

ЕДУКАТИВНИ ПРОГРАМИ

2022

ЗА МЛАДИ ВО КУЛТУРНИТЕ ИНСТИТУЦИИ

WWW.SMR.ORG.MK



Музеј на град Неготино

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



АВТОРИ

Мартина Јачевска, Ѓорѓи Лазов и Драгица Чекоровска.

ПРОЕКТ

[The Melting Pot](#)

ДОНАТОР

Фондација ТЕМПУС (Република Србија)

ПАРТНЕРСКИ ОРГАНИЗАЦИИ

Национална асоцијација на практичари/ки за младинска работа - НАПОР (Србија)

Галерија Матице Српске (Србија)

Мрежа млади Хрватска (Хрватска)

ПОГОН - Загребачки центар за независна култура и млади (Хрватска)

Музеј на град Неготино (Северна Македонија)

Сојуз за младинска работа (Северна Македонија)

КООРДИНАТОР НА АКТИВНОСТА

Недељка Боројевич (НАПОР)

ИЗДАВАЧ

Национална асоцијација на практичари/ки за младинска работа - НАПОР (Србија)

Сутјеска 2/II-12, 21000 Нови Сад, Србија

Графички дизајн

Давид Билобрк


Приспособување на дизајн

Константин Карадафов

ОДРЕКУВАЊЕ ОД ОДГОВОРНОСТ:

„Европската Комисија којашто ја обезбеди поддршката за подготовката на оваа публикација не е одговорна за нејзината содржина, туку содржината на оваа публикација ги одразува гледиштата на авторите“

За било каква употреба на содржината или делови од содржината на публикацијата, треба да се побара дозвола и да се означат авторите.



**ПРОГРАМА ЗА МЛАДИНСКА РАБОТА ВО
КУЛТУРНИТЕ ИНСТИТУЦИИ – ПРИМЕР 1**

1.1 ОПШТИ ИНФОРМАЦИИ ЗА ПРОГРАМАТА ЗА МЛАДИНСКА РАБОТА ВО КУЛТУРНИТЕ ИНСТИТУЦИИ

Назив на програмата	Култура низ објектив (Kultura niz objektiv)
Времетраење:	24
Број на учесници:	20 учесници/учеснички - млади на возраст од 15 - 26
Траење на програмата (часови):	90 минути
Цели на програмата:	Зајакнување на чувството на припадност и соработка на младите со институциите за култура и нивната улога како креатори на културен производ и организација на културни настани.
Очекувани резултати :	Унапредување на способноста на младите за изразувањето на различните елементи на културата преку фотографија . Креирање на активности и програми во област културата од интерес на младите преку нивно директно и активно вклучување во самиот процес. Унапредување на личниот и социјален развој на младите, зголемување на самодовебата, комуникациските и социјални вештини, креирање на ставови и вредности преку набљудување на културата на национално и локално ниво и препознавање на нивното активно учество во неа.
Методи:	Методи кои се користат во неформалното образование
Материјали за учење и литература:	Прирачници за организација на настани во културата / дигитални и печатени материјали за културата, креирани од страна на музејот, интернет ресурси и сл. / прирачници и литература за фотографија

1.2. ПОДАТОЦИ ЗА СПРОВЕДУВАЧИТЕ НА ПРОГРАМАТА

Име на организација:	Сојуз за младинска работа		
Име на институција:	Музеј на град Неготино		
Место:	Неготино, Северна Македонија		
Име и презиме на младинскиот работник:	Мартина Јачевска	Телефон и е-mail:	070911366 m.jacevska@gmail.com
Име и презиме на културниот работник:	Ѓорѓи Лазов	Телефон и е-mail:	072 318 459 mrgorgi85@gmail.com

1.3 ПЛАН ЗА СПРОВЕДУВАЊЕ НА ПРОГРАМА ЗА МЛАДИНСКА РАБОТА ВО ИНСТИТУЦИЈА ОД ОБЛАСТА НА КУЛТУРАТА

Бр. на средби	Време-траење	Опис на активностa	Методи	Остварени цели од програмата	Очекувани резултати
1	18.00 – 18.15	<p>Активност за запознавање</p> <p>„Име и движење“ - Учесниците формираат круг. Еден по еден го кажуваат своето име и прават движење, по секој учесник сите заедно го повторуваат името и движењето. Како предизвик откако сите учесници ќе се претстават еден од учесниците ги кажува имињата на сите.</p> <p>Вежба за загревање</p> <p>„Брз дејт“ - Учесниците формираат парови и им се дава прашање или реченица во врска со која треба да разговараат (пр. ако би можел/а да живееш каде било, кое место би го одбрал/а?, ако имаш можност да одиш на вечера со некој уметник/ца кој/а би ја одбрал и зошто?) во времетраење од 2 минути. По истекување на времето го менуваат партнерот/ката и добиваат нова тема или прашање за разговор.</p>	Активности за запознавање Работа во пленум Работа во парови	Запознавање на учесниците Поврзување на групата	
	18:50 - 19:20	<p>Запознавање на тимот и проектот</p> <p>Претставување на фасилитаторите, СМР и Музејот на град Неготино преку презентација.</p> <p>Запознавање на учесниците со идејата, целите и активностите на проектот, претставување на програмата - презентирање на целите, распоредот, времетраењето, темата и други логистички детали. Простор за учесниците да поставуваат прашања кои ги интересираат</p> <p>Очекувања, предизвици и предлози</p> <p>Учесниците имаат 5 минути да размислат за секоја од трите категории. На стикери во соодветна боја на ќе можат да ги напишат (пр. очекувања - жолта, предизвици - црвена, предлози - сина). Ќе бидат подготвени три соодветни флипчарти на кои ќе ги залепат по што ќе се отвори дискусија за истите.</p>	Презентација Индивидуална работа Дискусија во група	Зголемување на разбирањето на учесниците за работата на организаторите,	учесниците се запознаени со со фасилитаторите, организацијата и музејот, програмата Учесниците ги разбираат очекувањата, предизвиците и начините на кои можат да придонесат кон продуктивноста и постигнувањето на целите на програмата
	19:15 - 19:30	<p>Евалуација на работилницата</p> <p>Секој учесник споделува по еден збор со кој опишува како се чувствува после денешната работилница.</p>	Индивидуална работа Дискусија во група		

Бр. на средби	Времетраење	Опис на активноста	Методи	Остварени цели од програмата	Очекувани резултати
2	19:00 - 19:25	<p>Галерија на портрети</p> <p>групата се дели на два еднакви дела. Групата А формира внатрешен круг што гледа нанадвор, групата Б формира надворешен круг што гледа навнатре. Секој од група А треба да гледа во некој од групата Б. Членовите на групата А, внатрешниот круг ќе бидат оние чии портрети ќе се изработуваат. Групата Б се уметниците. Објаснете дека групата Б ќе бидат уметниците за портрети на групата А. Секој член од групата Б треба да има хартија и маркер во рака и да започне со пишување на името на нивниот модел на врвот од листот. Треба да има што е можно повеќе бои на маркери и со поголема дебелина. Кога ќе започне активности, уметниците од групата Б почнуваат со цртање на моделите од групата А. Ова го прават во интервали од 10-15 секунди. После секој интервал, фасилитаторот вика „Ротирај“ и уметниците ротираат еден чекор на лево додека го даваат листот на лицето од нивна денса страна. Со тоа секој уметник стои пред нов модел на чиј портрет треба да работи. Кога ротираат уметниците треба да ги задржат своите маркери кај нив. Ротирајте во додека не се сменат сите учесници и првиот дојде повторно кај својот модел. Ротацијата завршува тука и тие го даваат портретот на моделот. Групите си ги заменуваат улогите и се повторува целиот процес</p>	Работа во група		
	19:25 - 19:40	<p>Борба со снежни топки</p> <p>Учесниците земаат по еден лист хартија и на него одговараат самостојно неколку прашања за себе. Прашањата се поставени од страна на фасилитаторот. Учесниците ги свиткуваат хартиите со нивните одговори во форма на топка. Почнуваат да ги фрлаат топките хартија низ собата, симулација на борба со снежни топки, се додека фасилитаторот не кажи СТОП. Откако фасилитаторот ќе каже СТОП, учесниците земаат рандом по една снежна топка (топчето хартија) го отвараат и според одговорите напишани на хартијата се обидуваат да ја пронајдат личноста која ги напишала тие одговори. Може да се повтори ова неколку пати, за сите да може да се запознаат подобро.</p> <p>Столици што паѓаат</p> <p>Учесниците застануваат од страна на столиците, додека секој учесник држи по еден стол. Учесниците треба синхронизирано да го пуштат столот што го држат, а со другата рака да го фатат столот на учесникот до нив. Ако падне еден стол, сите учесници се враќаат на почетните места, кај својот стол и почнуваат одново. Учесниците треба да направат еден целосен круг, без да им падне ниедно столче.</p> <p>Чвор од раце</p> <p>Учесниците се делат во две групи, застануваат во два помали кругови. Сите учесници ја испружуваат десната рака и прават со тој спроти нив, потоа ја пружаат и левата и прават здраво со некој спроти нив. Задачата е да се „одврзат“ без да ги пуштат рацете</p> <p>Река со камења</p> <p>Фасилитаторот поставува 10-тина листови хартија на подот рандом. Листовите хартија преставуваат камења во река. Целта на активноста е сите учесници успешно да ја поминат реката со тоа што стапнуваат само на листовите хартија. Проблемот е тоа што ако нема никој од учесниците да стои барем со една нога на листот хартија, тогаш тој лист пропаѓа во вода и учесниците што се позади нив нема да можат да ја поминат реката. Учесниците треба да смислат стратегија како заедно сите да ја поминат реката.</p>	Запознавање помеѓу учесниците Тимска работа	Унапредување на социјалните и тимски вештини на младите и развивање на чувство на припадност.	Учесниците чувствуваат припадност и поврзаност со групата и се подготвени да соработуваат и да ги изразуваат отворено своите мислења.

