



„TINERI IN MIȘCARE - Măsurile active pentru un viitor profesional sustenabil”, Cod SMIS 336098

Subactivitatea 5.1 Măsurile de intervenție pentru grupul țintă în vederea dezvoltării competențelor verzi

Fișa de lucru, Exercițiu „Cât de verde am fost până astăzi?”

Obiectiv

Conștientizarea obiceiurilor „verzi” pe care participanții le practică deja în viața de zi cu zi și crearea unei atmosfere pozitive, de încredere, ca punct de plecare pentru discuțiile despre economie verde și locuri de muncă verzi.

Instrucțiuni

Facilitatorul le propune participanților o listă de afirmații simple, legate de comportamente „verzi” și cere fiecărui participant să bifeze fiecare comportament pe care l-a făcut în ultima săptămână.

Scenariu	Da (1 punct)	Nu (0 puncte)
Am folosit transportul în comun, bicicleta sau am mers pe jos.		
Am reciclat hârtie, plastic, sticlă sau metal.		

Am folosit o sticlă reutilizabilă de apă sau o cană în loc de pahare de unică folosință.		
Am stins sau am scos din priză lumina/aparatele electrice când nu le-am folosit.		
Am încercat să nu arunc nici un fel de alimente.		
Am folosit sacoșe reutilizabile la cumpărături.		
Am cumpărat produse locale sau de sezon.		
Am evitat plasticul de unică folosință (paie, tacâmuri, farfurii).		
Am refolosit sau reparat un obiect, în loc să cumpăr altul nou.		
Am plantat, îngrijit sau udat o plantă/spațiu verde.		
Am folosit produse de curățenie sau cosmetice prietenoase cu mediul.		
Am urmărit un videoclip despre cum putem proteja mai bine mediul.		
Scor total		

Interpretare punctaj:

- 0–4 puncte: „La început de drum verde” – poți face multe schimbări simple.
- 5–8 puncte: „Responsabil verde” – aplici deja câteva obiceiuri eco, mai sunt pași de făcut.
- 9–12 puncte: „Campion verde” – ești un model de urmat în comportamentele prietenoase cu mediul.

Beneficii

- Sparge gheața și creează un început dinamic al seminarului.
- Încurajează schimbul de experiențe și idei practice.
- Leagă viața personală a participanților de tematica seminarului.



„TINERI IN MIȘCARE - Măsurile active pentru un viitor profesional sustenabil”, Cod SMIS 336098

Subactivitatea 5.1 Măsurile de intervenție pentru grupul țintă în vederea dezvoltării competențelor verzi

Fișa de lucru, Dezbateri „Locuri de muncă verzi în HORECA ”

Obiectiv

Conștientizarea modului în care transformarea unei unități tradiționale (hotel/restaurant) într-una verde generează noi oportunități de angajare.

Identificarea locurilor de muncă verzi și a competențelor necesare pentru acestea.

Instrucțiuni

Facilitatorul prezintă participanților următorul scenariu:

Hotelul „Carpați”, un hotel tradițional de 3 stele situat în mediul rural din județul Brașov, funcționează de peste 15 ani și se bucură de o clientelă fidelă. Totuși, în ultimii ani, managerii au observat o schimbare: au tot mai mulți turiști care se interesează de politicile de turism ecologice, de meniuri sănătoase și de servicii prietenoase cu mediul. În plus, costurile cu energia și apa cresc constant, iar cheltuielile cu gestionarea deșeurilor devin tot mai mari.

Conducerea hotelului decide să înceapă un proces de transformare, pentru a deveni un hotel verde. În primul rând, sunt schimbate toate becurile cu iluminat LED și sunt instalate panouri solare pentru încălzirea apei. Se trece la un sistem de colectare selectivă a deșeurilor și se renunță complet la

plasticul de unică folosință – paiele, paharele și tacâmurile fiind înlocuite cu variante biodegradabile.

În bucătărie, meniul este regândit: se pun accent pe produse locale și de sezon, iar clienții pot alege mai multe preparate vegetariene și vegane. Bucătarii sunt instruiți să reducă risipa alimentară printr-o planificare mai atentă a stocurilor și folosirea creativă a ingredientelor.

De asemenea, sunt instalate robinete cu debit redus și sisteme de economisire a apei în camere, iar personalul de întreținere este instruit să folosească produse de curățenie prietenoase cu mediul. La recepție, clienții primesc informații despre politicile eco ale hotelului și sunt încurajați să participe activ la protejarea mediului (ex. să refolosească prosoapele pentru mai multe zile).

Intrebări de dezbattere:

- Ce noi locuri de muncă verzi pot apărea în hotelul transformat?
- Cum se schimbă atribuțiile pentru angajații existenți?
- Care sunt avantajele pentru angajați?
- Ce dificultăți sau costuri pot apărea pentru angajați?

.....

.....

.....

.....

