



euro | guidance

„Žaliosios karjeros pamokos“

Euroguidance ambasadorius
Aivaras Pranaruskas



ŠVIETIMO
MAINŲ
PARAMOS
FONDAS



LINEŠA

LIETUVOS NEFORMALIOJO ŠVIETIMO AGENTŪRA



euro | guidance

Pagrindiniai tikslai:

1. Karjeros pamoka.
2. Asmeninių įpročių keitimas ir sąmoningumas.
3. Vertybinis studijų ir karjeros pasirinkimas ateityje.
4. Karjeros specialisto indėlis tvaresnės ateities link.





1. Susipažinimo pratimas (10 min)

Kas kiekvieną savaitę važinėja viešuoju transportu? _____

Kas į parduotuvę visuomet nešasi savo maišelį? _____

Kas namuose naudoja ekonomišką lemputes? _____

Kas žino žmogų vairuojantį hibridinį automobilį? _____

Kas žino žmogų vairuojantį automobilį su dujų įranga? _____

Kas stengiasi valgyti mažiau mėsos? _____

Kas perka produktus iš vietinių ūkininkų? _____

Kas mėgsta užsiimti rūbų ar daiktų atnaujinimu? _____

Kas tvarkydama namus stengiasi naudoti kuo mažiau chemijos? _____

Kas yra pasodinęs medį? _____

Kas spausdina ant antros lapo pusės? _____

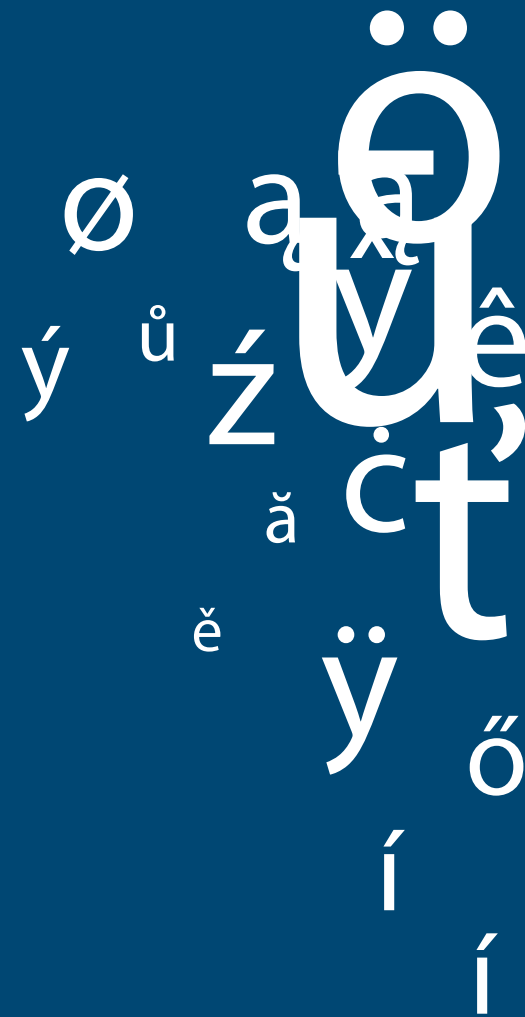
Kas žino, jog reikia išjungti automobilio kondicionierius, kada nėra karšta? _____

