycling de sillas de oficina.
- Aprender, como formador, lo que se necesita antes de involucrarse en el upcycling y reciclaje de sillas de oficina.
- Conocer diferentes maneras de explicar y mostrar a los alumnos los beneficios del reciclaje y el upcycling de sillas de oficina.

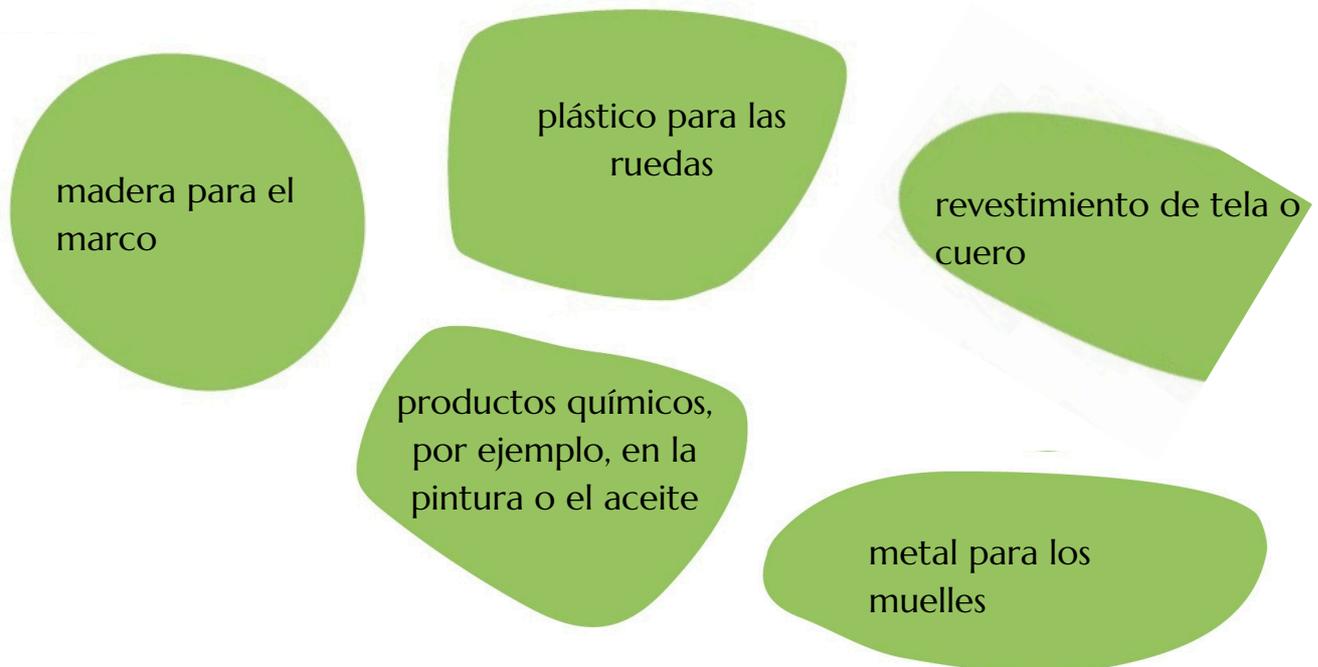


Contenido

El mundo está adoptando gradualmente los productos verdes y ecológicos (sostenibles), lo que significa que la concienciación sobre la contaminación medioambiental y el bienestar de la sociedad es una prioridad absoluta. En este sentido, lo que sigue a continuación le orientará sobre lo que debe saber cuando quiera enseñar a reciclar y reciclar sillas de oficina.

¿Qué determina que un mueble sea sostenible?

El impacto medioambiental del material utilizado en la producción es un factor muy importante. Un mueble suele estar compuesto de varios materiales. Por ejemplo, una silla de oficina puede estar hecha de:



Factores que determinan la sostenibilidad de un mueble:

- La madera utilizada en la fabricación del mueble: Preguntar si es reciclada o recuperada de fuentes y bosques que están certificados para estar bien gestionados o de una plantación establecida conocida por no causar deforestación.
- La durabilidad del mueble es importante: No importa el buen impacto medioambiental que tenga la fabricación del mueble, la conclusión será que cuanto más dure, menos impacto tendrá con el tiempo. Por lo tanto, la silla de oficina debe repararse para que dure mucho tiempo antes de que sea necesario cambiarla.

Es importante saberlo en el proceso de reciclaje o upcycling:

- En muchos casos, algunas partes de un mueble pueden no ser reciclables, pero otros componentes sí lo son.
- Desmante el mueble en partes reciclables, como metales ferrosos y no ferrosos, que poseen un gran valor para el reciclaje debido a su naturaleza.
- Reacondicione su pieza actual. La mayoría de los muebles, como sofás y sillas, pueden ser muy duraderos, pero los tejidos pueden empezar a mostrar signos de desgaste rápidamente.
- En algunos casos, el retapizado es una alternativa ecológica a la compra de muebles nuevos.

