

## **Proiect INTEGRA - Pachet de instrumente pentru integrarea imigranților privind dobândirea cunoștințelor lingvistice de bază specifice pentru domeniul financiar**

Scopul proiectului este acela de a lucra împreună cu partenerii sociali, cum ar fi comunități de imigranți și instituții financiare, pentru a crea o rețea europeană care să aducă împreună instituții relevante cu scopul de a sprijini imigranții din țările partenere facilitându-i integrarea acestora în societate. Beneficiarilor le vor fi oferite oportunități de dezvoltare a competențelor lingvistice specifice pentru domeniul financiar dar și resurse pentru o mai bună cunoaștere a culturii locale.

### **Metodologie pentru desfășurarea celor 6 workshop-uri care folosesc arta teatrală în dezvoltarea competențelor lingvistice specifice domeniului financiar pentru comunitățile de imigranți**

#### OBIECTIVE GENERALE

- Utilizarea tehnicilor de teatru și joc de rol cu comunitățile de imigranți pentru dezvoltarea competențelor lingvistice de bază specifice domeniului financiar
- Introducerea terminologiei financiare într-un mod creativ, interactiv și atractiv

#### **Cuprins:**

Cele '6 Workshopuri pentru dezvoltarea competențelor lingvistice' desfășurate de 'Reprezentanții beneficiarilor finali' (membri ale comunităților de imigranți) cuprind:

Workshop 1:	Introducere Solicitarea serviciilor sociale
Workshop 2:	Introducere în cursul online Deschiderea unui cont bancar
Workshop 3:	Schimbul și transferul de bani Plata pentru servicii și produse Informații legate de piața muncii
Workshop 4:	Negocierea plăților pentru întreținere
Workshop 5:	Raportarea unui Card furat prin telefon
Workshop 6:	Solicitarea unui credit pentru un împrumut Sumarizare

**Mai jos găsiți detaliate cele '6 Workshopuri pentru dezvoltarea competențelor lingvistice'.**

## Workshop 1

### Introducere

#### ‘Solicitarea serviciilor sociale’

#### SCOPURI:

Pentru a desfășura o introducere a participanților în domeniul proiectului INTEGRA și în tematica cursului

Pentru a clarifica scopurile, obiectivele și așteptările celor 6 sesiuni de workshopuri

Pentru a introduce participanții și a realiza acomodarea cu grupul

Pentru a desfășura activități teatrale și de joc de rol cu participanții în vederea dezvoltării competențelor lingvistice legate de ‘Solicitarea Serviciilor Sociale’

#### OBIECTIVE:

Desfășurarea unor sesiuni de activități pentru introducerea proiectului și a web site-ului

Desfășurarea unor sesiuni de activități și exerciții pentru dezvoltarea competențelor lingvistice legate de ‘Solicitarea Serviciilor Sociale’

Dezvoltarea unei liste de termeni pentru ‘Solicitarea Serviciilor Sociale’ - Fișa de lucru 1

Dezvoltarea de resurse online pentru a sprijini desfășurarea cursului

#### CUPRINS:

1. Introducere – Discuție liberă pentru introducerea scopurilor și obiectivelor proiectului, site-ului și cursului
2. Stabilirea Regulilor de bază
3. Distribuirea Fișei de lucru 1 cu informații despre proiect și listă cu termeni
4. Introducerea participanților în topicul ‘Solicitării Serviciilor Sociale’ prin realizarea de exerciții și activități de joc de rol:
  - a) Name Game (ro. *Jocul numelui*)
  - b) Culture Shock (ro. *Șoc cultural*): Introducerea mai multor tipuri de salut specifice anumitor culturi și explorarea noilor modalități de a face cunoștință cu persoane noi folosind limbile participanților
  - c) Energy Circle (ro. *Cercul energiei*): Introducerea termenilor în limbile participanților. Începeți cu termeni de bază, cum ar fi Bună, La revedere, Aș dori să, etc. și continuați cu termeni financiari din domeniul ‘Solicitării Serviciilor Sociale’ – consultați termeni cheie mai jos.
  - d) Getting to Know You (ro. *Să ne cunoaștem!*): Acest joc introduce personalul care lucrează în domeniul financiar-bancar, de ex. ofițeri bancari sau ofițeri din cadrul serviciului de servicii sociale. Utilizați carduri pentru caracterizare în limbile participanților.

- e) 'Solicitarea Serviciilor Sociale': Puneți în practică opțiunea 1 sau 2, de mai jos:

**Opțiunea 1 - Improvizare:**

Distribuiți fișe de lucru cu liste de cuvinte și fraze cheie pentru 'Solicitarea Serviciilor Sociale'. Purtați discuții pe marginea fișelor de lucru. Realizați grupuri sau perechi de lucru. Fiecare grup sau pereche trebuie să dezvolte o scurtă improvizație folosind o parte din cuvintele cheie. Încurajați participanții să își susțină improvizațiile. Discutați pe marginea problemelor întâmpinate.

**Opțiunea 2 – Scenariu**

Distribuiți fișe de lucru cu liste de cuvinte și fraze cheie pentru 'Solicitarea Serviciilor Sociale'. Purtați discuții pe marginea fișelor de lucru. Realizați grupuri sau perechi de lucru. Distribuiți fiecărui grup câte un scenariu privind 'Solicitarea Serviciilor Sociale'. Încurajați participanții să își susțină scenariile. Discutați pe marginea problemelor întâmpinate.