Kas pirkdamas kavą naudoja savo puoduką? _____

Kam teko pirkti daiktą iš perdirbtos medžiagos? _____

Kas rūšiuoja šiukšles? _____

Kas išjungia nenaudojamus prietaisus iš rozetės? _____

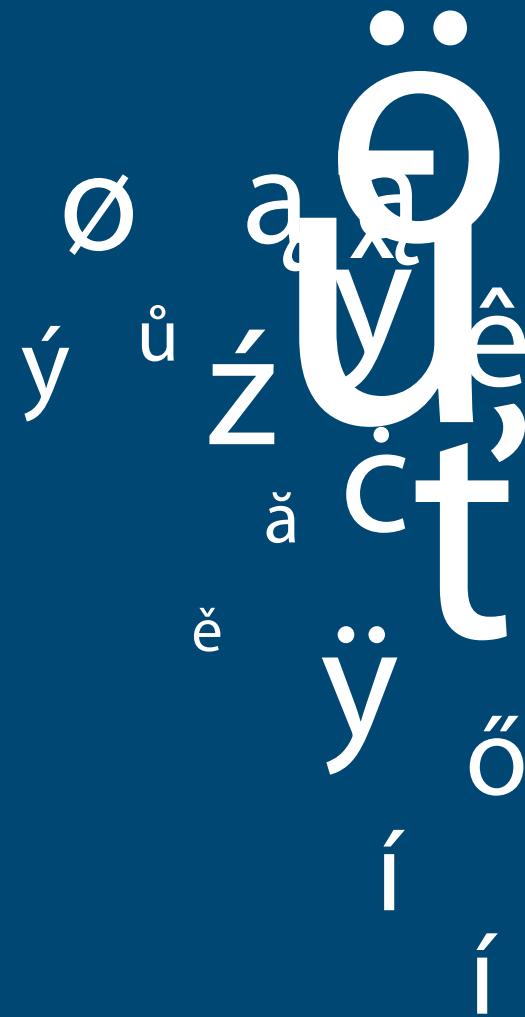




euro | guidance

31 proc. telefono baterijos energijos sąnaudų sunaudojama naršant socialiniuose tinkluose. Daugiausiai energijos sunaudojama naršant TikTok programėlėje, antroje vietoje – Twitter, toliau eina Facebook ir Instagram. Kalbant apie filmų ir video peržiūras, Youtube, Netflix ir Spotify sudaro 15 proc. telefono ekologinio pėdsako.

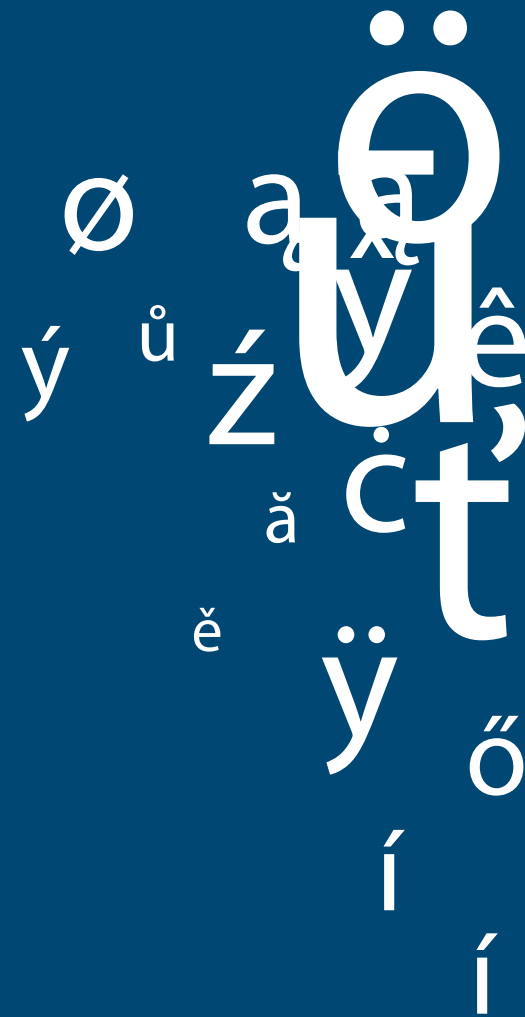
East London universiteto mokslininkas apskaičiavo, kad vien populiarios dainos klipo „Despacito“ peržiūros Youtube platformoje sukėlė 250 000 tonų CO2 emisijos, kas prilygsta Čado, Gvinėjos -Bisau, Somalio, Siera Leonės ir Centrinės Afrikos anglies dvideginio taršos kiekiui.