Lo que hay que saber sobre lo que se puede hacer con una silla de oficina en el proceso de upcycling:

Upcycling de muebles

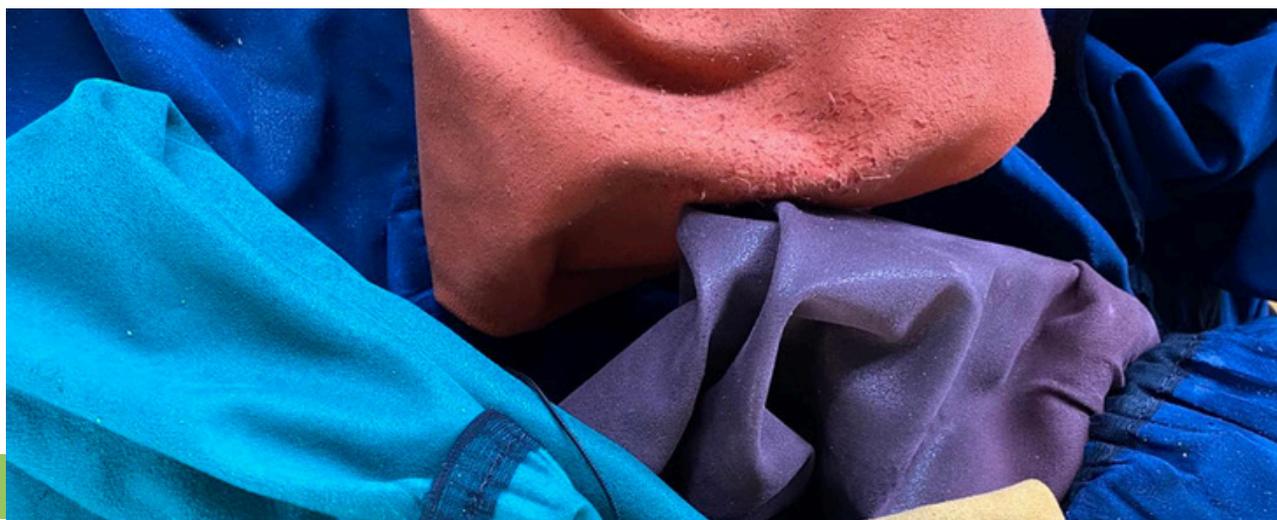
Se trata de coger muebles viejos, desaprovechados o rotos y darles un nuevo uso. Desde armarios rotos cuyas baldas pueden atornillarse a una vieja puerta de entrada, una puerta que funcionará como pieza de decoración, o poner unos pies de apoyo en una bañera abierta por un lado y convertirla en un sofá: no hay límites para el poder de la creatividad en el upcycling de muebles y otros artículos domésticos.

¿La silla de oficina necesita un repaso?

Averigüe qué materiales se pueden utilizar para retapizar sillas de oficina, por ejemplo: el tejido debe ser duradero a largo plazo.

¿Hay que cambiar las ruedas? Identificar las herramientas a utilizar en el proceso.

¿Es necesario tratar la madera, por ejemplo, pintándola, lijándola o aceitándola?



NO TE OLVIDES

A medida que aumenta la población mundial, también aumenta la demanda de diferentes productos. Hoy en día, hay una creciente demanda de muebles verdes, ya que son respetuosos con el medio ambiente, lo que significa que los muebles están hechos de materiales respetuosos con el medio ambiente como el bambú, algodón orgánico, madera contrachapada y cuero de imitación. Más gente que nunca quiere que la pintura aplicada, la energía utilizada en la fabricación y el combustible utilizado en la maquinaria, sean seguros para la ecología.

Las sillas recicladas y upcycled pueden tener una nueva vida y pueden diseñarse para volver a utilizarse en instalaciones modernas, como una oficina de empresa o un salón privado.

El mayor reto al que se enfrenta hoy en día una empresa de reciclaje o upcycling es ser competitiva en el mercado. Hoy en día, el mercado está inundado de productos nuevos y más baratos, como los muebles de IKEA.

La sociedad debe considerar la sostenibilidad como una inversión que supone un coste a corto plazo, pero que crea puestos de trabajo a largo plazo.

Beneficios para el medio ambiente y los recursos del planeta:

Hay mucho que ganar cuando se tienen en cuenta principios respetuosos con el medio ambiente en la fabricación y eliminación de muebles.

Se ayuda al medio ambiente ahorrando recursos y no añadiendo presión a los vertederos. El reciclaje evita la destrucción del medio ambiente y, por tanto, es respetuoso con el medio ambiente.

Reduce la necesidad de extraer nuevas materias primas. Tanto la extracción de metales como la deforestación son perjudiciales para el medio ambiente y también reducen el nivel de sustancias nocivas que se liberan al fabricar muebles con madera nueva. Ayuda a conservar nuestras limitadas materias primas y protege los hábitats naturales para el futuro, porque ahorra la necesidad de materias primas al reciclar las viejas en lugar de comprar nuevas. La tala de árboles provoca lluvia ácida, pérdida de selva tropical y pone en peligro de extinción a muchas especies.

Contribuye a luchar contra el calentamiento global y reduce el efecto invernadero.

Los beneficios sociales:

El reciclaje de muebles abre nuevos empleos ecológicos. Varias empresas se han puesto en marcha para encargarse, por ejemplo, del reciclaje, y hay organizaciones que imparten formación a la gente para que aprenda a reciclar cosas.

La economía:

Las empresas se ahorran entre 93 y 100 millones de dólares al año en costes de eliminación por intentar deshacerse de los muebles usados y viejos, ya que antes de intentar ver si es posible reciclar los ya utilizados, se encargan nuevos a la oficina de la empresa.

Se tarda tiempo en deshacerse de los muebles y la fabricación de muebles con maderas nuevas lleva mucho tiempo, ¡y el tiempo cuesta dinero!

Estas razones son una buena justificación para reutilizar o reciclar. Es una de las mejores opciones que puede considerar para su negocio.