În încheiere: Sumarizare, Reflecții și Feedback

## **Workshop 2 –**

### **Introducere în cursul online**

#### **'Deschiderea unui cont bancar'**

#### **SCOPURI:**

Pentru a introduce participanții în componenta online a cursului  
Pentru a desfășura activități teatrale și de joc de rol cu participanții în vederea dezvoltării competențelor lingvistice legate de 'Deschiderea unui cont bancar'

#### **OBIECTIVE:**

Desfășurarea unor sesiuni de activități pentru introducerea site-ului  
Desfășurarea unor sesiuni de activități și exerciții pentru dezvoltarea competențelor lingvistice legate de 'Deschiderea unui cont bancar'  
Dezvoltarea unei liste de termeni pentru 'Deschiderea unui cont bancar' - Fișa de lucru 2  
Dezvoltarea de resurse online pentru a sprijini desfășurarea cursului

#### **CUPRINS:**

1. Introducerea participanților în conținutul site-ului – o resursă ce conține materiale pentru învățarea independentă și conține deasemenea și informații utile pentru imigranți privind aspecte financiare.
2. Realizarea unui tur virtual al site-ului
3. Distribuirea parolelor pentru accesarea cursului online

4. Familiarizarea participanților cu utilizarea site-ului pentru parcurgerea cursului
5. Introducerea participanților în topicul ‘Deschiderii unui cont bancar ‘ prin realizarea de exerciții și activități de joc de rol:
  - a) Energy Circle (ro. *Cercul energiei*): Introducerea cuvintelor cheie privind ‘Deschiderea unui cont bancar’
  - b) Exerciții fizice: Walk in Pairs (ro. *Să ne plimbăm doi câte doi*)  
Bomb and Shield (ro. *Bombă și Scut*)
  - c) ‘Deschiderea unui cont bancar’: Puneți în practică opțiunea 1 sau 2, de mai jos:

Opțiunea 1 - Improvizare:

Distribuiți fișe de lucru cu liste de cuvinte și fraze cheie pentru ‘Deschiderea unui cont bancar ‘. Purtați discuții pe marginea fișelor de lucru. Realizați grupuri sau perechi de lucru. Fiecare grup sau pereche trebuie să dezvolte o scurtă improvizație folosind o parte din cuvintele cheie. Încurajați participanții să își susțină improvizațiile. Discutați pe marginea problemelor întâmpinate.

Opțiunea 2 – Scenariu

Distribuiți fișe de lucru cu liste de cuvinte și fraze cheie pentru ‘Deschiderea unui cont bancar ‘. Purtați discuții pe marginea fișelor de lucru. Realizați grupuri sau perechi de lucru. Distribuiți fiecărui grup câte un scenariu privind ‘Deschiderea unui cont bancar ‘. Încurajați participanții să își susțină scenariile. Discutați pe marginea problemelor întâmpinate.

În încheiere: Alocați timp pentru lucru pe site a participanților  
Sumarizare, Reflecții și Feedback

### **Workshop 3 –**

#### **‘Schimbul și transferul de bani’**

SCOPURI:

Pentru a desfășura activități teatrale și de joc de rol cu participanții în vederea dezvoltării competențelor lingvistice legate de ‘Schimbul și transferul de bani’

Pentru a sprijini participanții să se simtă în largul lor și de a dezvolta un mediu propice

Pentru a construi încrederea și stima de sine a participanților printr-un proces creativ

## OBIECTIVE:

Desfășurarea unor sesiuni de activități pentru introducerea site-ului  
Desfășurarea unor sesiuni de activități și exerciții pentru dezvoltarea competențelor lingvistice legate de ‘Schimbul și transferul de bani’  
Dezvoltarea unei liste de termeni pentru ‘Schimbul și transferul de bani’ - Fișa de lucru 3  
Dezvoltarea de resurse online pentru a sprijini desfășurarea cursului

## CUPRINS:

- a) Energy Circle (ro. *Cercul energiei*): Introducerea cuvintelor cheie privind ‘Schimbul și transferul de bani’
- b) Exerciții fizice: Falling (ro. *În cădere*)  
Columbian Hand Hypnosis (ro. *Hipnoză columbiană*)
- c) Complete the Image(ro. *Completați imaginea*) (în perechi)
- d) Improvizare: Distribuți fișe de lucru cu liste de cuvinte și fraze cheie pentru ‘Schimbul și transferul de bani’. Purtați discuții pe marginea fișelor de lucru. Realizați grupuri sau perechi de lucru. Fiecare grup sau pereche trebuie să dezvolte o scurtă improvizație folosind o parte din cuvintele cheie. Încurajați participanții să își susțină improvizațiile. Discutați pe marginea problemelor întâmpinate.

În încheiere: Alocați timp pentru lucru pe site a participanților  
Sumarizare, Reflecții și Feedback

## **Workshop 4 –**

### **‘Negocierea plăților pentru întreținere’**

## SCOPURI:

Pentru a desfășura activități teatrale și de joc de rol cu participanții în vederea dezvoltării competențelor lingvistice legate de ‘Negocierea plăților pentru întreținere’  
Pentru a sprijini participanții să se simtă în largul lor și de a dezvolta un mediu propice  
Pentru a construi încrederea și stima de sine a participanților printr-un proces creativ

## OBIECTIVE:

Desfășurarea unor sesiuni de activități pentru introducerea site-ului  
Desfășurarea unor sesiuni de activități și exerciții pentru dezvoltarea competențelor lingvistice legate de ‘Negocierea plăților pentru