	19.20 – 19.30	Евалуација Учесниците треба да изберат еден пијалок кој опишува како се чувствуваат. И да споделат со групата зошто го одбрале баш тој.	Дискусија во група		
--	------------------	---	--------------------	--	--

Бр. на средби	Време-траење	Опис на активноста	Методи	Остварени цели од програмата	Очекувани резултати
3	19:00 - 19:10	Вежба за загревање „Вистина и столица“ - Еден учесник е во средина на круг, додека сите други седат на столици околу него. Учесникот во средина изјавува некоја вистина за себе како на пр. Играм видео игри, и сите други учесници кои навистина играат видео игри треба да станат и да седнат на друга столица. Учесникот во средина во тој момент се обидува да си најде столица за себе. Еден учесник останува повторно во средина и следно кажува вистинска изјава за себе си.	Работа во група		
	19:10 - 19:40	Што е тоа култура? Елементи на културата. Дискусија: Што е култура? Во голема група или помали групи, бура на идеи за како културата може да се дефинира и што може да вклучува. - Што е култура? - Кој сè има култура? - Дали културата постои надвор од групите на луѓе како училиште, спортски клубови, нации? - Кои се карактеристиките на културата? - Како се демонстрира културата, формира, практикува? - Како се гледа на културата, интерпретира, вреднува? Дефиниција: Културата го обликува речиси секој аспект на човековото искуство - нашите чувства, перцепции, однесување, интерпретација, она што го слушаме, мирисаме, вкусуваме, чувствуваме и гледаме. Го структурира нашиот општествен свет и општествени интеракции. Ни обезбедува сет на верувања, вредности и објаснувања кои го формираат нашиот поглед на светот. На 4 листа хартија има испринтано 4 различни дефиниции за што е тоа култура. Учесниците ротираат од еден до друг лист хартија и на крај одлучуваат да застанат покрај таа дефиниција која според нив најточно опишува „Што е тоа култура?“ Според тоа кој од учесниците застанал покрај која дефиниција се формираат групи. Групите ја бранат-дискутираат за тоа зашто ја одбрале. Баш таа дефиниција. Активност: Културна санта 1 Учесниците се презентирани со цртежот за санта мраз. - Што знаеме за сантите мраз? - Кои аспекти од културата се видливи? - Кои аспекти од културата не се видливи или се „под водата“? - Што се случува ако го гледаме или разбираме само видливиот дел од сантата мраз? - Кои се карактеристиките кои влијаат и ја обликуваат нашата санта мраз? - Дали линијата до каде што доаѓа водата може да се помести? - Оваа активност има улога да ги води учесниците да ја земаат во предвид различната и динамична природа на културата, и да илустрира дека културата е нешто кое сите го поседуваме. Според претходно поделените групи, учесниците одат во своите групи, дискутираат за елементите на културата и санта мраз, па имаат задача на стикери да напишат елементи од културата и да ги залепат на кој дел од санта мразот припаѓаат. Потоа дискутираат зошто одлучиле така и дали стикерите се на точниот дел од сантата мраз.	Презентација Работа во група Дискусија во група	Унапредување на разбирањето на младите за основните елементи на културата и на поимот култура.	Учесниците разбираат што е култура, кои се видливи, а кои не веднаш видливи елементите на културата и како овие елементи влијаат на формирањето на ставови.

19:40 - 19:45	Вежба за загревање „Куќа и домаќини“ – Двајца учесници прават покрив со рацете, околу третиот учесник. Третиот учесник е домашин, додека двајцата што го формираат покривот се куќи. Еден останува сам во средината и кога кажува домаќини, домаќините треба да си најдат друга куќа. Повторно некој останува во средина сам. Може да се кажи и куќи, тогаш куќите се разделуваат и треба да формираат нова куќа околу некој од домаќините. На крај постои и исто така земјотрес, каде што сите се разделуваат и треба да формираат нови куќи со домашини.	Работа во група		
19:45 - 20:20	Запознавање со улогите на вработените во Музејот Презентација на улогите од страна на вработените лица во музејот. По ова учесниците се делат во 3-4 групи. Во секоја од групите има по еден вработен од музејот. Учесниците имаат 10 минути да разработат кратка презентација во која секој ќе заземе улога на некој од вработените. Групите имаат по 5 минути за презентација преку игра на улоги во пленум.	Презентација Работа во групи Игра на улоги	Унапредување на разбирањето на младите за улогите кои ги имаат вработените во музејот.	Младите се запознаени со различните улоги на вработените во музејот и ги знаат нивните орговорности.
20:20 - 20:30	Евалуација Учесниците во пленум споделуваат што од сесијата им оставило најголем впечаток.	Работа во група		

Бр. на средби	Времетраење	Опис на активноста	Методи	Остварени цели од програмата	Очекувани резултати
4	19:00 - 19:10	<p>Вежба за загревање „Банг“ Инструкции</p> <p>Прв чекор: Групата застанува формира круг. Еден учесник стои внатре во кругот како шериф.</p> <p>Втор чекор: Шерифот брзо се врти и посочува со рацете кон некоја личност од кругот и извикува „банг“. Личноста која е посочена треба да клекне што побрзо. Двајцата учесници околу неа треба да се свртат еден кон друг и да ги кажат имињата на тој кон кого гледаат и да посочат со дланките кон него. Личноста која последна ќе го каже името излегува од играта. Освен доколку личноста која е покажана од „шерифот“ не клекне. Во тој случај таа личност излегува од игра. Кога ќе останат само двајца учесници тие застануваат свртени со грб еден кон друг на средината од собата. „Шерифот“ извикува броеви по избор. На секој непарен број тие прават чекор напред. На првиот парен број треба брзо да се свртат и да викнат „банг“. Оној кој е побрз победува.</p>	Работа во група		
	19:10 - 20:20	<p>Подготовка, Менаџмент на настани/ Организација на културни настани, имплементација и follow-up на настани</p> <p>Учесниците се делат во групи и имаат за задача да истражат кои се основните елементи при подготовка, менаџмент, организација и следење на успешноста на настани. По ова учесниците ги презентираат информациите кои ги имаат најдено во нивните групи. Во пленум се отвора дискусија за пронајдените информации.</p>	Истражување Работа во група Презентација	Унапредување на вештините на учесниците при подготовка, организирање, менаџирање и следење на успешноста на настаните. Унапредување на разбирањето на младите за културни настани, организација и менаџмент на настаните.	Учесниците ги разбираат фазите при креирањето на настан.
	20:20 - 20:30	<p>Евалуација</p> <p>Учесниците се покануваат да напишат по 3 најважни работи што ги научиле на сесијата и 3 прашања што допрва би сакале да ги истражат во врска со организација, менаџирање и следење на културни настани..</p>	Индивидуална работа Дискусија во група		

Бр. на средби	Време-траење	Опис на активноста	Методи	Остварени цели од програмата	Очекувани резултати
5	19:00 - 19:10	Вежба за загревање „Викни“ - Чекор 1: Групата стои рамо до рамо во круг. Секој мора да може да ги види очите на сите други. Објаснете дека ќе давате два комплети инструкции постојано, „главите надолу“ и „главите горе“. Кога ќе кажете „главите надолу“, сите гледаат во своите нозе. Чекор 2: Кога ќе кажете „главите горе“, сите гледаат нагоре и веднаш гледаат директно во главата на една друга личност во кругот. Постојат две можни последици: кога човек ќе погледне во некој што гледа во некој друг, ништо не се случува; кога некој ќе погледне во некој што гледа назад во нив, и двајцата треба да испуштат силен врисок. Тие двајца потоа се „надвор“ и стојат надвор од кругот за да набљудуваат. Откако „врескачите“ ќе го напуштат кругот, кругот се затвора и ја повторува постапката додека не останат само две лица. Последните двајца треба да го направат тоа уште еднаш.	Работа во група		
	19:10 - 20:20	Културните настани и младите Во групата сите заедно креираат бура на идеи кои настани се случуваат пред, за време и по ковид пандемијата. По креирањето на листата младите се обидуваат да набројат настани кои биле наменети за млади или организирани од млади во нивното место на живеење Учесниците се делат во помали групи и секоја група има за задача да најде примери за настани организирани од млади и наменети за млади со користење на интернет. По истражувањето, презентираат еден настан кој го имаат најдено Учесниците повторно доаѓаат во своите групи и имаат за задача да размислат и креираат идеја за настан кој тие би можеле да го организираат, според фазите кои ги имаат научено на претходната сесија ја разработуваат идејата и потоа ја презентираат во големата група. Последната задача на групата е да одбере која идеја би сакала да ја реализира на крајот од програмата.	Дискусија во група Работа во групи Презентација	Зголемување на свеста на учесниците за постоењето на настани од културен карактер за млади. Унапредување на самодовербата и мотивацијата кај учесниците за креирање на културни настани од интерес за младите.	Учесниците се свесни за постоењето на различни културни настани за млади на локално, национално и интернационално ниво. Учесниците се мотивирани да придонесат и креираат културни настани од интерес на младите на локално ниво.
	20:20 - 20:30	Евалуација Прашања и одговори за впечатоците од сесијата	Дискусија во група		

Бр. на средби	Време-траење	Опис на активноста	Методи	Остварени цели од програмата	Очекувани резултати
6	19:00 - 19:10	Вежба за загревање „Испраќање на сигнал“ На стол на еднаква оддалеченост од првите членови на групите се поставува предмет. Групата се дели на пола и застануваат едни спрема други, во тимовите се држат за раце и ги затвораат очите. По испраќање на сигнал од страна на фасилитаторот кој стои ос спротивна страна на столот, учесниците имаат задача да го пренесат сигналот со стискање на дланката на секој следен со што последниот ги отвора очите и го зема предметот од столот. Секој кој ќе успее прв да го земе предметот оди на крајот од редот. Победници се оние кај кои прв повторно ќе дојде на ред оној што прв трчал по предметот.	Работа во група		