2. Kas yra "anglies pėdsakas"? (30 min)

- Anglies pėdsakas yra visuminis kiekis šiltnamio dujų (įskaitant anglies dioksidą ir metaną) kuris išsiskiria dėl mūsų vartojimo. Sunaudojame daug energijos, kuri pagaminama iš iškastinio kuro, o tai padidina CO2 kiekį ir išbalansuoja natūralų gamtos CO2 ciklą.
- Vidutinis anglies pėdsakas žmogui JAV yra 16 tonų, tai yra didžiausia norma pasaulio mastu. Globaliai anglies pėdsako vidurkis yra netoli 4 tonų. Idealiu atveju siekiant išvengti 2 laipsnių temperatūros pakilimo pasaulyje, iki 2050 m. globalinis anglies pėdsako vidurkis per metus turėtų nukristi iki 2 tonų.
- Individualus anglies pėdsako sumažinimas nuo 16 iki 2 tonų negali įvykti per naktį. Mažus pokyčius turėtume daryti kasdien, pvz. dėti pastangas valgyti mažiau mėsos, rinktis mažiau jungiamųjų skrydžių, džiovinti drabužius „ant virvės“ (ne automatinėje džiovyklėje). Maži kasdienių veiksmų pokyčiai leis atsirasti dideliems pokyčiams.





Footprint

Parsisiųskite iš Google Play arba Apple App Store programėlę MyFootprint SEB arba eikite į

www.carbonfootprint.com.

Atlikite nurodytas užduotis, apskaičiuokite savo išmetamo CO2 kiekį per metus, pasidalinkite rezultatais su grupe. Aptarkite ką būtų galima daryti norint sumažinti anglies pėdsaką.

Vidutinis pėdsakas vienam žmogui Lietuvoje yra 4,14 tonų.

Europos Sąjungos vidurkis yra apie 6,4 tonos.

Pasaulio mastu CO2 pėdsako vidurkis yra apie 4,8 tonos.

https://www.carbonfootprint.com/calculator.aspx

Pradžia Namas Skrydžiai Automobilis Motociklas Autobusai ir traukiniai Secondary Rezultatai

Jūsų CO2 Pėdsakas:

<input checked="" type="checkbox"/> Namas	0.19 tonų CO ₂
<input checked="" type="checkbox"/> Skrydžiai	2.47 tonų CO ₂
<input checked="" type="checkbox"/> Automobilis	2.52 tonų CO ₂
<input checked="" type="checkbox"/> Motociklas	0.00 tonų CO ₂
<input checked="" type="checkbox"/> Autobusai ir traukiniai	0.05 tonų CO ₂
<input checked="" type="checkbox"/> Secondary	2.55 tonų CO ₂

iš viso = 7.77 tonų CO₂

Jeigu norite kompensuoti savo CO2 pėdsako daromą žalą, pažymėkite sritis, kurias noretumėte kompensuoti ir paspauskite "Kompensuoti dabar" mygtuką.

iš viso kompensuoti = 7.77 tonų CO₂ Kompensuoti dabar

Jūsų Pėdsakas	Lietuva Vidurkis	Pasaulis Vidurkis

- Jūsų pėdsakas 7.77 tonų per metus
- Vidutinis žmonių pėdsakas Lietuva yra 4.14 tonų
- Europos Sąjungos vidurkis yra apytiksliai 6.8 tonų
- Vidutinis pasaulinis CO2 pėdsakas yra apytiksliai 4.79 tonų
- Pasaulinis tikslas iki 2050 m. yra 0 tonų





euro | guidance

Nuorodos internete

[Simple Animated Video: What is a carbon footprint? What can you do about yours? – YouTube](#)

[What is a CARBON FOOTPRINT? How to calculate and reduce it? | Climate change - YouTube](#)

[Three Steps to Cut Your Carbon Footprint 60% Today | Jackson Carpenter | TEDxAsheville \(youtube.com\)](#)





3. Žingsnių pratimas (15 min)