întreținere ‘

Dezvoltarea unei liste de termeni pentru ‘Negocierea plăților pentru întreținere‘ - Fișa de lucru 4

Dezvoltarea de resurse online pentru a sprijini desfășurarea cursului

#### CUPRINS:

- (a) Activități fizice și verbale de activare: Exerciții fizice și Încălzirea vocii
- (b) Exerciții fizice: Walk in Pairs (ro. *Să ne plimbăm doi câte doi*)  
Bomb and Shield (ro. *Bombă și Scut*)
- (c) Lucrul cu imaginile – Imaginea orei și Imaginea cuvântului.
- (d) Distribuți fișe de lucru cu liste de cuvinte și fraze cheie pentru ‘Negocierea plăților pentru întreținere‘. Purtați discuții pe marginea fișelor de lucru.
- (e) Activități cu cuvinte și fraze cheie
- (f) Improvizare: Distribuți fișe de lucru cu liste de cuvinte și fraze cheie. Purtați discuții pe marginea fișelor de lucru. Realizați grupuri sau perechi de lucru. Fiecare grup sau pereche trebuie să dezvolte o scurtă improvizație folosind o parte din cuvintele cheie. Încurajați participanții să își susțină improvizațiile. Discutați pe marginea problemelor întâmpinate.

În încheiere: Alocați timp pentru lucru pe site a participanților  
Sumarizare, Reflecții și Feedback

#### **Workshop 5 –**

##### **‘Raportarea unui Card furat prin telefon’**

#### SCOPURI:

Pentru a desfășura activități teatrale și de joc de rol cu participanții în vederea dezvoltării competențelor lingvistice legate de ‘Raportarea unui Card furat prin telefon’

Pentru a sprijini participanții să se simtă în largul lor și de a dezvolta un mediu propice

Pentru a construi încrederea și stima de sine a participanților printr-un proces creativ

#### OBIECTIVE:

Desfășurarea unor sesiuni de activități pentru introducerea site-ului  
Desfășurarea unor sesiuni de activități și exerciții pentru dezvoltarea competențelor lingvistice legate de ‘Raportarea unui Card furat prin telefon ‘

Dezvoltarea unei liste de termeni pentru ‘Raportarea unui Card furat prin telefon ‘ - Fișa de lucru 5

Dezvoltarea de resurse online pentru a sprijini desfășurarea cursului

#### CONTENT:

- (a) Activități fizice și verbale de activare: Exerciții fizice și Încălzirea vocii
- (b) Complete the Image (ro. Completați imaginea) (în perechi)

- (c) Distribuți fișe de lucru cu liste de cuvinte și fraze cheie pentru ‘Raportarea unui Card furat prin telefon’. Purtați discuții pe marginea fișelor de lucru.
- (d) Activități cu cuvinte și fraze cheie
- (f) Improvizare: Distribuți fișe de lucru cu liste de cuvinte și fraze cheie. Purtați discuții pe marginea fișelor de lucru. Realizați grupuri sau perechi de lucru. Fiecare grup sau pereche trebuie să dezvolte o scurtă improvizație folosind o parte din cuvintele cheie. Încurajați participanții să își susțină improvizațiile. Discutați pe marginea problemelor întâmpinate.

În încheiere: Alocați timp pentru lucru pe site a participanților  
Sumarizare, Reflecții și Feedback

## **Workshop 6 –**

### **‘Solicitarea unui credit pentru un împrumut’**

#### **SCOPURI:**

Pentru a desfășura activități teatrale și de joc de rol cu participanții în vederea dezvoltării competențelor lingvistice legate de ‘Solicitarea unui credit pentru un împrumut’

Pentru a adapta procesul de învățare la cerințele actuale

Pentru a sprijini participanții să se simtă în largul lor și de a dezvolta un mediu propice

Pentru a construi încrederea și stima de sine a participanților printr-un proces creativ

#### **OBIECTIVE:**

Desfășurarea unor sesiuni de activități pentru introducerea site-ului

Desfășurarea unor sesiuni de activități și exerciții pentru dezvoltarea competențelor lingvistice legate de ‘Solicitarea unui credit pentru un împrumut’

Dezvoltarea unei liste de termeni pentru ‘Solicitarea unui credit pentru un împrumut’ - Fișa de lucru 6

Dezvoltarea de resurse online pentru a sprijini desfășurarea cursului

#### **CUPRINS:**

- a) Energy Circle (ro. *Cercul energiei*): Introduceți cuvinte cheie legate de ‘Solicitarea unui credit pentru un împrumut’
- b) Jocuri fizice : Fruit Bowl (ro. Bolul cu fructe)  
People to People (ro. De la oameni la oameni)
- c) ‘Solicitarea unui credit pentru un împrumut’: Puneți în practică opțiunea 1 sau 2, de mai jos:

Opțiunea 1 - Improvizare:

Distribuți fișe de lucru cu liste de cuvinte și fraze cheie pentru ‘Solicitarea unui credit pentru un împrumut’. Purtați discuții pe marginea fișelor de lucru. Realizați grupuri sau perechi de lucru.

Fiecare grup sau pereche trebuie să dezvolte o scurtă improvizație folosind o parte din cuvintele cheie. Încurajați participanții să își susțină improvizațiile. Discutați pe marginea problemelor întâmpinate.