19:10 - 20:20	<p>Видови на културни настани и вклучувањето на младите</p> <p>Поделба на учесниците во тимови со задача да истражат какви типови на настани постојат и по 3 креативни начини како младите можат да се вклучат во културни настани или активности во културни институции.</p> <p>Учесниците се делат во групи според делот во кој би сакале да заземат поголема улога на завршниот настан и според тоа креираат чек листи на задачи кои ќе треба да ги исполнат пред, за време и по завршувањето на настанот.</p> <p>Групите креираат нацрт верзии за агенда, настан за социјални медиуми, распоред на простор одредување на модератори на работилници и почетно планирање за нивна имплементација и др обврски кои се потребни за подготовка и реализација на настанот.</p>	Работа во групи Презентација	Запознавање на учесниците со процесите на креирање на активности и програми во областа на културата од интерес на младите преку нивно директно и активно вклучување во самиот процес.	Учесниците имаат зголемени капацитети за организација на културни настани од нивен интерес во рамките на нивната заедница.
20:20 - 20:30	<p>Евалуација</p> <p>Секој учесник споделува по една работа која му се допаднала и една која може да се направи подобро.</p>	Индивидуална работа Дискусија во група		

Бр. на средби	Времетраење	Опис на активноста	Методи	Остварени цели од програмата	Очекувани резултати
7	19:00 - 19:10	<p>Вежба за загревање</p> <p>Побарајте од играчите да застанат во круг.</p> <p>Преправајте се дека држите топка во раката. „Покажете ја“ оваа имагинарна топка на сите. Кажете им на играчите дека ќе ја фрлат оваа топка наоколу. Објаснете дека ќе ја фрлите топката на еден од играчите. Пред да ја фрлите топката, ќе испуштите посебен звук. Посочете им на сите да внимаваат на топката и да се подготват да ја фатат. Пред да ја фати топката, играчот треба да го испушти истиот звук што го испуштил оној кој му ја подал. Испратете звук и „фрлете ја“ топката некому.</p> <p>Погрижете се овој играч да го испушти истиот звук и да ја фати топката. Објаснете дека фаќачот сега може да ја фрли топката на кој било друг играч, испуштајќи нов звук. Играчот што ја фаќа топката го повторува звукот. Овој играч ја фрла топката на кој било друг играч, испуштајќи нов звук.</p> <p>Откако топката ќе се фрли наоколу со прилично брзо темпо, воведете друга имагинарна топка и почнете да ја фрлате. Кога групата ќе стане умешна во тоа, можете да имате три или четири топки во игра.</p>	Работа во група		

19:10 - 19:50	<p>Експресија на културата низ уметноста - Интерактивно запознавање со различни културни експресији низ уметност.</p> <p>Посета на различни поставки, изложби на уметнички дела во музејот и наоколу проследени со дискусија.</p> <p>Можни прашања:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Дали ова според вас е уметност? - На кој начин ова дело ја отсликува културата? - Дали преку гледање на ова дело можете да препознаете од кој период потекнува? Како? - Дали можете да си го претставите живото на луѓето и поставеноста на општеството во моментот на изработка на ова/ие дела? - Какви емоции буди кај вас оваа поврзаност? - Според вас која форма на изразување на културата преку уметноста е најприфатлива, најдобро ја отсликува културата и периодот од кој потекнува? - Која уметност за вас е најдобар начин и најмногу би сакале да ја искористите да ја прикажете културата на општеството во кое вие припаѓате? 	Презентација Дискусија во група	Унапредување на разбирањето на учесниците за културата и како таа може да се изрази преку користење на различни типови на уметност.	Учесниците се запознаени со можноста за изразување на културата со користење на различни типови на уметност.
19:50 - 20:20	<p>Вовед во фотографија</p> <p>Презентирање на првото правило за композиција на слика од постоечките 7 правила.</p> <p>Вежба – Учесниците се поделени во неколку групи(зависи од бројот на присутни учесници).</p> <p>Во групи да направаат слики користејќи го првото правило за композиција и да ги презентираат своите слики.</p> <p>Презентација на направените слики.</p>	Презентација Работа во група	Вовед во полу-професионална фотографија Темелни правила за објективно уметничка фотографија. Запознавање на учесниците со можноста за изразување на културата на која припаѓаат преку фотографија.	Учесниците се запознаени со можноста за претставување на нивната култура преку фотографија.
20:20 - 20:30	<p>Евалуација</p> <p>Преку избор на поставка или фотографија од седијата учесниците ја опишуваат сесијата, и споделуваат зошто го направиле тој избор и како им помогнал да научат повеќе за темата.</p>	Дискусија во група		

Бр. на средби	Времетраење	Опис на активноста	Методи	Остварени цели од програмата	Очекувани резултати
8	19:00 - 19:10	<p>Вежба за загревање</p> <p>„Кој е виновникот?“</p> <p>Сите учесници седат во кург на столици. Еден од учесниците волонтира да излезе надвор на неколку минути.</p> <p>Останатите учесници одбираат кој од нив ќе го следат. Всушност тој што го одбрале, ќе им ги води движењата. Односно сите останати ќе го имитираат. Волонтерот којшто излегол надвор, може да се врати назад. Сега треба тој да погоди кој го имитираат сите. Кога ќе погоди, тој што бил виновникот и го имитирале сите, излегува надвор, а групата може да одбере нов виновник кој што ќе го имитираат.</p>	Работа во група		
	19:10 - 20:20	<p>Основни правила за композиција на фотографија 1 и 2 дел</p> <p>Презентација со второто, третото и четвртото правило за композиција на фотографија.</p> <p>Вежба – Учесниците се поделени во три групи Секоја група има по едно од трите презентирани правила и треба да направи по една заедничка слика што го отсликува тоа правило.</p> <p>Презентација на направените слики од групите.</p> <p>Презентација за петото, шестото и седмото правило за композиција на фотографија.</p> <p>Вежба – Учесниците се поделени во три групи Секоја група има по едно од трите презентирани правила и треба да направи по една заедничка слика што го отсликува тоа правило. Презентација на направените слики од групите</p>	Презентација Работа во групи	Запознавање на учесниците со можноста за изразување на културата на која припаѓаат преку фотографија.	Учесниците се запознаени и ги разбираат правилата за фотографија кои се користат при креирање на уметнички фоторграфии, преку кои ќе можат да изразат различни елементи на културата.
	20:20 - 20:30	<p>Евалуација</p> <p>Учесниците се покануваат да споделат со групата една работа која им оставила најголем впечаток од денешната сесија.</p>	Работа во група		

Бр. на средби	Времетраење	Опис на активноста	Методи	Остварени цели од програмата	Очекувани резултати
9	19:00 - 19:10	<p>Вежба за загревање</p> <p>„Еволуција“</p> <p>Постојат кокошка, мајмун, човек и супермен. На почетокот на играта, сите учесници се кокошки. Тоа значи дека сите учесници клечат и се движат на тој начин. Поентата на играта е учесниците да успеат да еволвираат од кокошка во мајмун, од мајмун во човек и од човек во супермен. Начинот на еволуција е следен: секој од учесниците треба да си најде партнер што е во истата фаза на еволуција. На пример, кокошката може да најде партнер што е исто така кокошка. Кога ќе го најдат партнерот играат лист, камен ножички. Кој ќе победи, еволвира во наредната фаза. Тој што губи се враќа назад една фаза, или ако е кокошка, останува да биде кокошка.</p>	Работа во група		
	19:10 - 20:20	<p>Сторителинг</p> <p>Основи на раскажување приказна</p> <p>Презентација за основните правила и структура на раскажување приказна.</p> <p>3 акти: вовед, заплет и расплет</p> <p>Перспектива – преку кој лик е раскажана приказната (POV)</p> <p>Жанр на приказната</p> <p>Метаморфоза на приказна</p> <p>Поделете ги учесниците во неколку различни групи во зависност од бројот на учесници.</p> <p>Прво, секоја група треба да избере по еден филм што го гледала целата група. Ако групата не може да најде заеднички филм, модераторот може да им помогне во изборот или може да преземат каква било форма на приказна како: позната бајка (Снежана, Пепелашка, Црвенкапа...) книга, видео игра итн.</p> <p>Откако групата ќе избере приказна, тие имаат задача да дефинираат:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. За каков жанр се работи? 2. Од која гледна точка, лик се раскажува приказната? 3. Да се деконструира приказната во структурата на приказна од 3 чина. Не треба да ја прераскажуваат приказната, само да ја сумираат целата оригинална приказна во 2-3 реченици. <p>Откако групата ќе ги препознае елементите на оригиналната приказна, тие имаат задача да ја променат со правење промени на:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Промена на гледна точка од која првично беше раскажана приказната. 2. Промена на жанрот на филмот/приказната. 3. Со менување на ликот (гледната точка) како се менува развојот на приказната. Раскажување на новата приказна во структурата на приказна во 3 чина со 2 до 3 реченици по чин. <p>За оваа активност се препорачува да се даде време на групата 20-30 минути за да ја исполни задачата.</p> <p>Подоцна, кога сите групи ќе ја завршат задачата, од нив се бара да ја претстават својата изменета приказна пред останатите учесници.</p>	Презентација Работа во групи	Запознавање на учесниците со основите за раскажување на приказна и метаморфоза на приказна	Учесниците се запознаени со основите за раскажување на приказна, метаморфоза на приказна и со вештините кои треба да ги поседуваат за да можат да креираат приказни кои би привлечле публика.
	20:20 - 20:30	<p>Евалуација</p> <p>Учесниците се покануваат да споделат како се чувствуваат по активноста.</p>	Дискусија во група		

Бр. на средби	Времетраење	Опис на активноста	Методи	Остварени цели од програмата	Очекувани резултати
10	19:00 - 19:50	Изложба на фотографии Посетување на изложба на фотографии, во овој случај на фотографии и уметнички слики на Чешки уметници. Изложбата се случува во Музеј на град Неготино.			
	19:50 - 20:20	Анализа на фотографиите од изложбата Откако ќе заврши изложбата, учесниците се собираат во круг. Се врши анализа на настанот: <i>Како е настанот организиран?</i> <i>Кои беа активностите/редоследот на случувањата при изложбата на фотографии?</i> <i>Колку беше интересен настанот за нив?</i> <i>Што би промениле?</i> <i>Како би можеле младите да се вклучат во организација на еден ваков настан?</i> Откако ќе се направи анализа за самиот настан, фасцилитаторот преминува на дискусија за анализа на фотографиите изложени. Анализата може да биде потикната со следниве прашања: <i>Кои фотографии најмногу ви се допаднаа?</i> <i>Зошто ви се допадна баш таа фотографија?</i> <i>Дали забележавте на некои од фотографиите некои од правилата за композиција на фотографија?</i> <i>Зошто уметникот се обидел да го фотографира тој објект/субјект на тој начин?</i>	Презентација Работа во групи	Унапредување на разбирањето за анализа и организација на културен настан и негово спроведување како и согледување на предностите и недостатоците на истиот.	Учесниците имаат зголемено разбирање за целокупниот процес за организација, имплементација и евалуација на културен настан, и се подготвени креираат сопствен културен настан.
	20:20 - 20:30	Евалуација Учесниците за задача добиваат да размислат за една причина поради која би поканиле некој близок на изложба и една причина поради која не би го поканиле. Зошто?	Индивидуална работа Дискусија во група		