Beneficii

- Oferă un exemplu concret și ușor de înțeles despre cum se aplică economia verde în HORECA.
- Evidențiază legătura dintre transformarea verde și apariția locurilor de muncă noi.



„TINERI IN MIȘCARE - Măsurile active pentru un viitor profesional sustenabil”, Cod SMIS 336098

Subactivitatea 5.1 Măsurile de intervenție pentru grupul țintă în vederea dezvoltării competențelor verzi

Fișa de lucru, Exercițiu „ Planul meu pentru un loc de muncă verde ”

Obiectiv

Identificarea elementelor care transformă un loc de muncă într-unul verde.

Corelarea noțiunilor abstracte (economie verde, sustenabilitate, locuri de muncă verzi) cu aspecte practice și concrete din activitatea de zi cu zi.

Instrucțiuni

Facilitatorul prezintă următoarea situație ipotetică: *Imaginează-ți că lucrezi într-un hotel, restaurant sau cafenea care își propune să devină un „loc de muncă verde”* și roagă participanții să se gândească la ce schimbări ar face în acest sens pentru:

- Energie
.....
- Apă
.....
- Alimente
.....

- Deșeuri

- Servicii pentru clienți

Ideile se citesc în plen iar apoi facilitatorul moderează o discuție pe marginea măsurilor propuse.

Întrebări de ghidaj:

- Dacă ar fi să aleagă o singură măsură prioritară pe care ai aplica-o imediat la locul de muncă, care fi aceasta și de ce?
- Ce ai putea să faci tu în fiecare zi pentru a menține locul de muncă verde?
- Crezi că clienții își dau seama că locul tău de muncă este verde? Crezi că apreciază acest fapt?

Beneficii

- Participanții înțeleg mai bine ce înseamnă, concret, un loc de muncă „verde”.
- Participanții își dau seama că și ei personal pot contribui la crearea unui loc de muncă verde, nu doar angajatorul
- Pregătește participanții să recunoască și să aplice bune practici de sustenabilitate în viitorul lor loc de muncă.



„TINERI IN MIȘCARE - Măsurile active pentru un viitor profesional sustenabil”, Cod SMIS 336098

Subactivitatea 5.1 Măsurile de intervenție pentru grupul țintă în vederea dezvoltării competențelor verzi

Fișa de lucru, Studiu de caz „Reducerea risipei alimentare într-un hotel ”

Obiectiv

Înțelegerea modului în care risipa alimentară afectează costurile de funcționare în HORECA.

Identificarea soluțiilor practice pentru reducerea risipei alimentare în industria HORECA.

Instrucțiuni

Facilitatorul prezintă următorul studiu de caz:

Hotelul „Carpați Resort”, un complex turistic cu servicii all-inclusive din Poiana Brașov, oferă zilnic un bufet bogat pentru micul dejun. În fiecare dimineață, mesele sunt încărcate cu fructe, produse de patiserie, ouă, cârnați, brânzeturi, legume proaspete, iaurturi și băuturi calde. Conducerea a observat însă că, după terminarea programului, o cantitate semnificativă de mâncare rămâne neconsumată și trebuie aruncată.

De exemplu, coșurile cu pâine și chifle care sunt umplute complet la ora deschiderii, multe dintre ele rămân intacte până la final. Platourile cu fructe conțin mereu mult mai multe banane și portocale decât se consumă, iar o parte ajung inevitabil la gunoi. Produsele de patiserie sunt în sortiment bogat, însă clienții gustă doar câteva, restul fiind aruncate. La fel, ouăle fierte sunt pregătite în cantități mari „ca să fie pentru toată lumea”, dar multe rămân neatînse.

În plus, hotelul oferă sticle de iaurt de 330 ml, dar mulți clienți le desfac, gustă puțin și apoi le lasă pe masă. O altă problemă apare la platourile cu mezeluri și brânzeturi: pentru ca bufetul să pară mereu plin, personalul adaugă în continuu alimente, chiar dacă numărul clienților scade pe măsură ce trece dimineața.

Pe lângă risipa vizibilă, apar și costuri ascunse: transport repetat pentru aprovizionare, cheltuieli mai mari cu depozitarea și eliminarea deșeurilor alimentare. Managerul hotelului începe să se întrebe cum ar putea ajusta mai bine oferta, astfel încât clienții să rămână mulțumiți, dar risipa să fie redusă.

Întrebări de ghidaj:

- Care sunt cele mai evidente surse de risipă alimentară la acest hotel?
.....
.....
- Ce soluții ar putea fi aplicate pentru a reduce risipa alimentară? Identificați minimum 5 măsuri concrete prin care hotelul ar putea reduce risipa alimentară la micul dejun:
.....
.....
.....
.....
- Ce rol poate avea personalul hotelului în prevenirea pierderilor?
.....
.....

Beneficii

- Exemplifică modul în care conceptele de „gestionare eficientă a resurselor” se aplică în practică.
- Conectează tema risipei alimentare cu rolul fiecărui angajat în HORECA.