#### Opțiunea 2 – Scenariu

Distribuiți fișe de lucru cu liste de cuvinte și fraze cheie pentru ‘Solicitarea unui credit pentru un împrumut’. Purtați discuții pe marginea fișelor de lucru. Realizați grupuri sau perechi de lucru. Distribuiți fiecărui grup câte un scenariu privind ‘Solicitarea unui credit pentru un împrumut’. Încurajați participanții să își susțină scenariile. Discutați pe marginea problemelor întâmpinate.

În încheiere: Alocați timp pentru lucru pe site a participanților  
Sumarizare, Reflecții și Feedback

### DESCRIEREA EXERCITIILOR

1. Name Game (ro. *Jocul numelui*)
2. Culture Shock (ro. *Șoc cultural*)
3. Energy Circle (ro. *Cercul energiei*)
4. Getting to Know You (ro. *Să ne cunoaștem!*)
5. Walk in Pairs (ro. *Să ne plimbăm doi câte doi*)
6. Bomb and Shield (ro. *Bombă și Scut*)
7. Falling (ro. *În cădere*)
8. Columbian Hand Hypnosis (ro. *Hipnoză columbiană*)
9. Fruit Bowl (ro. *Bolul cu fructe*)
10. People to People (ro. *De la oameni la oameni*)
11. Complete the Image (în perechi) (ro. *Completați imaginea*)
12. Încălzirea fizică și vocală: Exerciții fizice și Încălzirea vocii
13. Lucrul cu imaginile – Imaginea orei și Imaginea cuvântului.
14. Improvizație
15. Citirea pe roluri a unei simulări.

#### **Exercițiu: Name Game / Jocul numelui**

##### **Obiective:**

- Pentru a sparge gheața și pentru a crea o atmosferă relaxantă, de joc;
- Pentru a se mișca în spațiu;
- Pentru a oferi o modalitate distractivă și rapidă pentru a învăța numele;
- Pentru a sincroniza energia.

##### **Instrucțiuni:**

1. Participanții ocupă diverse poziții în spațiu. Trainerul demonstrează “schimbul” cu cineva din grup; contactul dintre două persoane constă în stabilirea contactului vizual și strângerea mâinii, fiecare persoană spunându-și prenumele și numele de familie. Toți se plimbă prin cameră, facilitatorul spune “Start” și fiecare persoană găsește pe cineva cu care



- să interacționeze (contact vizual, strânsul mâinii, nume și prenume). Apoi continuă să interacționeze în același fel cu ceilalți participanți.
2. La comanda 'Stop', participanții rămân nemișcați, la comanda Continuați ! participanții continuă activitatea exact de acolo de unde au rămas.
  3. Participanții continuă activitatea alergând.
  4. Participanții aleargă și strigă nume. Activitatea se desfășoară cu rapiditate, toți participanții se mișcă rapid prin sală, ei fiind încurajați să-și strige numele tare și clar.
  5. Participanții revin la ritmul normal și sunt încurajați să facă "schimb" (contact vizual, strânsul mâinii, își prezintă numele și prenumele). Acum participanții pot da drumul mâinii unei persoane numai atunci când strâng mâna altei persoane, astfel încât, atunci când participanții se plimbă prin sală și dau mâna unii cu alții, ei dau mâna cu cel puțin o persoană.

### **Exercițiu: Culture Shock / Șoc cultural**

#### **Obiective:**

- Să relaxeze participanții și să creeze o atmosferă prietenoasă, ludică.
- Să ofere o modalitate distractivă de a învăța numele;
- Să creeze o atmosferă dinamică;
- Să introducă mai multe tipuri de salut specifice anumitor culturi.
  
- Să exploreze noi modalități de a face cunoștință cu persoane noi folosind limbile partenerilor.

#### **Instrucțiuni:**

1. Explicați participanților că există mai multe tipuri de salut în funcție de cultură, de exemplu putem fi obișnuiți cu strânsul mâinii ca formă de salut. Participanții merg prin cameră și dau mâna cu toți cei pe care îi întâlnesc. Mergeți la fiecare persoană și salutați: 'Hi, my name is...' (ro. 'Bună! Numele meu este...'). Veți spune numele și prenumele, stabilind contact vizual și strângând mâna interlocutorului dumneavoastră. Trainerul poate introduce mai multe cuvinte care pot fi folosite în limba partenerului pentru a saluta. De exemplu, pentru limba engleză 'Hi my name is . . .' sau 'How are you, my name is . . .' sau 'Good afternoon, my name is . . .' or 'Good evening, my name is . . .'.
2. Trainerul strigă 'freeze' și prezintă următorul mod de salut specific culturii unor triburi tibetane – de exemplu se scoate limba. Toți participanții se amestecă și se salută: 'Bună, numele meu este...' și fac gestul respectiv.
3. Două alte saluturi sunt prezentate; frecatul nasurilor și în cele din urmă îmbrățișarea și sărutul pe obraz de două ori sau sărutul în aer. Participanții sunt încurajați să exagereze toate modalitățile de salut.
4. Participanții vor fi încurajați să facă sugestii cu privire la un alt salut specific unei culturi pe care îl cunosc sau pot inventa propriul salut.

5. În încheiere, participanții vor fi rugați să facă observații și să își exprime opinia cu privire la activitate.

### **Discussion:**

Jocul este o activitate de relaxare (eng. "ice-breaker"), relaxează atmosfera și încurajează buna-dispoziție și deschiderea față de joc, care sunt esențiale pentru stimularea creativității. Participanții au posibilitatea de a auzi numele colegilor lor, a-i cunoaște și de a stabili legături în interiorul grupului. La finalul activității participanții sunt încurajați să facă observații și să ofere feedback cu privire la diferite tipuri de salut specifice anumitor culturi. Poate grupul să identifice alte saluturi specifice altor culturi? Discutați cuvintele și expresiile cheie care pot fi utilizate în limba partenerilor ca formule de salut și prezentare.