Бр. на средби	Времетраење	Опис на активноста	Методи	Остварени цели од програмата	Очекувани резултати
11	19:00 - 19:10	<p>Вежба за загревање</p> <p>Бабата и клучот</p> <p>Еден од учесниците волонтира да биде бабата. Останатите се нејзините наследници. Бабата имала ковчеже со злато, ама клучот го чувала со неа цело време и не сака да го споделува со никого. Останатите учесници треба тимски да работат да успеат да го земат клучот од бабата. Бабата застанува на крајот од собата, свртена со грб кон останатите учесници. Позади неа, на подот се остава клучот.</p> <p>Учесниците се наредени во линија на другиот крај од собата. Тоа е нивната почетна линија. Учесниците можат да се придвижуваат кон клучот и бабата само кога бабата е свртена со грб кон нив.</p> <p>Бабата во секој момент може да се сврти кон нив. Во тој момент никој од учесниците не смее да се движи.</p> <p>Ако бабата види дека некој од учесниците се движи кога ќе се сврти кон нив, тогаш бабата го праќа учесникот којшто го видела дека се движи, назад кон почетната линија. Кога некој од учесниците ќе успее да го зеде клучот, тогаш треба сите заедно да работат и да го врата клучот до почетната линија.</p> <p>Учесниците може да си го подаваат клучот едни на други, за да може што побрзо да го вратат до почетната линија.</p> <p>Откако бабата ќе види дека клучот го нема, односно некој од учесниците го земал, тогаш бабата може да се придвижува низ собата и има еден обид да погоди кај кого е клучот.</p> <p>Ако бабата погоди кај кого е клучот тогаш бабата победува и играта завршува.</p> <p>Ако бабата не погоди кај кого е клучот, се враќа на нејзиното место и се свртува повторно со грб кон учесниците. Тогаш учесниците можат да се придвижуваат и да си го подаваат клучот. Бабата може пак да се сврти кон нив и да проба да го најде клучот. Кога учесниците ќе го донесат клучот до почетната линија, а во меѓувреме бабата не успеала да го најде клучот, тогаш играта завршува и учесниците победуваат. Играта може да се повтори неколку пати, каде што учесниците може да пробаат различни тимски стратегии за тоа како да го земат клучот.</p>	Работа во група		
	19:10 - 20:20	<p>Претставување на културата преку фотографии и приказна</p> <p>Секој учесник има задача да направи приказна во 4-6 фотографии, преку кои ќе ја претстави културата. Учесниците имаат 30 мин да ги направат фотографиите. Учесниците се собираат и ги предаваат своите приказни во фотографии. Секој учесник детално ја презентира својата приказна од фотографии.</p>	Индивидуална работа Презентација Дискусија во група	Запознавање на учесниците со процесите и методите на креирање приказна преку визуелни медиуми.	Учесниците се запознаени со постапката на користење на визуелна приказна како алатка за претставување на елементи од културата, и презентација на истата.
	20:20 - 20:30	<p>Евалуација</p> <p>Учесниците имаат за задача да пронајдат gif или емоџи преку кое би опишале како се чувствуваат по завршувањето на сесијата.</p>	Дискусија во група Индивидуална работа		

Бр. на средби	Времетраење	Опис на активноста	Методи	Остварени цели од програмата	Очекувани резултати
12-13 Блок работилница *може да се раздели на две работилници	17:00 - 17:20	<p>Вежба за загревање</p> <p>„Слепи точки“ Поделете ги учесниците во две групи. Секоја од групите треба да избере по еден лидер. Само тој лидер ќе може да гледа, додека останатите се сите со превез околу очите.</p> <p>На почетокот се одлучуваат две точки, А и Б. Точките А и Б се места во просторот и околината. Двете групи треба со превез на очите да стигнат до точка А.</p> <p>Се остава 10 мин. време за учесниците во своите групи заедно со лидерот којшто може да гледа, да направат заедничка стратегија за тоа како да пристигнат до точка А.</p> <p>Откако ќе пристигната двете групи до точка А, имаат 5 минути да се договорат дали стратегијата што ја користеле била успешна и дали ќе направат некои промени. Откако ќе се договорат, двете групи треба да стигнат до точка Б.</p>	Работа во група		
	17:20 – 18:10	<p>Симулација за организирање на настани 1</p> <p>Симулација за презентирање проекти</p> <p>Од учесниците се одбираат тројца кои ќе бидат жири за оценување на презентацијата на останатите учесници. На тројцата од жирито им се доделени следниве улоги во кои тие треба да влезат:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Градоначалник на општина - Младински службеник - Финансиски координатор <p>Останатите учесниците се поделени во 3 до 5 групи, зависи од бројот на присутни учесници. Секоја група треба да смисли настан или проект кои сакаат да го направат во нивната општина. За ова им е дадено 30 мин. да го смислат, склопат и да ја спремаат презентацијата. Откако ќе им бидат спремни настаните или проектите, секоја група го презентира својот проект пред тројцата во жирито.</p> <p>Жирито им дава критики, предлози и поени на секој од проектите.</p> <p>На крајот жирито се одлучува за победник на еден од презентираниите проекти.</p>	Симулација Работа во групи Игра на улоги	Унапредување на вештините на учесниците за практична употреба на стекнатите знаења од претходните сесии. Развивање на вештините за организација и презентација на настани.	Учесниците се подготвени практично да ги употребат стекнатите знаења во врска со организација на настани од културен карактер од интерес на млади во соработка со културни институции, млади и други засегнати страни.


	<p>18:10 - 19:00</p>	<p>Симулација за организирање настани 2</p> <p>Само учесниците од едната група, заедно со тројцата од жирито не се вклучуваат во тимот на настанот/проектот што треба да се организира. Сите останати учесници се вклучуваат во организација на победничкиот проект/настан од претходната активност. Фасцилитаторот им помага на учесниците да си ги поделат улогите во зависност од проектот/настанот што е избран.</p> <p>Улоги за пример:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Лидер на проект - ПР менаџмент - Маркетинг - Графички дизајнери - Финансиски менаџер - Асистенти на сите горенаведените улоги итн. <p>Останата група заедно со тројцата од жирито заземаат улоги на лица, институции или фирми со кои тимот од проектот/настанот треба да комуницира за да го имплементира нивниот проект/настан. Нив им се даваат инструкции да не ги прифаќаат толку лесно барањата на тимот од проектот/настанот. Примери за улоги, кои зависат од проектот/настанот што учесниците го креирале:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Музички бенд/ Музички оркестар итн. - Менаџер/сопственик на простор каде што сакаат да го имплементираат проектот/настанот - Претставници од училишта/ музеи или други културни институции - Фирми кои можат да бидат спонзори на проектот/настанот. <p>За организација и договор им е дадено 30 мин. време. Откако ќе успеат да го организираат настанот, се прави симулација на самиот настан. Во тој случај групата што не беше во тимот на проектот/настанот заедно со тројцата од жирито, заземаат улога на посетители. Проектот/настанот треба да трае до 20 мин.</p>	<p>Симулација Работа во групи Игра на улоги</p>	<p>Унапредување на вештините на учесниците за практична употреба на стекнатите знаења од претходните сесии.</p> <p>Развивање на вештините за организација и презентација на настани.</p> <p>Запознавање на учесниците со практичниот дел од организирањето на културни настани.</p>	<p>Учесниците се подготвени практично да ги употребат стекнатите знаења во врска со организација на настани од културен карактер од интерес на млади во соработка со културни институции, млади и други засегнати страни.</p>
	<p>19:00 - 19:50</p>	<p>Евауација</p> <p>По симулациите, сите учесници се враќаат, седнуваат во круг. Се отвара дискусија за тоа како поминал процесот на организирање на настан. Дискусијата и евауацијата може да се поттикнат со следниве прашања:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Како се чувствувате во дадените улоги? - Дали беше тешко да се организира проектот/настанот? - Што би можеле да подобрите при организација? - Дали ви беше корисна симулацијата ? 	<p>Дискусија во група</p>		

Бр. на средби	Времетраење	Опис на активноста	Методи	Остварени цели од програмата	Очекувани резултати
14	19:00 - 19:10	Вежба за загревање Учесниците седнуваат во круг доволно блиску за да можат да ја постават дланките на колената на тие што седат до нив. Се утврдува правецот на движење на сигналот. Со удирање играта започнува. По успешно извршен еден круг, се вметнува ново правило. Со двојно удирање сигналот продолжува во обратна насока. Со секоја грешка учесникот кој ја направил излегува од игра, сè додека не останат последните двајца.	Работа во група		
	19:10 - 20:20	Финални подготовки за завршен настан Чек листа за сработени задачи Преглед на обврските кои учесниците ги имаат превземено во претходните активности во однос на организацијата на културниот настан. Проверка на прогресот и доработка на идејата и финалните производи.	Работа во групи	Зголемување на самовербата кај учесниците за спроведување на културен настан.	Учесниците имаат зголемена самоверба преку преглед на обврските кои веќе им се во процес или ги имаат завршено во рамки на организацијата на настанот
	20:20 - 20:30	Евауација Учесниците се поканети да споделат очекувања и стравови за претстојниот настан.			

Бр. на средби	Времетраење	Опис на активноста	Методи	Остварени цели од програмата	Очекувани резултати
15	19:00 - 19:10	Финални подготовки пред изложбата Изложба на фотографии од учесниците Изложба на фотографии организирана од учесниците	Имплементација на настан	Унапредување на способноста за реализација на настани од интерес на младите во соработка со институциите за култура, младите и други засегнати страни кај учесниците и претставниците на институциите.	Младите имаат зголемени капацитети за организација на културни настани од нивен интерес и соработка со претставници на културни институции во рамките на нивната заедница.