Algunas cuestiones más relevantes:

¿Existen más empresas sociales en el futuro que puedan acoger y gestionar un lugar de trabajo con personas en situaciones vitales vulnerables debido a un diagnóstico mental o a una capacidad de aprendizaje reducida?

Como sustituto del empleo protegido, ¿por qué no debería ser el mercado laboral el que se adapte y sea capaz de contratar a empleados con, por ejemplo, un reto psicológico?

Conclusion

Hopefully you know now what it takes to recycle and upcycle furniture that lasts longer for the benefit of the environment.

You have gained an awareness of the needed craftsmanship skills acquired in upcycling and recycling office chairs to be able to train in recycling and upcycling of office chairs.

You now know the important and crucial impact upcycling and recycling have on the planet and why, there are reasons to practice it to secure our future planet.

V. ORGANIZACIÓN DE UNREPARA CAFÉ Y REPARACIÓN

Objetivos

- Sabe cómo organizar un Repair Café
- Sabe por qué debe organizar un Repair Café y cómo conseguir que sea un éxito
- Conocer los conceptos de reparación

Resultados de aprendizaje

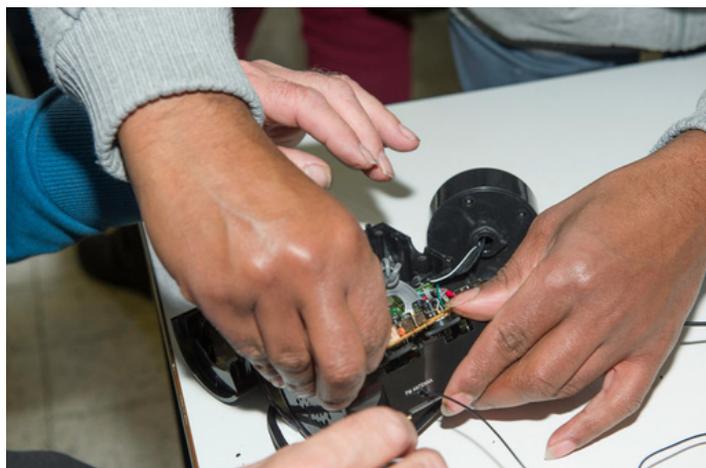
Al final del tema, usted podrá:

- Comprender las ventajas de un Repair Café
- Sabrá cómo poner en marcha un café de reparaciones
- Podrá compartir la concienciación y cambiar el comportamiento de la gente
- Comprender los conceptos de reparación
- Identificar los beneficios de la reparación y la diferencia entre reparar y reciclar.

Contenido

Tiramos grandes cantidades de cosas. Incluso cosas que no tienen casi nada de malo y que podrían tener una nueva vida con una simple reparación. El problema es que mucha gente ha olvidado que puede reparar las cosas por sí misma. Sobre todo las generaciones más jóvenes, que ya no saben hacerlo. Saber reparar es una habilidad que se pierde rápidamente. Esto es una amenaza para un futuro sostenible y para la economía circular, en la que las materias primas pueden reutilizarse una y otra vez.

Un Repair Café es un encuentro entre ciudadanos decididos a no tirar más sus objetos sin intentar repararlos. Un Repair Café es tú, nosotros, reuniéndonos en un taller para reparar juntos.



Beneficios

Medioambientales

El impacto ecológico de los talleres de Repair Cafés es tangible y significativo, lo que se traduce en más de 170 toneladas de residuos evitados en 2019 en Bruselas y Wallonia. La reparación sigue siendo uno de los ciclos más cortos en la economía circular, produciendo la menor cantidad de residuos y contaminantes. Además, a través de la acción concreta que encarnan, los Repara Cafés tienen un efecto directo en el cambio de actitud de las personas hacia un mundo más sostenible.

Social

El Repara Café es un importante lugar de cohesión social. Crea conexiones locales y facilita el encuentro de personas del mismo barrio, que de otro modo nunca se habrían conocido. Al mismo tiempo, también ayuda a reintegrar a personas aisladas o marginadas, ya sean simples visitantes o miembros voluntarios. Por último, potencia competencias a veces menospreciadas y genera confianza en uno mismo a nivel técnico, relacional y comunicativo.

Formativo

El Repair Café es un lugar para el intercambio, para compartir habilidades y conocimientos. Los reparadores voluntarios pueden mejorar sus habilidades en cada taller mientras permiten a los visitantes ser gradualmente más competentes en la reparación de sus objetos cotidianos. El objetivo es que todo el mundo sea capaz algún día de reparar sus propios objetos. También es un lugar perfecto para reducir la brecha digital y aprender a pensar de forma más crítica sobre los mecanismos que subyacen a la obsolescencia programada.

Económico

Los Repara Cafés son un engranaje innegable de la economía circular, ya que promueven el ecodiseño, la reutilización y el cambio de modelo de negocio. También establecen vínculos con el sector comercial, ya que los visitantes suelen ser redirigidos a proveedores locales de piezas de repuesto y/o servicios profesionales de reparación. Además, las habilidades de reparación aumentan el poder adquisitivo del ciudadano: cuando se repara un objeto, el usuario no tiene que sustituirlo. Por último, muchos reparadores descubren una vocación profesional en el Repara Café, lo que lo convierte en un trampolín para futuros empleos.

Tipos de materiales a reparar:

La mayoría de los Repara Cafés ofrecen reparaciones en los siguientes ámbitos:

- pequeños electrodomésticos
- costura
- ordenadores
- bicicletas.
-

Otras reparaciones son posibles dependiendo de las habilidades de los voluntarios: afilar, reparar joyas u objetos de madera, etc.