### **Exercițiu: Energy Circle / Cercul energiei**

#### **Obiective:**

- Să-i ajute pe participanți să se relaxeze și să depășească inhibițiile;
- Să stimuleze spiritul de echipă;
- Să dezvolte puterea de concentrare;
- Să confere energie și sincronizare grupului în așa fel încât să lucreze la același nivel energetic și de focalizare.
- Să introducă cuvinte cheie.

Accentul trebuie pus pe participare mai degrabă decât pe desfășurarea activității exact cum a fost prezentată. Pentru persoane care interacționează mai greu, poate fi o modalitate de a se implica folosind cuvinte cheie pe tema dată fără ca atenția să fie în mod necesar îndreptată asupra cuiva anume.

#### **Instrucțiuni:**

1. Formați un cerc.
2. Trainerul se întoarce la dreapta și stabilește contact vizual cu persoana din dreapta sa și bate palma.
3. Această persoană face apoi un gest similar către persoana din dreapta, bate palma mai departe.
4. Toate persoanele din cerc trebuie să bată palma de câteva ori repede pentru a realiza un flux continuu ritmat de bătăi de palme.
5. Apoi trainerul va schimba direcția și va bate palma cu persoana din stânga, ceilalți participanți vor face la fel.
6. Când ritmul este stabilit, trainerul explică fiecărui participant că poate transfera energia bătând palma cu persoana din stânga sau din dreapta.
7. Apoi, trainerul introduce un sunet, de exemplu 'yo' sau 'ha', astfel încât participanții să bată palma și să facă acest sunet simultan în timp ce ei transferă energia în interiorul cercului. Sunetul/gestul trebuie să fie puternic și să denote o implicare totală a corpului și a vocii.
8. Toate persoanele din cerc trebuie să facă gestul și să scoată sunetul. Viteza trebuie să rămână aceeași. Accentul trebuie să cadă pe stabilirea contactului vizual și pe dorința puternică de a transmite gestul mai departe.
9. Trainerul poate înlocui sunetul 'ha' cu 'hello' (ro. "bună") sau 'goodbye' (ro.

- “la revedere”).
10. Apoi facilitatorul poate stabili ca ‘hello’ să fie transmis către dreapta și cuvântul ‘goodbye’ să fie transmis în stânga. Facilitatorul poate adăuga cuvinte cheie pentru tema care va fi abordată. De exemplu dacă tema este “Deschiderea unui cont bancar” cuvinte precum “open” (ro. “a deschide”), “fee” (ro. “taxa”), “current account” (ro. “cont curent”) pot fi introduce și exersate.

### **Exercițiu:     Improvizație: Getting to Know You / Să ne cunoaștem**

#### **Obiectiv:**

Acest exercițiu explorează diferite “roluri” și încurajează participanții să folosească expresiile cheie.

#### **Instrucțiuni:**

1. Trainerul distribuie un set de bilete, fiecare bilet conținând o informație care poate fi folosită în descrierea unui “rol”. Dacă tema atelierului este “Solicitarea de ajutor social”, rolurile pot include un client, un funcționar de la asistența socială, un oficial guvernamental, un consilier, un prieten etc. Fiecare participant primește un bilet.
2. Fiecare participant are Handout One (Fișa de lucru 1) conținând cuvinte și expresii cheie specifice temei abordate.
3. Fiecare participant preia “rolul” propus pe bilet; fiecare persoană este încurajată să folosească trei expresii cheie din fișă. De exemplu, rolul poate fi de “customer” (ro. client). Cele trei expresii cheie pe care acesta le poate folosi sunt: *I want to apply for child benefit; Where do I apply for housing benefit?; May I have the form for an education allowance.* (ro. *Aș dori să fac o cerere pentru acordarea unei alocații pentru întreținerea unui minor; Unde pot înainta o cerere pentru ajutor social?; Puteți să îmi dați un formular pentru acordarea unei alocații pentru educația copiilor?*).
4. Grupul va fi împărțit în perechi. În pereche, fiecare persoană va discuta rolul său și cele trei expresii cheie, pe care au decis să le folosească în legătură cu fiecare rol.
5. La un semnal dat, partenerii încep un joc de improvizație numit ‘Getting to Know You’ (‘Să ne cunoaștem’) unde ei încearcă să se cunoască unul pe celălalt. În timpul activității, ei trebuie să acționeze ca și cum informația de pe bilet este adevărată, ca și cum ar fi persoana descrisă. Participanții lucrează în perechi, iar o pereche poate demonstra activitatea întregului grup.
6. Activitatea se va termina cu o discuție de grup.