Бр. на средби	Времетраење	Опис на активноста	Методи	Остварени цели од програмата	Очекувани резултати
16	19:00 - 19:10	<p>Вежба за загревање</p> <p>„Препознај ја различноста“</p> <p>Учесниците се делат во две групи, така што секој учесник има по еден партнер од другата група. Учесниците застануваат во две паралелни линии, свртени кон едни спроти други, гледајќи го својот партнер. Група еден треба да го обсервира својот партнер кој стои спроти него. Откако ќе заврши обсервацијата, група еден се свртува со грб кон група два, а учесниците од група два менуваат нешто во врска со нивниот изглед, на пр. Вадат обетка, сменуваат прстени, ја фаќаат косата во репче итн. Учесниците од група еден се свртуваат кон група два. Учесниците од група еден треба да погодат што сменил нивниот партнер од група два. Истото се повторува пак, но сега група два се свртува со грб и треба да погоди што нивниот партнер од група еден сменил.</p>	Работа во група		
	19:10 - 19:20	<p>Емоџи</p> <p>Учесниците седат во круг и сите добиваат по неколку стикери и маркери. Секој учесник треба да нацрта емоџи што ќе ги преставува неговите чувства на почетокот на програмата и на крајот. Откако ќе ги нацртаат емоџите на стикерите, ги закачуваат на флипчартот. Секој учесник може да го објасне своето емоџи на целата група.</p>	Индивидуална работа Дискусија во група		
	19:20 - 19:50	<p>Дискусија за организираност настан/ продукт</p> <p>Се почнува дискусија за искуството, емоциите и евалуација на организираност настан од претходната недела. Дискусијата може да биде поттикната со следниве прашања:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Колку бевте задоволни од настанот? - Што беше добро во врска со настанот? - Со какви проблеми се соочивте при организирањето на настанот? <p>Што би промениле во иднина да го направите настанот поуспешен?</p>	Индивидуална работа Дискусија во група	Унапредување на вештините на учесниците за согледување и анализа на резултати од работата на.	Учесниците се способни да ги согледаат своите квалитети и вештини, полиња во кои би можеле значително да придонесат. Учесниците ја разбираат важноста од следењето на резултатите и учењето преку вклучување во процесот на реализација на културни настани.

	19:50 - 20:30	<p>Евауација на програмата</p> <p>Учесниците се поделени во неколку групи. Во своите групи треба да направат евауација на целосната програма од почетокот до крајот, користејќи ги фотографиите што ги одбрале претходно, што би го преставувало нивното искуство. Може да им се дади листови со следниве прашања, на кои треба да одговорат</p> <p>Колку бевте задоволни од програмата?</p> <p>Што ви беше најинтересно од целоснат програма?</p> <p>Со какви предизвици се соочивте за време на програмата?</p> <p>Што би промениле за да се подобри програмата?</p> <p>Се доделува 15 мин учесниците да дискутираат во своите групи. Откако ќе завршат со дискусијата во своите групи, сите заедно ги споделуваат нивните видувања, чувства и искуства.</p>	Работа во групи Дискусија во група		
--	---------------	---	---------------------------------------	--	--



**ПРОГРАМА ЗА МЛАДИНСКА РАБОТА ВО
КУЛТУРНИТЕ ИНСТИТУЦИИ – ПРИМЕР 2**

1.1 ОПШТИ ИНФОРМАЦИИ ЗА ПРОГРАМАТА ЗА МЛАДИНСКА РАБОТА ВО КУЛТУРНИТЕ ИНСТИТУЦИИ

Назив на програмата	Уметноста и менталното здравје
Времетраење:	16
Број на учесници:	20
Траење на програмата (часови):	16 x 90 min
Цели на програмата:	Зајакнување на разбирањето и можноста за примена на уметност во зачувување и унапредување на менталното здравје на младите
Очекувани резултати :	<p>Да се развие знаењето на младите за менталното здравје, ризици, предизвици и фактори за негово унапредување</p> <p>Да се развијат знаења за улогата на уметноста и уметничките алатки во младинската работа за заштита и унапредување на менталното здравје на младите</p> <p>Да се зајакнат вештини и да се развијат позитивни ставови кај младите за примена на уметнички алатки за заштита и унапредување на менталното здравје</p>
Методи:	<ul style="list-style-type: none"> - Игра на улоги, симулации - Театар на угнетените - Дебатно кино - Фотографија и сликарство - Презентации/ интерактивно предавање - Групна работа - практични вежби
Материјали за учење и литература:	<ul style="list-style-type: none"> - дигитални и печатени материјали за организација на настани во културата - дигитални и печатени материјали за уметноста и нејзиното влијание врз менталното здравје.

1.2. ПОДАТОЦИ ЗА СПРОВЕДУВАЧИТЕ НА ПРОГРАМАТА

Име на организација:	Сојуз за младинска работа		
Име на институција:	Општинска установа Музеј на град Неготино		
Место:	Неготино, Република Северна Македонија		
Име и презиме на младинскиот работник:	-	Телефон и е-mail:	-
Име и презиме на културниот работник:	-	Телефон и е-mail:	-

1.3 ПЛАН ЗА СПРОВЕДУВАЊЕ НА ПРОГРАМА ЗА МЛАДИНСКА РАБОТА ВО ИНСТИТУЦИЈА ОД ОБЛАСТА НА КУЛТУРАТА

Бр. на средби	Време-траење	Опис на активностa	Методи	Остварени цели од програмата	Очекувани резултати
1	15 мин	<p>Запознавање низ игра за учење на имињата:</p> <ul style="list-style-type: none"> - учесниците се редат во круг и се даваат инструкции од страна на фасилитаторот за играта - Учесниците го кажуваат своето име, кажуваат животно чие име започнува на првата буква од нивното име и изведуваат движење или звук карактеристичен за тоа животно. 	Асоцијација	Запознавање	Учесниците се запознаени едни со други и со фасилитаторите
	35 мин	<p>Запознавање на учесниците</p> <p>10 мин .</p> <p>Учесниците креираат сопствен „грб“ кој е поделен на 5 полиња во кои секој од нив индивидуално преку цртање на илустрација или симбол (не со зборови) одговара на некое од следниве прашања:</p> <ol style="list-style-type: none"> i. Моментално учам/работам/се занимавам со: ii. Моето хоби е: iii. Присутните тука не знаат дека: iv. Омилено уметничко изразување ми е: v. Тука сум за: <p>10 мин - интервју во парови</p> <p>Учесниците се делат во парови и им се оставаат по 3 мин да се интервјуираат еден со друг и да си разменат кој што мисли дека симболите или илустрациите претставуваат за другиот.</p> <p>По 5-6 минути, учесниците се покануваат пред целата група да споделат она што го дознаа за својот партнер и преку тоа да го/ја претстават на другите</p> <p>10мин споделување во група</p> <p>Учесниците седат во круг и разговараат заедно со фасилитаторот за она што го имаат дознаено, дали се изненадени од работите кои биле споделени? Како овие информации ќе придонесат понатаму за нивната работа на работилниците?</p>	Асоцијативно интервју	Запознавање	Учесниците се запознаени едни со други и со фасилитаторите

	35 мин	<p>20мин: Запознавање со</p> <ul style="list-style-type: none"> - спроведувачите на обуката, предавачите/фасилитаторите - организацијата која учествува во програмата - културната институција (накратко што работи од кога постои и сл) - програмата (цели, распоред/ времетраење, теми, критериуми за успешно завршување и сл) <p>15мин: Мапирање на очекувања, предизвици, придонеси</p> <p>Учесниците се покануваат да земат од стикерите, на истите да ги напишат своите очекувања, предизвици, начини на кои може да придонесат кон спроведување на програмата и истите да ги залепат на место во просторијата одредено за тоа, Откако ќе ги постават стикерите, учесниците се покануваат да ги разгледаат споделените работи од останатите учесници и да подискутираат околу истите.</p>	Презентација Дискусија во група	<i>Запознавање со проектот, организацијата и институцијата</i>	<i>Учесниците го разбираат проектот и обуката и знаат што да очекуваат и како да придонесат кон спроведување на истата.</i>
	5 мин	Евалуација на работилницата - секој учесник ја опишува сесијата во три збора	Вежба		

<i>Бр. на средби</i>	<i>Времетраење</i>	<i>Опис на активностата</i>	<i>Методи</i>	<i>Остварени цели од програмата</i>	<i>Очекувани резултати</i>
2	10 мин	<p>Вежба за загревање:</p> <p>Комарец:</p> <ul style="list-style-type: none"> - учесниците застануваат во круг - тројца се активни во момент, во кој тој што е во средина клекнува а двајцата над него удираат еднаш со дланките - продолжуваат во круг со тоа што оној што клечел сега удира над тој од негова лева страна 			
		<p>Зајакнување на тимот и групната динамика</p> <p>Човечки чвор:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сите учесници застануваат во круг и прават здраво со некој спроти нив во кругот прво со десна па со лева рака - учесниците се обидуваат да формираат круг не пуштајќи ги рацете 	Тимска работа	<i>Меѓусебно запознавање и креирање на тимски дух</i>	<i>Учесниците се запознаени со нивното однесување во тимска работа</i>
		<p>Евалуација</p> <p>Учесниците споделуваат по еден збор за како се чувствувале во текот на денешната сесија</p>			