Cómo empezar:

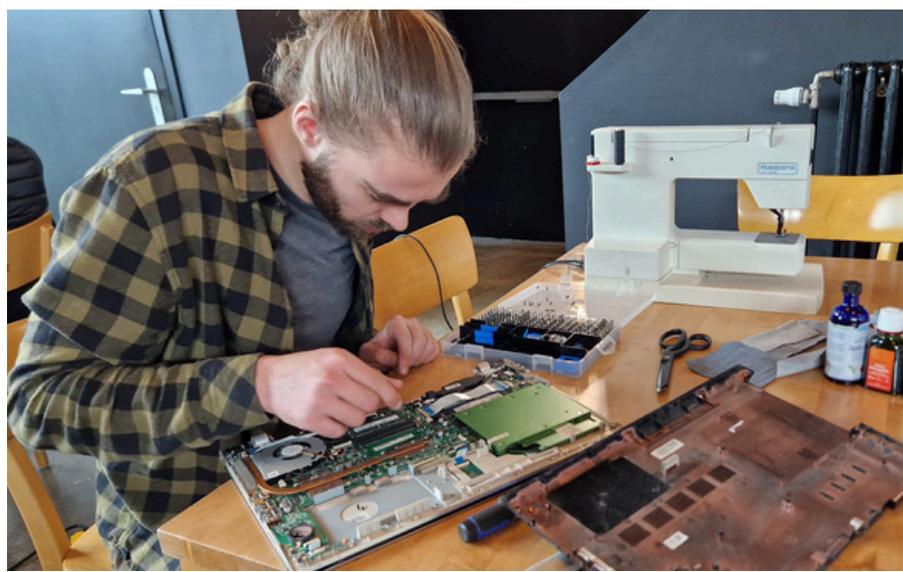
Para crear un Repara Café, primero hay que encontrar algunos voluntarios, un lugar y una fecha.

Diversas organizaciones ofrecen kits de iniciación para ayudar a organizar el primer Repara Café. Este kit en línea incluye una guía práctica de quince páginas y muchos documentos útiles. Hay herramientas de comunicación y una serie de consejos y trucos que te ayudarán a organizarte.

Formarás parte de una red en la que podrás obtener información, acceso gratuito a manuales de reparación y vídeos para ayudar a los voluntarios.

NO TE OLVIDES

El movimiento Repara Café ofrece lugares de encuentro gratuitos y todos están dirigidos por voluntarios. Los Repara Cafés forman un movimiento mundial que lucha por preservar las habilidades de reparación en la sociedad y promover productos más reparables. Además de en los Países Bajos, hay Repara Cafés en Bélgica, Alemania, Francia, el Reino Unido, Estados Unidos y en decenas de países de todo el mundo.



VI. CÓMO INICIAR UN NEGOCIO DE REUTILIZACIÓN Y RECICLAJE

Objetivos

- Desarrollar un taller o negocio de reciclaje y upcycling.
- Comprender las habilidades para mejorar en la creación de negocios de upcycling y reciclaje.

Resultados de aprendizaje

- Comprender los pasos para desarrollar un taller o un negocio en el ámbito del reciclaje y el upcycling.
- Ser consciente de la necesidad de organizar y planificar un taller o negocio.

Contenido

Hoy en día, muchas empresas intentan reducir y minimizar la cantidad de residuos que van a parar a los vertederos. Cuando se trata de gestión de residuos y reciclaje, comprender los flujos de residuos y qué iniciativas de reciclaje puede adoptar su empresa puede ser todo un reto. Para ello, es necesario desarrollar habilidades de planificación, puesta en marcha, organización y marketing.

Ventajas:

- Puedes contribuir al problema de los residuos de la industria de la moda.
- Crear una economía circular que genere empleo.



Consejos para desarrollar un taller o negocio en el ámbito del reciclaje o upcycling:

1- Realice un estudio de mercado exhaustivo: Lleve a cabo una investigación de mercado exhaustiva para obtener información vital sobre el sector elegido. Este estudio debe incluir:

- Demanda actual del mercado y tamaño del sector.
- Noticias pertinentes sobre el sector, novedades y tendencias de diseño.
- Identificación de los competidores principales y secundarios.
- Precios estándar dentro del sector.
- Su público objetivo y métodos eficaces para llegar a él.

Este caudal de información no sólo le servirá de guía para tomar decisiones empresariales críticas, sino que también le ayudará a destacar en un mercado competitivo y a dirigirse con eficacia a su clientela ideal.

2- Desarrolle un modelo de negocio distintivo: Establezca un modelo de negocio bien definido que le sirva de brújula. Este modelo debe permitirle identificar una propuesta de venta única que atraiga a los clientes. Pregúntese: "¿Qué puedo ofrecer que me diferencie de la competencia?".

3- Perfíle su negocio:

- Determine los tipos de materiales que piensa vender.
- Decide tus canales de venta, como abrir una tienda física o vender online a través de tu página web o una plataforma.
- Organiza soluciones de almacenamiento para tus productos y trabajos en curso.
- Asigne un espacio de trabajo específico equipado con las herramientas y suministros necesarios para sus procesos de upcycling y reciclaje.

4- Busca los materiales estratégicamente:

- Explora opciones como las tiendas de antigüedades, las ventas inmobiliarias o las tiendas de caridad para la adquisición de materiales.
- Utiliza recursos en línea para encontrar materiales adecuados.
- Establece contactos con amigos que puedan tener materiales que ofrecer.
- Promociona tu disposición a comprar muebles o ropa usados o dañados.