**Materiale:** Un set de bilete cu instrucțiuni scrise.

### **Exercițiu: Walk in Pairs /Plimbarea în perechi**

#### **Obiective:**

- Să dezvolte puterea de concentrare
- Să ajute participanții să se cunoască mai bine unul pe celălalt.
- 

#### **Instrucțiuni:**

1. Participanții se plimbă prin sală.
2. La semnalul trainerului participanții se grupează doi câte doi cu persoana de alături. În perechi, participanții se plimbă prin sală, foarte apropiați unul de celălalt, dar fără să se atingă.
3. Fiecare participant observă mersul partenerului său, încercând să îi înțeleagă modul în care se mișcă. Partenerul merge repede sau încet? Care este ritmul mersului lui / al ei? Fiecare participant va conștientiza legătura dintre el/ea și partenerul său.
4. Acum încercați să mergeți și să vă mișcați precum partenerul dumneavoastră. Nu este nici un leader, fiecare persoană încearcă să imite mersul partenerului său. Nu există un lider, fiecare persoană încearcă să meargă precum partenerul său, fiecare pereche încercând să meargă la fel.
5. Apoi, participanții vor răspunde la schimbări de direcție făcute la întâmplare de oricare dintre parteneri. Ei pot merge mai încet, sau mai repede, se pot opri, pot începe să meargă sau schimbe direcția în orice moment. În momentul în care unul dintre parteneri face o schimbare, celălalt îl urmează. Oricare dintre parteneri poate schimba ritmul, nivelul sau direcția în orice moment, se pot târî, alerga sau merge normal, pe vârfuri etc.
6. După un timp, încurajați participanții să meargă singuri și să găsească un partener nou și să urmeze pașii de la 3 la 5.

### **Exercițiu: Bomb and Shield / Bombă și scut**

#### **Obiective:**

- Să dezvolte percepția spațială și a grupului
- Să dezvolte puterea de concentrare.

#### **Instrucțiuni**

1. Participanții se plimbă prin sală.
2. În timp ce se plimbă, vor fi rugați să aleagă o persoană din sală pentru a fi “bomba” lor (eng. ‘bomb’), fără ca persoana respectivă să știe, și să meargă cât mai departe de persoana respectivă (ca și cum i-ar fi frică de acea persoană).
3. După câteva momente, instruiți participanții să aleagă o altă persoană (din nou, fără ca ei să știe) și această persoană este scutul său (shield). Fiecare persoană a identificat două persoane, una este bomba și una este scutul său. Fiecare participant va încerca să așeze persoana care este scutul său între el și persoana care este bomba, persoana de care îi este frică. Persoana care este scutul este protectorul dumneavoastră.
4. Pentru câteva minute fiecare persoană va așeza scutul între el și bombă, fără ca ceilalți să știe.
5. Apoi numărați de la 10 la 1 și la 1 nimeni nu se va mișca. Fiecare persoană va numi bomba și scutul său.

**Observații:** În viața de zi cu zi cu toții avem “bombe” și “scuturi”, o bombă nu este o persoană, ci o ‘problemă’ care poate apărea. Individual participanții vor identifica o “bombă” din viața lor pentru ca apoi să identifice un ‘scut’. Faceți legătura dintre această activitate și tema abordată în timpul atelierului de lucru pe teme financiare.

## **Exercițiu: Falling / În cădere**

### **Obiective:**

- Să dezvolte spiritul de echipă
- Să dezvolte legături în interiorul grupului
- Să creeze o atmosferă prietenoasă (distractivă).

### **Instrucțiuni:**

1. Fiecare participant va primi un număr de la unu la trei. Unu, doi, trei, unu, doi, trei etc. Dacă grupul conține un număr mare de participanți, se vor da numere de la unu la cinci sau la șase..
2. Participanții se plimbă prin sală.
3. Trainerul strigă un număr și toate persoanele cu numărul respective se vor preface că vor leșina și vor cădea. Persoanele care “cad” trebuie să facă un zgomot și să întindă brațele și să exagereze sunetele și gesturile ca și cum ei ar leșina. Ideea este că participantul va face destul zgomot și gesturi pentru a arăta celorlalți participanți că vor leșina. Înainte ca persoana respectivă să leșine, restul grupului se adună în jurul său și o ține sau ține și o întinde pe podea. Nici o persoană nu leșină cu adevărat, participanții doar se prefac că leșină și cad ușor pentru ca membrii grupului să vină să îl ajute.
4. După ce persoana a fost întinsă ușor pe podea, se ridică imediat și jocul continuă.
5. Trainerul dă numere la întâmplare. Numărul 1, numărul 6 și apoi strigă numărul 1 și numărul patru, până când în cele din urmă strigă toate numerele în același timp astfel încât toți se ajută unul pe celălalt.

## **Exercițiu: Colombian Hand Hypnosis / Hipnoză columbiană**

### **Obiective:**

- Să încurajeze lucrul în echipă.
- Să ajute grupul să scape de inhibiții.
- Să relaxeze corpul și să pună mușchii în mișcare.
- Să ajute participanții să aibă o mai bună percepție a corpului lor în spațiu.
- Să dezvolte puterea de concentrare.
- Să analizeze probleme legate de împărțirea puterii.

Este un exercițiu de concentrare redusă, de tipul ‘a oferi și a lua’, iar participanții vor lucra în perechi pentru a asigura dinamicitatea în interiorul grupului.

### **Instrucțiuni:**

1. Participanții se plimbă prin sală, mereu îndreptându-se spre un spațiu liber.
2. Trainerul spune ‘stop’, fiecare participant face pereche cu persoana de lângă el/ea.
3. Trainerul alege o persoană pentru a demonstra un exercițiu; trainerul pune palma la 30 cm în fața participantului. Trainerul explică că participantul este acum “hipnotizat” de mâna trainerului. Trainerul apoi își

mișcă mâna în față și în spate, iar participanții trebuie să se miște, de asemenea. Trainerul poate să meargă înainte sau înapoi etc.