Бр. на средби	Време-траење	Опис на активноста	Методи	Остварени цели од програмата	Очекувани резултати
3	10 мин	<p>Вежба за загревање-</p> <p>Зајак:</p> <ul style="list-style-type: none"> - фасилитаторот објаснува дека во рацете држи невидлив зајак и треба да му направи нешто на зајакот (пр. гушне, истегне за уши и сл.) - потоа го подава на учесникот од негова лева страна од кој се очекува да го направи истото т е да му направи нешто на зајакот, - по завршувањето на првиот круг каде сите имале можност да направат нешто со зајакот, фасилитаторот им кажува на учесниците дека, човекот кој стои од нивна лева страна сега е во улога на зајакот и тие треба да го направат на него она што му го имаат направено на зајакот. 			
	75	<p>Вовед во темата ментално здравје</p> <p>15 мин Бура на идеи</p> <p>Учесниците се покануваат да споделат нешто што им доаѓа на памет кога ќе им се спомене терминот - ментално здравје. По споделувањето, фасилитаторот започнува групна дискусија за некои од споделените термини од учесниците, нивното разбирање од страна на другите учесници, интерпретациите на нивното значење како и начините на кои истите се поврзани со менталното здравје .</p> <p>25 мин. Работа во парови</p> <p>Учесниците се поделуваат во парови и им се дава задача секој од паровите да смисли свој начин на дефинирање на ментално здравје; дефиницијата да ја напише на лист хартија и истиот да го закачи на ѕидот. Откако секој од учесниците ќе заврши со задачата, се покануваат сите да ја разгледаат изложбената поставка на дефиниции прикачени на ѕидот и да постават стикери кај дефинициите кои се најблиску до нивното разбирање за поимот - ментално здравје или пак до дефинициите кои сметаат дека најдобро го доловуваат значењето на терминот.</p> <p>25 мин Интерактивно предавање</p> <p>Поаѓајќи од изложените дефиниции, обучувачот ги воведува учесниците во темата на менталното здравје, неговото поимување и дефинирање.</p> <p>10 мин Прашања /одговори</p> <p>Учесниците се покануваат да споделат некои прашања поврзани со изложеното од фасилитаторот како и со дискутираното за време на бурата на идеи и заеднички се дискутира околу истите</p>	<p>Бура на идеи</p> <p>Работа во парови</p> <p>Интерактивно предавање и</p> <p>Групна дискусија</p>	<p><i>Да се развијат знаења за улогата на уметноста и уметничките алатки во младинската работа за заштита и унапредување на менталното здравје на младите</i></p> <p><i>Да се зајакнат вештини и да се развијат позитивни ставови кај младите за примена на уметнички алатки за заштита и унапредување на менталното здравје</i></p>	<p><i>Учесниците го разбирата и знаат да го појаснат - менталното здравје</i></p>
	5	<p>Евалуација</p> <p>Учесниците се покануваат да споделат како се задоволни од сесијата и колку таа придонела за постигнување на пред неа поставените цели</p>			

Бр. на средби	Време-траење	Опис на активноста	Методи	Остварени цели од програмата	Очекувани резултати
4	5	<p>Вежба за загревање</p> <p>2 вистини и една лага</p> <p>Учесниците се покануваат на лист хартија, да напишат 2 вистини и една лага поврзани со нив. Напишаното треба да е на начин кој нема да овозможи лесно откривање на лагата. Се покануваат со листот да се движат низ собата, а останатите учесници да се обидат низ разговор да откријат кои се лагите на листовите на колегите.</p>	2 вистини и една лага		
	75	<p>Фактори кои влијаат на менталното здравје</p> <p>5 мин Вовед во сесијата</p> <p>Фасилитаторот дава краток вовед за сè што е планирано да се направи и постигне со сесијата и ги поделува учесниците во групи</p> <p>40 Работа во групи – Што влијае на менталното здравје?</p> <p>Поделени во групи, учесниците добиваат задача да продискутираат за сите фактори кои според нив влијаат врз менталното здравје на поединците и да подготват цртежи или фотографии со помош на нивните телефони, а кои би го претставиле влијанието на некои од идентификуваните фактори врз менталното здравје.</p> <p>25 Презентација и групна дискусија со фасилитатор</p> <p>Откако ќе ги подготват цртежите/фотографиите, учесниците се покануваат да подготват изложба од истите. да ги разгледаат сите и да продискутираат за претставеното како и за начините на кои истото е поврзано со менталното здравје кај младите.</p>	Работа во групи Сликање/ фотографирање Дискусија во група	<p><i>Да се развијат знаења за улогата на уметноста и уметничките алатки во младинската работа за заштита и унапредување на менталното здравје на младите</i></p> <p><i>Да се зајакнат вештини и да се развијат позитивни ставови кај младите за примена на уметнички алатки за заштита и унапредување на менталното здравје</i></p>	Учесниците умеат да објаснат кои фактори и како влијаат врз менталното здравје кај младите и да применат сликарство и фотографирање во појаснување, подобрување и одржување на истото
	15	<p>Евалуација</p> <p>Цртеж</p> <p>Учесниците се покануваат да нацртаат нешто што ќе ги долови нивните впечатоци, прашања, идеи и дилеми поврзани со сесијата и истите да ги изложат и продискутираат со останатите колеги.</p>			

Бр. на средби	Време-траење	Опис на активноста	Методи	Остварени цели од програмата	Очекувани резултати
5	10	<p>Вежба за загревање</p> <p>Коњски од</p> <p>Во круг групата застанува во полуклекната позиција. Фасилитаторот ги објаснува потезите:</p> <ul style="list-style-type: none"> - со удирање на дланките по надколеницата се симулира коњски од - кога доаѓа препрека се подрипнува - кога доаѓа гранка се клекнува - вртење лево - вртење десно - и поздрав кон кралицата со мафтање со рака <p>фасилитаторот започнува и на негов знак се убрзува или успорува коњскиот од и ги дава командите. Вежбата завршува со брз од кога учесниците се загреани.</p>			
	70	<p>Уметноста како алатка за одржување и унапредување на менталното здравје</p> <p>Групата се дели на 4 помали групи.</p> <p>Секоја група добива по две уметности и добива задача да ги истражи методите на создавање на уметностите.</p> <p>Групите ги презентираат уметностите и методите на создавање во пленарна дискусија.</p> <p>Секоја група повторно се состанува и добива задача да одбере по еден влијателен уметник во секоја уметност и да го дискутира влијанието на делата на уметниците врз менталното здравје на пленарна дискусија се презентираат наодите на малите групи и можностите кои уметноста ги нуди за одржување и унапредување на менталното здравје</p> <p>дискусија</p>	Работа во групи Фасилитирана дискусија	<p>Учесниците да се запознаат со уметностите</p> <p>Учесниците да ја поврзат уметноста со грижата за ментално здравје</p>	<p>Учесниците се запознаени со различните видови на уметност и создавањето уметност</p> <p>Учесниците ја препознаваат врската помеѓу уметноста и менталното здравје</p> <p>Учесниците умеат да препознаат како уметноста може да придонесе за одржување и унапредување на менталното здравје</p>
	10	<p>Евалуација</p> <p>Дали учесниците некогаш користеле уметност како алатка за одржување и унапредување на менталното здравје?</p> <p>Доколку не, која уметност би имала влијание кон истото?</p>			

Бр. на средби	Време-траење	Опис на активноста	Методи	Остварени цели од програмата	Очекувани резултати
6	10	Вежба за загревање Огледало Групата се дели во парови и се даваат насоки на учесниците да ги следат движењата на партнерот низ просторијата. Активноста се повторува, партнерите ги менуваат улогите.			
	70	Сликање и ментално здравје - преглед и анализа на дела од сликари низ слободни асоцијации - секој од учесниците креира сопствен цртеж кој треба да претстави прашање, случување, размислување и сл. од областа на менталното здравје - Дискусија по делата - со помош на фасилитаторот учесниците се покануваат да продискутираат за некои од подготвените дела и за начинот на кој ги разбираат и интерпретираат истите и нивната поврзаност со менталното здравје на самата публика но и на сликарот - Рефлексија на процесот	Презентација Групна дискусија Сликање	<i>Да се доближи ликовната уметност до учесниците, вербално и визуелно</i> <i>Учесниците да го препознаат влијанието на ликовната уметност врз менталното здравје</i>	<i>Учесниците се запознаени со методите на ликовната уметност.</i> <i>Учесниците умеат да ја препознаат врската помеѓу ликовната уметност и доброто ментално здравје, како и влијанието на ликовната уметност врз истото.</i>
	10	Евалуација Учесниците во парови разговараат за избрани уметнички дела и какви емоции им будат делата.			

Бр. на средби	Време-траење	Опис на активноста	Методи	Остварени цели од програмата	Очекувани резултати
7	5	Вежба за загревање Домино - Еден од учесниците застанува во средина и кажува две хобија, односно две активности што сака да ги прави. Двајца други учесници, кои ги сакаат истите активности треба да застанат од левата и од десната страна на првиот учесник, како кога две фигури во домино се поврзуваат со истиот знак. Потоа новите учесници кажуваат друго хоби, и така се додека не се поврзат сите членови од групата со заеднички активности.			

7	70	<p>Позитивно ментално здравје</p> <p>5 мин Вовед во сесијата – Фасилитаторот дава краток вовед во сесијата и целите, надоврзувајќи се на претходните сесии.</p> <p>20 мин Игра на дефиниции – Учесниците имаат задача индивидуално да смислат дефиниции за терминот позитивно ментално здравје. Потоа истото треба да го направат во парови, комбинирајќи ги индивидуалните дефиниции во една заедничка на која двајцата учесници ќе се согласат. Во наредниот чекор два парови работат заедно, па потоа 4 парови и така натаму, сè додека не се заврши со 2 до 3 дефиниции во целата група. Групите потоа ги презентираат дефинициите и се развива кратка дискусија за различното разбирање на терминот.</p> <p>20 мин Разгледување на постоечки дефиниции и дискусија – Фасилитаторот споделува неколку постоечки дефиниции за позитивно ментално здравје (на пример, од Светска здравствена организација, универзитети итн.), а учесниците треба да застанат во близина на дефиницијата со која најмногу се согласуваат. Следува дискусија за значењето на позитивното ментално здравје, фокусирајќи се на заедничките елементи содржани во дефинициите на учесниците и веќе постоечките.</p> <p>15 мин Претставување на постоечки модел – Фасилитаторот го претставува моделот за позитивно ментално здравје во Европскиот младински сектор (https://positivementalhealth.eu/wp-content/uploads/2021/02/O1_full_web.pdf), или друг сличен модел. Учесниците имаат можност да постават прашања со цел да се разјасни значењето и важноста на позитивното ментално здравје кај младите.</p> <p>15 мин Работа во мали групи – поделени во 6 мали групи, учесниците дискутираат за бте domeини (димензии) на позитивното ментално здравје во согласност со презентираниот модел (или други димензии во согласност со друг постоечки модел по избор на фасилитаторот). Целта на дискусијата во мали групи е да се набројат што повеќе компетенции што се значајни за младиот човек и неговото ментално здравје, во рамки на конкретната димензија. На крај, сите групи ги споделуваат резултатите од нивната работа, а фасилитаторот ја сумира дискусијата.</p>	<p>Презентација</p> <p>Индивидуална работа</p> <p>Работа во групи</p> <p>Групна дискусија</p>	<p>Да се зајакнат вештини и да се развијат позитивни ставови кај младите за примена на уметнички алатки за заштита и унапредување на менталното здравје</p>	<p><i>Младите имаат поголемо разбирање за значењето на терминот позитивно ментално здравје</i></p>
	10	<p>Евалуација</p> <p>Учесниците се покануваат да напишат по 3 најважни работи што ги научи на сесијата и 3 прашања што допрва би сакале да ги истражат за позитивното ментално здравје.</p>			