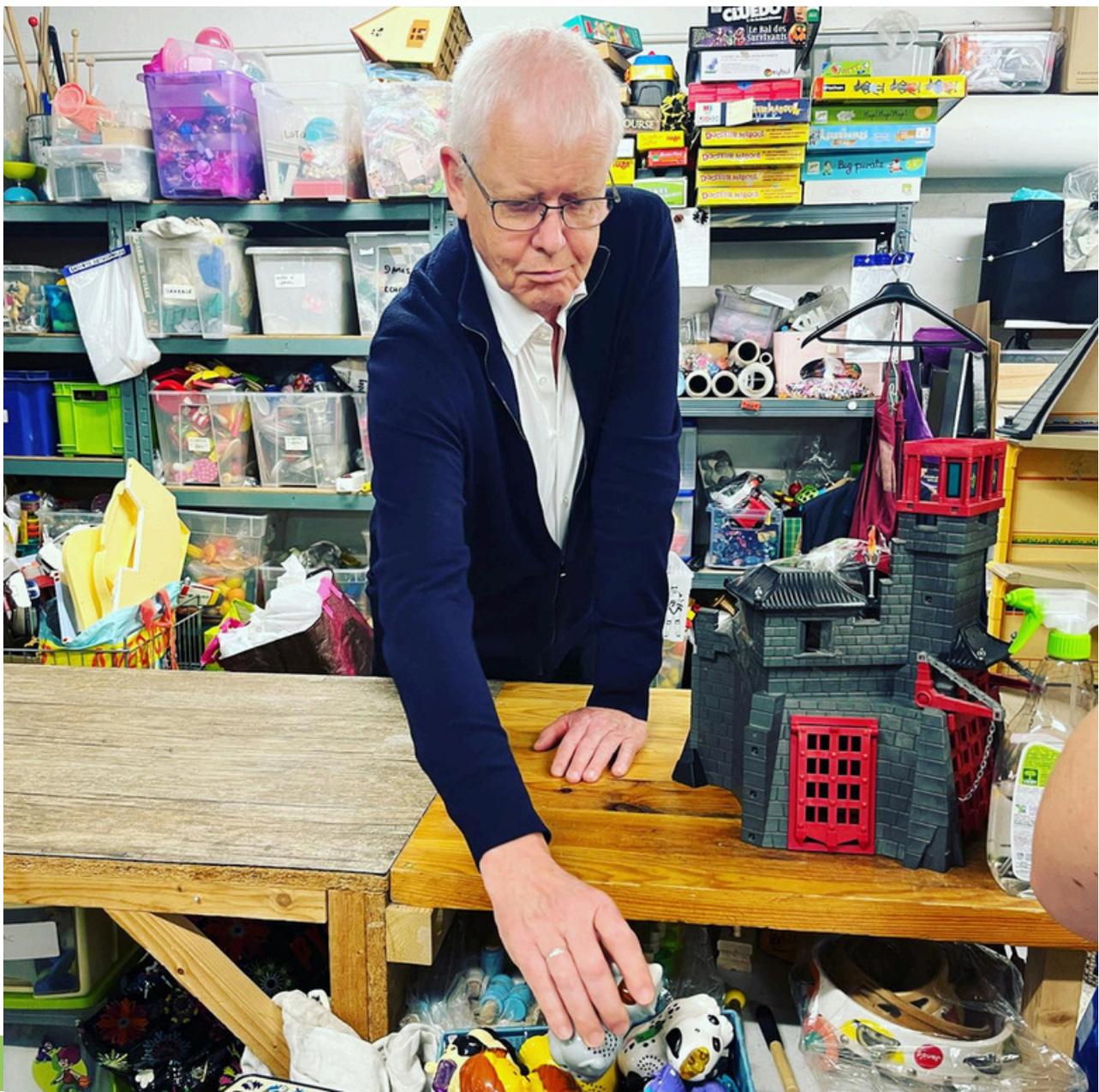
5- Crea una fuerte identidad de marca: Defina su identidad de marca, que abarca el tono, la estética del diseño y los valores fundamentales. Su identidad de marca es la forma en que se presenta al público.

6-Cree una presencia en línea: Desarrolle un sitio web profesional que permita a la gente conocer mejor su empresa.

7- Aproveche las redes sociales: Utilice las redes sociales como herramientas eficaces para ampliar su audiencia en las primeras etapas de su empresa de upcycling o reciclaje. Estas plataformas pueden ayudarle a construir la reputación de su marca y a conectar con clientes potenciales interesados en sus productos.

En resumen, es fundamental planificar cuidadosamente su negocio o taller con antelación, lo que implica establecer un marco jurídico sólido, prepararse para las obligaciones fiscales, organizar las finanzas y las tareas diarias y, por último, aplicar estrategias de marketing eficaces para atraer y retener a los clientes.

En el manual también ofrecemos más ideas.