4. Perechile decid care este A și care este B. A pune mâna în fața lui B, cu vârful degetelor la nivelul frunții și la aprox. 30 cm distanță de fața acestuia. A îl conduce pe B în jurul sălii asigurându-se că fața participantului B este la 30 cm de mâna lui, evitând alți jucători.
5. După ce A și B au avut destul timp să exerseze, rolurile sunt inversate astfel încât de data aceasta B conduce și A îl urmează.
6. Trainerul caută trei voluntari. A își întinde ambele brațe astfel încât palmele sunt îndreptate spre exterior. B și C sunt așezați la aprox. 30 cm distanță față de ambele mâini. În timp ce B își mișcă mâinile C se mișcă în acord cu mișcările mâinilor lui B. Participanții pot fi împărțiți în grupuri de trei, iar aceasta parte a activității poate fi repetată. Se pot inversa rolurile astfel încât fiecare din membrii grupului să aibă șansa să conducă.

Întrebări care pot fi adresate de trainer:

- a. Care parte din exercițiu vi s-a părut mai ușoară? Să conduceți sau să fiți conduși ?
- b. Acțiunea de a conduce a fost fost ușor/dificil de urmărit? Și-a mișcat prea repede mâna astfel încât să fie greu de urmărit ?
- c. Cine deține controlul sau puterea în cadrul acestui exercițiu? Cel care conduce sau cel care urmează? (de obicei, participanții spun că cel care conduce). Cel care conduce a abuzat de această putere sau și-a exploatat partenerul? Cum? De ce? O scurtă discuție cu privire la putere și egalitate poate fi inițiată. De exemplu, în interiorul unei relații, oamenii se pot exploata reciproc în loc să lucreze în armonie.
- d. Participanții pot repeta exercițiul luând în considerare faptul că cei doi trebuie să *colaboreze*. Ceea ce e important e ca cei doi să împartă puterea în mod egal. După repetarea exercițiului, participanții vor fi întrebați: În ce fel v-ați simțit diferit? De ce? Este sănătos pentru noi să ne exploatăm reciproc? Este bine pentru noi să ne lăsăm exploatați?

## **Exercițiu: Fruit Bowl / Bolul cu Fructe**

### **Obiective:**

- Să dea energie și să dezvolte puterea de concentrare.
- Să stimuleze percepția spațială și cea a grupului.

### **Instrucțiuni:**

1. Toți participanții stau pe scaune în cerc sau stau în picioare în cerc, o persoană stă în mijlocul cercului.
2. Dați fiecărei persoane din cerc un nume: măr, pară sau banană. Persoana din mijloc preia numele unuia dintre cele trei fructe
3. Persoana din mijloc strigă numele unuia dintre fructe, de exemplu 'apple' (măr) și toate 'merele' trebuie să facă schimb de locuri, dar nu pot să aleagă locul nici din dreapta, nici din stânga lor.
4. Persoana din mijloc încearcă și ea să se așeze pe un scaun și o persoană va rămâne în picioare când toți ceilalți membri ai grupului își găsesc un scaun. Persoana respectivă merge în mijloc și strigă un fruct, cum ar fi bananele, toate persoanele care au acest nume vor face schimb de locuri. Activitatea se repetă.

5. Persoana din mijloc poate striga și 'fruit bowl' (ro. "bolul cu fructe"), iar în acest caz toată lumea schimbă locurile.
6. Pornind de la acest format persoana din mijloc poate striga diferite caracteristici ce țin de identitatea unei persoane de exemplu cineva care are... părul negru, ochi albaștri, trăiește în afara Irlandei, etc. Categoriile care vor fi acoperite sunt (a) trăsăturile fizice, (b) familie, (c) loc, (d) preferințe, (e) ceva ce ai făcut sau pe care nimeni altcineva nu l-a făcut, cineva care are cont în bancă, sau datorii la bancă, etc... Această activitate poate fi folosită pentru a discuta ceea ce putem avea în comun.

### **Exercițiu: Complete the Image / Completați imaginea**

#### **Obiective:**

- Să introducă lucrul cu imaginile.
- Să genereze o atmosferă de joacă.
- Să dezvolte imaginația ca o sursă de inspirație fără presiunea îndeplinirii în întregime a unei activități
- Să își folosească corpul pentru a crea, având în vedere legătura dintre corp și imaginație
- Să dezvolte spiritul de observație.

#### **Instrucțiuni:**

1. Participanții formează un cerc.
2. Trainerul stă în centrul cercului pentru a căuta un voluntar. Voluntarul se așează în fața trainerului, ei dau mâna și se opresc în mijlocul acțiunii. Trainerul explică că ei sunt înghețați și că astfel realizează o imagine nemișcată. Trainerul se îndepărtează iar participantul continuă să rămână nemișcat ca o statuie.
3. Toată lumea observă această imagine care conține doar o persoană. O a doua persoană intră în imagine și "completează" imaginea luând o poziție care completează și dă înțeles primei forme pentru a crea un tablou constituit din două persoane. Forma/imaginea poate fi abstractă sau reprezentatională.
4. După ce de-a doua persoană a intrat și a înghețat în imagine prima persoană iese din imagine. Toți participanții privesc noua imagine și cea de-a treia persoană, completând imaginea deja formată. Din nou imaginea este ținută pentru un moment și cea de-a doua persoană se așează lăsând-o pe cea de-a treia persoană într-o nouă imagine în care va intra ce-a de-a patra persoană. Activitatea va continua până când toți participanții au fost în mijlocul cercului cel puțin odată.
5. După ce fiecare participant a ajuns să creeze o imagine, trainerul adaugă următoarele: cea de-a doua persoană care intră nu se mișcă și spune o propoziție pentru a explica ce reprezintă imaginea. De exemplu, forma primei persoane poate fi aplecată cu mâinile întârnând în jos. Cea de-a doua persoană poate completa tabloul presupunând că prima persoană duce ceva greu și are nevoie de ajutor. El poate spune „Oh, do you need a hand?” (ro. „Ai nevoie de o mână de ajutor?“). Atunci, prima persoană iese din cerc și o a treia persoană intră pentru a contura o nouă imagine completând-o pe cea realizată de cel de-al doilea participant. Jocul va continua până când toți participanții au format o imagine și au spus o propoziție.
6. La ultima pereche, ambele persoane stau în imagine, trainerul cerând celorlaltor participanți să se alătore și să formeze o imagine de grup.