Бр. на средби	Време-траење	Опис на активноста	Методи	Остварени цели од програмата	Очекувани резултати
8	10	Вежба за загревање Учесниците треба да пронајдат една лична фотографија што ги прави да се чувствуваат убаво и позитивно. Секој учесник треба да ја сподели фотографијата и да го опише чувството на најмалку тројца други членови од групата			
	70	Фотографија и ментално здравје 15 мин Вовед во фотографија – Фасилитаторот дава краток вовед во фотографирање и споделува неколку основни правила што треба да се почитуваат (правило на две третини, исполнување на просторот, водечки линии, заокружување на сликата итн.). Фасилитаторот покажува уметнички фотографии за да им ги долови подобро правилата на учесниците. 40 мин Работа во мали групи – Учесниците имаат за задача да направат неколку фотографии со почитување на правилата за фотографирање, со кои ќе претстават различни емоции. По исполнување на задачата, учесниците ги презентираат фотографиите и се развива дискусија за чувството кое се обиделе да го доловат. Учесниците потоа споделуваат како се чувствуваат кога ги гледаат фотографиите од другите групи. 15 мин Групна дискусија – Фасилитаторот води групна дискусија за како можат да ги користат фотографирањето и фотографиите за позитивно да влијаат на сопственото и позитивното ментално здравје на другите во заедницата.	Презентација Индивидуална рефлексија Индивидуална работа Групна работа Дискусија	Да се развие знаењето на младите за менталното здравје, ризици, предизвици и фактори за негово унапредување Да се развијат знаења за улогата на уметноста и уметничките алатки во младинската работа за заштита и унапредување на менталното здравје на младите	Младите имаат стекната вештини за фотографирање и имаат поголемо разбирање за како фотографијата може да се користи за подобрување на личното ментално здравје и менталното здравје на другите
	10	Евалуација Учесниците споделуваат која од направените фотографии би сакале да ја споделат со своите блиски луѓе (семејство, пријатели) и зошто.			

Бр. на средби	Време-траење	Опис на активноста	Методи	Остварени цели од програмата	Очекувани резултати
9	10	<p>Вежба за загревање</p> <p>Погоди го кодот – учесниците се поделени во мали групи, а вежбата се спроведува така што еден од членовите на групата излегува надвор, додека другите се договараат за некаков вербален или невербален “код” што ќе го користат во комуникацијата. Учесникот има за задача внимателно да ја следи интеракцијата меѓу другите членови од групата и да го погоди кодот што другите го користат.</p>			
	75	<p>Ментални заболувања, и Стигма и менталното здравје</p> <p>5 мин Вовед во сесијата – Фасилитаторот дава краток вовед во сесијата и целите, надоврзувајќи се на претходните сесии.</p> <p>20 мин Студија на случај – Поделени во мали групи, учесниците добиваат студии на случај – кратки описи на ментални заболувања (нарушувања). Преку дискусија и со користење на други извори на информации, учесниците треба да заклучат за кое ментално заболување станува збор. Потоа, групите ги презентираат резултатите од работата, а фасилитаторот ги дообјаснува заболувањата но и додава други кои не биле вклучени во вежбата, со цел зајакнување на свесноста кај учесниците за нивното значење.</p> <p>30 мин Fishbowl (аквариум) дискусија – Фасилитаторот поставува 3-4 столици во средина на просторијата, а сите останати столици прават поголем круг околу нив. Правилото на дискусијата е дека секој кој што сака да дискутира во врска со темата треба да седне на една од столиците во средина, а сите други треба само да слушаат. Фасилитаторот има подготвено неколку прашања поврзани со општествениот третман и стигмата поврзана со менталните заболувања и позитивното ментално здравје, како на пример: срамота е да се оди на психолог; за менталните заболувања треба да се разговара во училиште итн. Фасилитаторот ја води дискусијата се додека има заинтересирани учесници, а потоа преминува на наредното прашање.</p> <p>20 мин Работа во тројки – поделени во групи од тројца, учесниците треба да смислат што повеќе конкретни мерки што треба да се преземат од различни актери во општеството (организации, училишта, здравствени установи...) со цел да се зголеми јавната свест за позитивното ментално здравје и потребата од поддршка на лицата кои се борат со ментални заболувања. Мерките треба да бидат напишани на стикери, кои групите ќе ги залепат на сид/флипчарт табла, а фасилитаторот ќе ги групира според поврзаноста.</p>	<p>Студија на случај</p> <p>Работа во групи</p> <p>Fishbowl дискусија</p> <p>Рефлексија со карти</p>	<p>Да се зајакнат вештини и да се развијат позитивни ставови кај младите за примена на уметнички алатки за заштита и унапредување на менталното здравје</p>	<p>Младите ја имаат зголемено свесноста за општествената перцепција на менталното здравје и менталните заболувања и имаат поголемо разбирање за можните пристапи за како таа перцепција да се подобри во иднина.</p>
	15	<p>Евалуација</p> <p>Рефлексија со Dixit карти. Секој учесник треба да избере една карта која опишува како се чувствува во врска со состојбата со менталното здравје во неговата/нејзината локална заедница. Секој учесник ја покажува картата и накратко го споделува мислењето.</p>			

Бр. на средби	Време-траење	Опис на активноста	Методи	Остварени цели од програмата	Очекувани резултати
10	10	<p>Вежба за загревање</p> <p>Музичко столче</p> <p>Се редат столчиња во круг едно помалку од вкупниот број на учесници, додека учесниците кружат околу нив. Во позадина има музика. Кога ќе престане музиката треба да седнат на столчињата. Тој што нема да успее да седне, излегува од кругот. Се игра додека не излезат сите учесници.</p>			
	70	<p>Танцување и ментално здравје</p> <ul style="list-style-type: none"> - Танцот како средство на изразување. Фасилитаторот објаснува го објаснува потеклото на видовите танцови и што претставуваат тие. - Движењето и менталното здравје - дискусија за бенефитите од движењето и танцот на физичкото и ментално здравје - Фасилитаторот прикажува видеа од различни видови на танци - Групата се дели на 4 помали групи и добива насоки да подготви кратка кореографија од видот на танц кој ќе го одбере - се презентираат кореографиите 	<p>Презентација</p> <p>Дискусија</p> <p>Танцување</p>	<p><i>Да се доближи танцот до учесниците, вербално и визуелно.</i></p> <p><i>Учесниците да го препознаат влијанието на танцот врз менталното здравје</i></p>	<p><i>Учесниците се запознаени со методите на танцот.</i></p> <p><i>Учесниците умеат да ја препознаат врската помеѓу танцот и доброто ментално здравје, како и влијанието на танцот врз истото.</i></p>
	10	<p>Евалуација</p> <p>Како се чувствуваат учесниците по подготовката на танцот?</p> <p>Како го доживеале групното танцување?</p>			

Бр. на средби	Време-траење	Опис на активноста	Методи	Остварени цели од програмата	Очекувани резултати
11	10-15	<p>Вежба за загревање</p> <p>Забавни прашања</p> <p>Учесниците треба да напишат (разбирливо и анонимно) забавни прашања што би ги упатиле на било кого од учесниците на мал лист хартија; го свиткуваат листот и го ставаат во шешир. Потоа фасилитаторот ги размешува и поминува со шапката покрај учесниците, а секој си зема по 1 лист/прашање. Потоа, учесниците ги одговараат прашањата.</p>			
	60	<p>Сервиси за ментално здравје</p> <p>Дел 1 (25 мин) – Community Mapping</p> <p>Им се објаснува на учесниците методот и целта на активността, се делат во групи со задача да ги мапираат постојните сервиси, и да ги прикажат на начин како им е најприкладно на флип-чартовите (цртежи, мапа на градот со локациите/луѓето, текст...).</p> <p>Прашањето е: Ако имате потреба од поддршка за унапредување на вашето ментално здравје, или некој ваш пријател има слична потреба, каде сè во средината каде живеете може да најдете таква поддршка? Кој сè може да ви помогне?</p> <p>По завршување на задачата, групите презентираат.</p> <p>Дел 2 (40 мин) Разговор со психотерапевт или психолог</p> <p>Фасилитаторот го поканува гостинот (психологот/ психотерапевтот) да се претстави (во 15-тина минути) со (1) осврт на работата што ја работи, (2) како се користат техники од областа на уметноста, и (3) кои се бенефитите за младите од користење на услуги од психотерапевт; како и преглед, коментар и дополнување на направеното мапирање во дел 1.</p> <p>Во продолжение, во рамки на Q&A сесија со психолог/психотерапевт: учесниците добиваат листови на кои индивидуално и анонимно пишуваат прашања кои потоа ги ставаат во кутија наменета за прашањата; психотерапевтот одговара на прашањата од учесниците.</p>	<p>Работа во група</p> <p>Community mapping</p> <p>Фасилитирана дискусија (Q & A)</p>	<p>Да се развијат знаења за улогата на уметноста и уметничките алатки во младинската работа за заштита и унапредување на менталното здравје на младите</p> <p>Да се зајакнат вештини и да се развијат позитивни ставови кај младите за примена на уметнички алатки за заштита и унапредување на менталното здравје</p>	<p><i>Учесниците да ги истражат и да се запознаат со постојните сервиси во нивната средина;</i></p> <p><i>Да се запознаат со работата на психолозите и психотерапевтите;</i></p> <p><i>Да ја разберат важноста на грижа за сопственото ментално здравје;</i></p> <p><i>Да се охрабрат да поставуваат прашања и бараат поддршка.</i></p>
	15	<p>Евалуација</p> <p>Учесниците преку избор на уметничко дело или предмет околку нив го опишуваат моменталното расположение и чувство, секој рефлектира за сесијата.</p> <p>(Интересно би било ако гостинот исто така ја опсервира активността и потоа /надвор од сесијата/ даде своја препорака за младинскиот работник за евентуални подобрувања и евентуални забележани потреби на младите кои не се соодветно адресирани)</p>	Саморефлексија		