ANEXO 1

BIBLIOGRAFÍA

BIBLIOGRAFÍA PARTE 1

EL GRUPO DESTINATARIO

- VIE. Increasing awareness of protective measures in Europe. URL: https://www.notariesofeurope.eu/en/citizens/vulnerables-in-europe/?fbclid=IwAR3WBUX2UH7NtCMeqvyNHavYCrjpuv__WC92GMpTL9VLZmuKQIGSgIP5SSI, 2023
- HP. Peer to Peer Learning. URL: https://helpfulprofessor.com/peer-learning/?fbclid=IwAR3raRDg8G3OB3nPUECOCjYnI_I0h5sn7VxjNGu7d_NpJwZqLcrLi5Vydny, 2023
- BAP. Peer Learning in Classrooms and Its Benefits. URL: https://bap.deg.mybluehost.me/blog/2019/02/06/peer-learning-in-classrooms-and-its-benefits/?fbclid=IwARikILbpPOi4GwinTqeAfklaAiy5_f5VUxalfO58dYsZJCTcbqojc5vdhqO, 2019
- Bandura, A. (1997). Self-Efficacy: The Exercise of Control. Freeman

EL ENTRENADOR

- Appreciative volunteer policy at DINAMO. URL: <https://dinamo.warande.be/pQoDCw/vrijwilligers/informatie>, 2023.
- Organizing Engagement. Appreciative Inquiry. URL: <https://organizingengagement.org/models/appreciative-inquiry/>, 2022.
- Carol Dweck. Growth Mindset. URL: https://www.youtube.com/watch?v=wPHuDO9DB_w&t=73s, 2016.

COMUNICACIÓN

- Najafi T. & Rahmanzade A. The relationship between communication skills and educational effectiveness of teachers of girls of Valiasr Technical College in Tehran. *Journal of Media Studies*. 2013;8(4): 193-206.
- Bambaeroo, F., Shokprour, N. (2017). The impact of teachers' nonverbal communication on success in teaching. *Journal of Advances in Medical Education and Professionalism*, 5(2), 51-59.
- Fujishin, R. (2009). *Creating communication: exploring and expanding your basic communication skills*. 2nd ed. Lanham, Md., Rowman & Littlefield Publishers.

LA RELACIÓN ENTRE EL FORMADOR Y LOS ALUMNOS

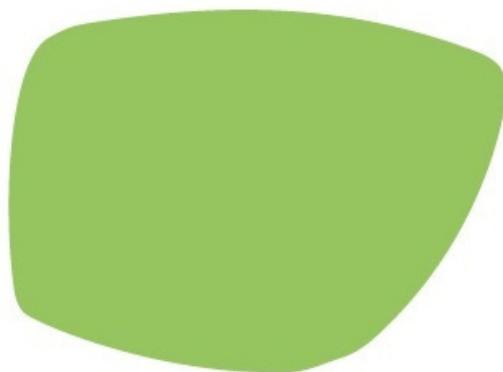
- Humblot, J., & Humblot, J. (2021). Training : the different teaching methods. Glowbl Blog. <https://www.glowbl.com/blog/en/training-the-different-teaching-methods/>
- Ltd, O. T. T. (2001, 1 avril). What makes a good training course. <https://www.ott.co.uk/news/archive/2001-04-01-what-makes-a-good-training-course.html>
- Chand, S. (2014, 2 avril). Training : Meaning, definition and Types of training. Your Article Library. <https://www.yourarticlelibrary.com/human-resource-development/training-meaning-definition-and-types-of-training/32374>
- Galaxy Training Network. (2023, 14 juin). Galaxy Training : Training techniques to enhance learner participation and . . . [.https://training.galaxyproject.org/training-material/topics/teaching/tutorials/learner_participation_engagement/tutorial.html#practices-and-behaviors-to-improve-delivery-and-learning](https://training.galaxyproject.org/training-material/topics/teaching/tutorials/learner_participation_engagement/tutorial.html#practices-and-behaviors-to-improve-delivery-and-learning)
- Systematic approach to training. (s. d.). <https://www.managementstudyguide.com/systematic-approach-to-training.htm>

EL GRUPO Y SU CONTEXTO

- Díaz, M. G., & García, M. J. (2018). Emotional intelligence, resilience and self-esteem in disabled and non-disabled people. *Enfermería Glob*, 17, 263-273.
- BuzzFeedVideo. (30th May 2018). Things People With Disabilities Wish You Knew [Video]. Youtube. https://www.youtube.com/watch?v=_b7k6pEnyQ4
- CHANGEpeoplevideo. (6th Oct 2016) How can I communicate better with people with learning disabilities. [Video]. Youtube. <https://www.youtube.com/watch?v=wuLAQOHFn2U>

EL ESPACIO FÍSICO

- Entelis+ project. Entelis+ Manual for Trainers, URL: <https://entelisplus.entelis.net/results>, 2016.
- CAST. Universal Design for Learning Guidelines version 2.2. URL: <http://udlguidelines.cast.org>, 2018
- Understood for All, Inc. Getting started with Universal Design for Learning(UDL). URL:https://assets.ctfassets.net/pOqf7jO48iOq/3vzjvQAnt6xjOIO8OyVqXg/6e51e59eOb5b5eadd5elc4OedI35facd/Getting_started_with_universal_design_for_learning__UDL__Understood__1_.pdf, 2019
- DTU Skylab. Playbook for Universal Design. URL: <https://universaldesignguide.com/>, 2022
- TrainSustain project. The importance of physical space-Making a trainingaccessible and inclusive. URL: https://drive.google.com/file/d/1KnxgxR38ezfTJgZLIWuethHxAauv_Dp3/view?usp=share_link, 2023