7. Când toată lumea este în interiorul imaginii, fiecare persoană se va gândi la cine pot fi ei în interiorul imaginii și care este povestea imaginii. Participanții vor fi invitați să facă un gest cu corpul lor care poate fi repetat și să se gândească la un cuvânt care să descrie persoana pe care o reprezintă în interiorul imaginii. La un semnal, simultan, fiecare repetă gestul său de trei ori. La un semnal, simultan, fiecare spune cuvântul la care s-a gândit și apoi, unul câte unul, fiecare participant face gestul și spune cuvântul. În final, participanții sunt invitați să discute pe marginea imaginii finale de grup.

### **Exercițiu: Image of the Hour / Imaginea orei**

#### **Obiective:**

- Să încurajeze participanții să interpreteze “povestea” activităților lor zilnice.
- Să încurajeze participanții să își folosească corpurile în scopuri creative, luând în considerare legătura dintre corp și imagine.

#### **Instrucțiuni:**

1. Participanții se plimbă prin sală.
2. Moderatorul strigă “Freeze” (ro. Stop) și participanții se opresc. Rugați participanții să se asigure că sunt distribuiți în mod egal prin sală.
3. Trainerul anunță diferite ore din timpul zilei 8 am, 9 am etc., începând cu primele ore ale dimineții și terminând cu ultimele ore ale serii. Toți participanții lucrează concomitent, se plimbă prin sală, și fac activitatea pe care ar desfășura-o în mod normal la momentul respectiv al zilei. Participanții mimează activitatea. Toată lumea crează un ceas...formează o imagine de grup reprezentând o zi, cu toate activitățile zilnice.
4. Grupul va fi împărțit în două. Jumătate vor privi cum ceilalți mimează activitățile legate de orele care sunt strigate, adică 8 am, 11 am, 2 pm, 5 pm, 8 pm etc. Când termină, cealaltă jumătate reia activitatea.

Observații: Participanții vor fi întrebați unde își încep și termină fiecare zi. Acasă? Se va discuta despre cazare și noțiunea de “acasa”, cât de important este să ai un loc al tău. De asemenea, vor fi prezentate cuvintele cheie.

### **Exercițiu: Physical and Vocal Warm-Up – Stretch and Breathe Exerciții fizice și Încălzirea vocii**

#### **Obiective:**

- Să pregătească corpul, vocea și imaginația participanților pentru activitate.
- Să dea un plus de energie activității.

#### **Instrucțiuni:**

1. Se formează un cerc. Fiecare persoană masează ușor zone ale corpului, precum gamba, coapsele, abdomenul, pieptul, spatele și brațele, masând apoi zonele faciale și pielea capului. Dacă se dorește poate fi adăugată și o alergare ușoară.



2. În picioare, încercați să flexați gâtul înainte și înapoi, în părți, rotiți coatele, încheieturile mâinilor, întindeți degetele, răsuciți umerii, genunchii și gleznelor. Rotiți umerii înainte și înapoi. Inspirați și ridicați umerii, încercând să vă atingeți urechile cu umerii. Expirați și lăsați umerii în jos. Mai repetați încă de două ori. Asigurați-vă că umerii sunt relaxați, iar brațele, mâinile, degetele nu sunt încordate.

3. În picioare, închideți ochii și concentrați-vă asupra respirației. Apoi încercați să vă percepeți întregul corp. Când inspirați imaginați-vă că respirația vă cuprinde întregul corp. Când respirați imaginați-vă cum corpul vi se golește. De fiecare dată când respirați, simțiți cum mâinile și brațele dumneavoastră devin mai ușoare și se îndepărtează de corp. Imaginați-vă că respirația este ca un val al mării. La început, faceți exercițiile ușor, treptat ele vor părea foarte ușoare, vor veni din interior...o unire dintre corp și respirație. Extindeți mișcarea gradual, inspirând atunci când ridicați brațele și expirând atunci când le relaxați, imaginându-vă în tot acest timp că respirația dumneavoastră este precum mișcarea valurilor unui ocean.

4. În picioare respirați adânc de trei ori, ridicând brațele și călcâiele în momentul în care inspirați și coborâți-le atunci când expirați. La final rămâneți nemișcat concentrându-vă asupra respirației dumneavoastră, gândiți-vă cum vă simțiți în momentul respectiv. Imaginați-vă un fir de mătase care vă trage corpul în sus care și cum capul dumneavoastră ar fi suspendat de acest fir. Imaginați-vă că vertebrele dumneavoastră sunt niște mărgelile pe acest fir de mătase.

5. Exerciții cu expresiile și cuvintele cheie.

**Alte activități:**

- Imaginea cuvântului
- Improvizație
- Citirea unei piese de teatru