Бр. на средби	Време-траење	Опис на активноста	Методи	Остварени цели од програмата	Очекувани резултати
12	5	Вежба за загревање Секој учесник споделува еден филм што го има гледано и што му оставил силен впечаток, и/или силни влијаел на неговиот/нејзиниот живот			
	125	Филм и ментално здравје 5 мин Вовед – фасилитаторот дава краток вовед за филмот што ќе биде прикажан, и ги поканува учесниците да обрнат внимание не само на уметничкиот аспект, туку и на приказната, особено на аспектите што можат да се поврзат со менталното здравје на некој од ликовите. 90 мин Филмска проекција на филм кој обработува теми поврзани со позитивно ментално здравје 30 мин Групна дискусија – по завршувањето на филмот, фасилитаторот поставува прашања со кои им овозможува на учесниците да се рефлектираат на филмот и да ја поврзат приказната со примери од вистинскиот живот. На крај, учесниците извлекуваат поуки за нивното понатамошно однесување, кои ќе им помогнат да го зајакнат сопственото позитивно ментално здравје и менталното здравје на другите.	Проекција на филм Дискусија во група		<i>Младите се имаат здобиено со нови размислувања за важноста на менталното здравје за фотографирање и имаат поголемо разбирање за како филмот може да се користи за подобрување на личното ментално здравје и менталното здравје на другите</i>
	10	Евалуација Групна рефлексija за можностите што ги нуди користењето на филмот како алатка за обработка на теми поврзани со менталното здравје			

Бр. на средби	Време-траење	Опис на активноста	Методи	Остварени цели од програмата	Очекувани резултати
13	10-15	<p>Вежба за загревање</p> <p>Забрането смеење</p> <p>Учесниците се редат во круг и се бара 1 учесник да се пријави да биде во центарот и му се дава инструкција дека „без разлика што и да слушне или се случи, тој/таа никако не смее да се насмее“. Потоа останатите учесници треба да се обидат да го/ја насмеат без да го/ја допираат. Штом ќе се насмее, се пријавува друг волонтер (додека има време)</p>			
		<p>Планирање и организација на настани на тема одржување на менталното здравје на младите со употреба на уметнички алатки</p> <p>(5 мин) Фасилитаторот ги воведува на кратко учесниците во сесијата, па</p> <ul style="list-style-type: none"> - (10 мин) ги дели во 3 групи да истражат и поразговараат за неколку фази (планирање и подготовка, реализација, евалуација) во организирање на настани – што сè подразбира и опфаќа таа фаза. - (10 мин) Споделување на знаењата: секоја група објаснува до какви сознанија дошле, се покануваат учесниците од другите групи да дополнат; фасилитаторот сумира по секоја објаснета фаза и дополнува ако е потребно; по што - (10 мин) се нафрлаат идеи за настани (на тема одржување на менталното здравје на младите со употреба на уметнички алатки) кои би сакале и можеле учесниците од групата да ги организираат, додека фасилитаторот ги запишува идеите на флип чарт; потоа, ако има повеќе од 2-3 идеи, се прави вежба за приоритизирање и секој од групата избира која идеја би сакал/-а понатаму да ја разработува, врз основа на што се формираат групи кои - (25 мин) ќе се обидат – врз основа на претходно наученото во сесијата – да направат план за нивниот настан 	<p>Работа во мали групи</p> <p>Дискусија</p>	<p><i>Да се развие знаењето на младите за менталното здравје, ризици, предизвици и фактори за негово унапредување</i></p> <p><i>Да се развијат знаења за улогата на уметноста и уметничките алатки во младинската работа за заштита и унапредување на менталното здравје на младите</i></p>	<p><i>Учесниците ги разбираат фазите во планирањето на настани и да знаат како да организираат настани соодветни на потребите на младите;</i></p> <p><i>Учесниците се охрабрани и поддржани во обидите да организираат настани</i></p>
	5-10	<p>Евалуација</p> <p>Однапред подготвен флип чарт за евалуација со мета (каде со означување на метата, секој учесник ќе ја даде својата оценка за одреден аспект на организацијата на сесијата) или однапред подготвен формулар за евалуација и пенкала</p> <p>Фасилитаторот ќе го објасни начинот на евалуација, учесниците оценуваат, а потоа, ако има доволно време, може да дадат усен осврт/оценка, па да се продискутира зошто е истата потребна, и што таа значи за оној кој го организира настанот</p>			

Бр. на средби	Времетраење	Опис на активноста	Методи	Остварени цели од програмата	Очекувани резултати
14	5	<p>Вежба за загревање</p> <p>Енерџајзер – Змејова опашка</p> <p>Учесниците се поделени во две групи со еднаков број на учесници во групите.</p> <p>Учесниците треба да одберат кој од нивната група ќе биде главата на змејот, а кој опашката.</p> <p>Двете групи учесници формираат два различни воза, односно се фаќаат еден позади друг, каде што учесникот којшто е глава на змејот е напред, а учесникот што е опашка е последен. На учесникот којшто е опашка има врзано марама.</p> <p>Тој учесник што е главата на змејот треба да ја фати, односно извади марамата од учесникот што е опашка на змејот од другата група.</p>			
	80	<p>(Форум) Театар и ментално здравје</p> <p>25 мин</p> <ul style="list-style-type: none"> учесниците се воведуваат во Театар на угнетените со посебен осврт кон форум театарот <p>35 мин</p> <ul style="list-style-type: none"> се одвојуваат неколку учесници на кои им се се задава задача да смислат одредена ситуација поврзана со прашања, предизвици, размислувања, однесувања, ситуации и сл. поврзани со ментално здравје и истата да се подготват да ја изиграат пред останатите и да послужи како основа за форум театар. Еден од избраните учесници му/и се дава задача да биде џокер кој ќе ја анимира публиката и ќе ја кани да предложи поинаков тек на театарската сцена, поканувајќи ги да се вклучат активно во изведбата а заменувајќи некој од актерите/ликовите за чие однесување, размислување и сл. имаат алтернативен предлог. Влегувајќи на сцената во улога на актери, избраните учесници ја одигруваат сцената а со помош на џокерот публиката се кани да влезе во некоја од актерските улоги и да одигра едно поинакво од првовиденото однесување во одиграната сцена. <p>20 мин</p> <ul style="list-style-type: none"> Рефлексија на искуството за примена на форум театар но и театар/играње на улоги или симулации во работа на теми поврзани со менталното здравје 	Форум театар	<p>Да се развијат знаења за улогата на уметноста и уметничките алатки во младинската работа за заштита и унапредување на менталното здравје на младите</p> <p>Да се зајакнат вештини и да се развијат позитивни ставови кај младите за примена на уметнички алатки за заштита и унапредување на менталното здравје</p>	Учесниците знаат за форум театарот и можат да го применат во совладување на предизвици и развој на вештини и ставови потребни за унапредување на своето ментално здравје
	5	<p>Евалуација</p> <p>Прашања и одговори за впечатоците од сесијата</p>	Дискусија во група		

Бр. на средби	Време-траење	Опис на активноста	Методи	Остварени цели од програмата	Очекувани резултати
15	10	<p>Подготовка на настан</p> <p>Фасилитаторот заедно со учесниците ги поминуваат последните подготовки за настанот и се осигуруваат дека се е подготвено.</p>			
	70	<p>Настан на тема одржување на менталното здравје на младите со употреба на уметнички алатки организиран од учесниците</p> <p>- Учесниците го спроведуваат настанот планиран во 8 работилница</p>	Имплементација на настан	Унапредување на способноста за реализација на настани од интерес на младите во соработка со институциите за култура, младите и други засегнати страни кај учесниците и претставниците на институциите.	Младите имаат зголемени капацитети за организација на културни настани од нивен интерес и соработка со претставници на културни институции во рамките на нивната заедница.
	10	<p>Евалуација</p> <p>Дискусија</p> <p>Како помина настанот?</p> <p>Кои се силните страни на настанот?</p> <p>Кои се слабите страни на настанот?</p> <p>Што може да се подобри во иднина?</p> <p>Што би задржале исто?</p> <p>Кои се 3 работи што ги научивте од ова искуство?</p> <p>Дали би го сториле истото пак?</p>	Дискусија во група		

Бр. на средби	Време-траење	Опис на активноста	Методи	Остварени цели од програмата	Очекувани резултати
16	20	<p>Вежба за загревање</p> <p>„Сите на куп“</p> <p>Фасилитаторот поставува листови хартија од стар весник на подот, доволно да ја собере цела група. Дава насоки на групата да застане на хартијата. Секој следен круг, се вади по еден лист од подот и се предизвикува групата да најде начин повторно да застане во целост на хартијата.</p>			
	70	<p>Евалуација на програмата</p> <p>Евалуација на активностите - зелка</p> <p>Повеќе листови хартија на кои се напишани прашања до учесниците, се стуткани во форма на зелка еден по друг. Фасилитаторот ја подава „зелката“ на еден од учесниците кој треба да извлече еден лист и да одговори на прашањето. Потоа учесникот ја подава на друг и тоа трае се додека не се исцрпат прашањата.</p> <p>Идеи</p> <p>Фасилитаторот им дава задача на учесниците да размислат какви активности би сакале да посетуваат во иднина. Потоа со помош на фасилитаторот, се запишуваат на post it ливчиња и се лепат на сид.</p>	<p>Индивидуална работа</p> <p>Дискусија во група</p>	<p>Подготвување на учесниците за оценување и согледување на резултатите од процесите во кои се дел.</p>	<p>Учесниците се подготвени да дадат критичко размислување и да оценат колку една програма одговара на нивните интереси и потреби.</p>
		<p>Завршни зборови, заблагодарување и писмена евалуација.</p>			