BIBLIOGRAFÍA PARTE II

INTRODUCCIÓN AL RECICLAJE Y AL UPCYCLING

- Ravenhall, L. May 2020. What is the difference between recycling and upcycling? <https://www.forgerecycling.co.uk/blog/what-is-the-difference-between-recycling-and-upcycling/>
- Lusiardi, F. 2022. Design: Recycling vs Upcycling. What's the difference? <https://www.inexhibit.com/case-studies/design-recycling-vs-upcycling-whats-the-difference/>
- The benefits of Upcycling. <https://www.futurelearn.com/info/courses/upcycling-for-change-from-green-ideas-to-startup-businesses/O/steps/67684>
- 7 benefits of recycling March 2018. Friends of the Earth. <https://friendsoftheearth.uk/sustainable-living/7-benefits-recycling>

REUTILIZACIÓN DE ROPA

- Ekstrom, M., Salomonson. N. (August 2014). Journal of Macromarketing. Reuse and Recycling of clothing and textiles – A Network Approach.
- Hailstone, J. (February 2017). Environment Journal. The upside of Upcycling.
- Assoune, A. Why is Upcycling Clothing Important for the Environment.
- Le. (March 2022). Is Upcycling Clothing worth it? – Upcycling's true impact on the environment.
- Branded Joy Editorial Staff. (February 2022). How to upcycle clothes: Creativeways to transform your wardrobe.
- Brooking, F. (March 2022). Upcycle your clothes: 5 ways for beginners.

BOTELLAS Y ENVASES DE PLÁSTICO

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

RECICLAJE Y REUTILIZACIÓN TEXTIL

- AA, V. (2008). Reciclado y tratamiento de residuos. Editorial UNED.
Clothingrecycling: How to recycle old clothing? (2022, 25 enero). Selectra.
- Contenidos, M. (2021, 16 April). All the benefits of recycling your clothes.How are textiles recycled? (2020, 8 September). London Recycles.
- Islam, S., & Bhat, G. (2019). Environmentally-friendly thermal and acousticinsulation materials from recycled textiles. Journal of environmentalmanagement, 251, 109536.
- Moolberry.Pensupa, N. (2020). Recycling of end-of-life clothes. InSustainable Technologies for Fashion and Textiles (pp. 251-309). WoodheadPublishing.
- Sawrey, G.(2022, 4 octubre). 8 Benefits of Recycling Clothes (and Textiles!).Ecavo Ütebay, B., Çelik, P., & Çay, A. (2020). Textile wastes: Status andperspectives. Waste in textile and leather sectors, 39-52.
- Wang, Y. (Ed.). (2006). Recycling in textiles. Woodhead publishing.
- Yalcin-Enis, I., Kucukali-Ozturk, M., & Sezgin, H. (2019). Risks andmanagement of textile waste. Nanoscience and biotechnology forenvironmental applications, 29-53.

RECICLAJE DE VIDRIO

- WHAT ARE THE BENEFITS OF GLASS IN A CIRCULAR ECONOMY, URL: <https://www.friendsofglass.com/ecology/circular-economy-benefits/>
- Glass Container Recycling Loop, URL :https://www.gpi.org/glass-recycling-facts_2023
- Anaïs BADILLO, Le recyclage du verre : explications et consignes de tri, URL:https://climate.selectra.com/fr/empreinte-carbone/recyclage/verre_2023
- Jean-Marie Boucher,Pourquoi et comment recycler le verre, URL : https://www.consoglobe.com/recycler-verre-4321-cg#google_vignette_2022

RECICLAJE Y REUTILIZACIÓN DE SILLAS DE OFICINA

- “Sustainable business! written by Steffen Max Høgh
- Link for an useful platform for getting new materials in a eco-friendly production: Circle Bank is a project wanting to quantify the environmental & social value related to the circular economy within the construction sector. CB. Circle Bank. <https://circlebank.dk/>. March 2023
- KMP. KMP furniture. https://www.kmpfurniture.com/designer-news/green-furniture-old-furniture-recycling-and-green-materials_117.html. March 2023
- E cycle. 5 benefits to Repurposing office furniture. <http://www.ecycleenvironmental.com/recycling-blog/5-benefits-repurposing-office-furniture>. March 2023

REPARA CAFÉ

- Repair Café. Repair Café in practice, URL: <https://www.repaircafe.org/en/about/>, 2015.
- Repair Together. Home Repair Together, URL: <https://repairtogether.be/en>, 2023.

CÓMO INICIAR UN REGOCIO DE REUTILIZACIÓN Y RECICLAJE

- Singh, J. Kyungeun, S. Cooper, T. West, K. (2019). Challenges and opportunities for scaling up upcycling business. ScienceDirect. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0921344919303349?via%3Dihub>
- Hess, M. (10th June, 2020). 7 steps to develop an effective recycling program. Waste Advantage magazine. <https://wasteadvantagemag.com/7-steps-to-develop-an-effective-recycling-program/>
- CareerFuel. (28th of September, 2012). Small business success story: TerraCycle Recycling & Upcycling [videofile]. https://www.youtube.com/watch?v=5a_iCjBNS2k
- Eco snooki. (30th of December, 2020). Recycling businesses with high profit in future [video file]. <https://www.youtube.com/watch?v=cQqhKzchHnAg&t=1s>

ANEXO II MÁS INFORMACIÓN

RECICLADO DE RESIDUOS TEXTILES:

La recuperación de fibras significa que la prenda se desintegra en fibras, que pueden volver a transformarse en un hilo. El continuo aumento del consumo de energía y la contaminación ambiental son algunos de los principales retos del siglo XXI. Uno de los enfoques para superar estos retos es aumentar el uso de materiales reciclados y enfoques de fabricación respetuosos con el medio ambiente.