1. Šiandien Jūs esate paklausus darbo rinkoje?
2. Jūsų profesija bus paklausi ir po 15 metų?
3. Jūs uždirbate daugiau nei minimumą?
4. Dirbdami tą darbą turite galimybę gauti papildomų pajamų?
5. Ar ši profesija prisideda prie visuotinio tvarumo?
6. Ar galėtumėte šį darbą dirbti išvykę į užsienį?
7. Ar norint dirbti šį darbą reikia baigti universitetą?
8. Ar dirbant šį darbą galima tikėtis nuoseklaus atlyginimo augimo?
9. Ar dirbant šį darbą reikės nuolat mokytis ir kelti savo kvalifikaciją?
10. Ar gautumėte darbo jei su šia profesija persikeltumėte į mažą miestelį?
11. Ar galite dirbti šį darbą neišeidami iš namų?
12. Turėdamas šią profesiją būsite itin gerbiamas aplinkinių?
13. Turėdamas šią profesiją būsite itin reikalingas aplinkiniams?





euro | guidance



Šiukšlių surinkėjas	Elektromobilio taksi vairuotojas	Ūkininkas auginantis organinį maistą
Vandens kokybės tyrimų laborantas	Atsinaujinančios energetikos inžinierius	Šiaudinių namų statytojas
Sąvartyno vadybininkas	Miškininkas	Vegetariško maisto šefas
Daugiabučių renovacijos projektų vadovas	Regioninio parko direktorius	Ekologiškos gyvensenos „influenceris“
Saulės elektrinių montuotojas	Geoterminio šildymo įmonės marketingo specialistas	Dėvėtų rūbų parduotuvės pardavėja
Vėjo jėgainių technikas	Ekologiško vairavimo mokytojas	Dviračių taisytojas



4. Pakomentuok ir perduok (bonus 10 min)

Šis pratimas gali būti savarankiškas arba gali būti kaip priedas prie pratimo „žali žingsniai“. Jame galėsite panaudoti lapelius, kuriuos jau turite su žaliomis profesijomis. Jei darote kaip pratimą pratimo „žali žingsniai“, tuomet pratimo pabaigoje prieš arba po refleksijos paprašykite, jog dalyviai pasakytų kokių trijų dalykų reikia norint dirbti tą darbą kurį jie išsitraukė, tuomet turi perduoti savo ištrauktą lapelį tam grupės nariui, kuriam ta profesija jo manymų labiausiai tiktų. Jei grupė jaunesnė, tarkime mokiniai, galite palengvinti užduotį ir paprašyti, jog pasakytų vieną dalyką, kuris tai profesijai reikalingas ir tuomet paduotų lapelį kitam.

Idealu, jei visi stovėtų ratu ir visi matytų kam kokia profesija atiduodama. Tas kuris perduoda lapelį, dar turėtų trumpai pakomentuoti kodėl būtent tam dalyviui ta profesija jam atrodo tinkamiausia. Pratimą geriausia daryti mokymų pabaigoje, nes dalyviai turi vieni kitus kažkiek pažinoti, jei nepažinos, jie neturės argumentų, kodėl tą lapelį atiduoda būtent tam žmogui. Tačiau jei iki tol būsite padarę visus kitus pratimus, dalyviai jau bus spėję pakankamai pažinti vieni kitus ir kiek kuris yra žalias. Kokia pratimo nauda? Mes patys kartais nematome savęs iš šono ir kitų žmonių pastebėjimai apie mus gali kartais nustebinti, gali ir sumotyvuoti ir įtikinti galbūt net gyvenime pasirinkti tą profesiją, kurios lapelį mums kažkas padavė.





euro | guidance

Ačiū, kad dalyvavote.

Nepamirškite aplankyti ir sekti naujienas

www.euroguidance.lt

www.euroguidance.eu

ir Facebook grupėje

[Karjeros specialistai | EUROGUIDANCE](#)

aivaras.pranaruskas@gmail.com