La era de la moda rápida ha disparado el ritmo al que se desechan los productos textiles, ya que "pasar de moda" se ha convertido en una de las principales razones para que "el producto deje de gustar". La implantación de un régimen de reciclaje adecuado puede convertir estos residuos en materias primas que se utilicen en la fabricación de futuros productos de valor añadido. Este es el objetivo actual del desarrollo de los sistemas de gestión de residuos textiles, que buscan producir productos de valor añadido a través del reciclaje.

El ciclo de vida de la ropa:

1. La producción de materias primas: la ropa se produce a partir de materias primas como el poliéster, el algodón, la seda o la lana. Algunas de ellas proceden de recursos no renovables.
2. La fabricación de la ropa: debido a las sustancias que contiene, el tinte es tóxico no sólo para los trabajadores que fabrican la ropa, sino también para los consumidores y para el ecosistema acuático que contamina.
3. Transporte de la ropa: la ropa se fabrica normalmente en países en desarrollo, donde los costes de producción y los salarios son más bajos, y se transporta al Reino Unido y al resto de Europa por aire o por mar. Sin embargo, el avión es el medio de transporte más contaminante.
4. El mantenimiento de la ropa: hay un uso excesivo de agua al lavar la ropa. Además, se libera un gran número de micropartículas contaminantes.
5. Reciclar la ropa: es un paso crucial. Clasificar el armario y reciclar ciertas prendas usadas ayuda a prolongar la vida útil de la ropa, evitando así pasos innecesarios como la producción de materias primas, la fabricación de productos o incluso el transporte.

Razones por las que es importante reciclar:

- Razones económicas: los programas de reciclaje cuestan menos que los de eliminación de residuos. El alto consumo de agua, energía y fabricación hace que sea mucho más barato reciclar que producir nuevos productos textiles.
- Razones sociales: el reciclaje crea empleo. Los centros de reciclaje crean cuatro puestos de trabajo frente a uno en la industria de eliminación de residuos.
- Razones medioambientales: el reciclaje conserva recursos naturales como el agua, el petróleo y el gas natural; ahorra energía, ya que requiere menos energía en comparación con la fabricación de productos nuevos; produce menos gases de efecto invernadero; y evita la destrucción de hábitats naturales.

Beneficios del reciclaje de ropa:

- Reciclar la ropa reduce la contaminación y los daños medioambientales.
- Reciclar la ropa ahorra espacio en los vertederos.
- Ahorra en el consumo de agua.
- Reduce los gases de efecto invernadero.
- Crear una economía circular con la ropa genera una tonelada de trabajo, y parte de él es de alta tecnología.
- Ahorra petróleo.
- Salva el océano.
- Promueve una industria de la moda más sostenible.
- Cuida la biodiversidad.

Procesos de reciclado

Cómo se reciclan los tejidos naturales:

1. Los tejidos naturales identificados para reciclar se clasifican por color y material. Al separar los colores, se puede eliminar la necesidad de volver a teñir, lo que reduce la necesidad de productos químicos contaminantes.
2. Los tejidos se convierten en fibras o se trituran. Dependiendo del uso final del hilo, pueden añadirse otras fibras a la mezcla.
3. El hilo se limpia y se vuelve a hilar para su uso posterior en tejeduría o tricotado.
4. No todas las fibras se hilan. Algunas se comprimen para rellenar colchones, por ejemplo.
5. Los textiles que se envían a la industria del flocado (en la que millones de fibras sintéticas o naturales se adhieren a una superficie) se utilizan para producir material de relleno para acolchado de muebles, revestimientos de paneles, conos de altavoces y aislamiento de automóviles.

Cómo se reciclan los textiles sintéticos:

El proceso de reciclaje funciona de forma diferente para los materiales a base de poliéster.

1. Se retiran las cremalleras y los botones y se cortan las telas en trozos más pequeños.
2. Los tejidos triturados se granulan y se les da forma de pellets.
3. Se funden y se utilizan para crear fibras con las que se pueden fabricar nuevos tejidos de poliéster

¡NO LO OLVIDES!

El consumo excesivo de ropa ha provocado un aumento espectacular de la cantidad de residuos textiles. La situación de la economía y el comportamiento de los consumidores son la principal causa del problema de los residuos textiles. La tendencia a la moda rápida anima a los consumidores a comprar ropa nueva y a tirar la vieja, aunque esté en buen estado. En consecuencia, los fabricantes responden a la demanda de los consumidores desarrollando una gran cantidad de ropa poco duradera a precio de ganga. Como resultado, una gran cantidad de ropa usada se desecha y se acumula en los vertederos. La situación actual de los residuos textiles se ha vuelto crítica para el medio ambiente en todo el mundo. Se han adoptado normativas de gestión de residuos textiles en todo el mundo. Sin embargo, se necesitan tecnologías prometedoras para la utilización de los residuos textiles e ideas para sistemas de reciclaje.

Desgraciadamente, mientras la demanda de textiles aumenta, las materias primas disminuyen, es un hecho que los productos reciclados son difíciles de comercializar. Además, lo que es aún más extraño, la gran variedad de desarrollos innovadores de productos y procesos disponibles para utilizar materias primas textiles secundarias sigue estando infravalorada.

Los diseñadores siempre estarán limitados por los presupuestos y el mercado, la globalización se suma al pensamiento económico, la ecología sigue siendo sólo un aspecto de interés. Sin embargo, el reciclaje textil seguirá desarrollándose y predominará el diseño de productos fáciles de reciclar.

