

SUSTAIN WELL



Wellbeing, Empathy & Lifelong
Learning for a Sustainable Future

Sustain Well: un percorso europeo di collaborazione, benessere e sostenibilità

Un progetto eTwinning per costruire cittadinanza europea attiva

Il progetto eTwinning “**Sustain Well**” nasce con l’obiettivo di promuovere nei giovani una maggiore consapevolezza sui temi della sostenibilità ambientale, del benessere individuale e collettivo e della cittadinanza europea attiva. Attraverso una rete internazionale di scuole partner, studenti e docenti hanno intrapreso un percorso di apprendimento collaborativo fondato sul confronto interculturale, sulla metodologia partecipativa e sull’utilizzo consapevole delle tecnologie digitali.

Fin dalle prime fasi, il progetto ha rappresentato un’importante occasione di crescita personale e professionale, permettendo ai partecipanti di condividere idee, esperienze, buone pratiche e attività didattiche innovative. “Sustain Well” non si è limitato a trattare il tema della sostenibilità in modo teorico, ma ha coinvolto gli studenti in esperienze concrete, collaborative e multidisciplinari, con un forte legame tra scuola, territorio e dimensione europea.

La conoscenza dei partner: i meeting internazionali

La prima fase del progetto è stata dedicata alla conoscenza reciproca tra le scuole partner e alla costruzione di un clima collaborativo e inclusivo. Attraverso meeting online organizzati sulla piattaforma eTwinning e tramite videoconferenze internazionali, studenti e docenti hanno avuto modo di presentarsi, condividere aspettative e conoscere le realtà scolastiche e culturali dei diversi Paesi coinvolti.

I meeting iniziali hanno avuto un ruolo fondamentale nella creazione di relazioni autentiche e positive. Gli studenti hanno potuto interagire direttamente con coetanei provenienti da differenti contesti europei, sviluppando competenze linguistiche, comunicative e interculturali.

Durante gli incontri virtuali sono state realizzate:

- attività ice-breaking;
- giochi collaborativi;
- presentazioni personali;
- quiz interattivi;
- brainstorming sui temi della sostenibilità;
- attività di team building.

Questa fase ha permesso di creare un forte senso di appartenenza al progetto e una comunità di apprendimento europea basata sul dialogo, sul rispetto reciproco e sulla collaborazione.

I gruppi internazionali degli studenti

Uno degli aspetti più significativi del progetto è stata la creazione di **gruppi internazionali di studenti**, organizzati in modo eterogeneo e collaborativo. Ogni gruppo era composto da studenti provenienti da diverse scuole partner, favorendo così il confronto interculturale e il lavoro cooperativo.

Gli studenti hanno lavorato insieme attraverso incontri online, chat collaborative, documenti condivisi e piattaforme digitali, sviluppando:

- competenze di cooperative learning;
- capacità organizzative;
- spirito di iniziativa;
- problem solving;

- competenze digitali;
- capacità di comunicazione in lingua inglese.

All'interno dei gruppi internazionali, gli studenti hanno ideato e realizzato presentazioni, prodotti digitali, attività di ricerca e materiali condivisi sui temi della sostenibilità ambientale, della salute e del benessere.

Il lavoro di gruppo ha permesso agli studenti di sentirsi protagonisti attivi del percorso progettuale, stimolando creatività, responsabilità e partecipazione.

La presentazione degli istituti partner

Un momento particolarmente coinvolgente è stato dedicato alla presentazione degli istituti scolastici partecipanti.

Ogni scuola ha realizzato materiali digitali per raccontare:

- il proprio territorio;
- le caratteristiche dell'istituto;
- l'offerta formativa;
- le tradizioni culturali locali;
- le attività scolastiche;
- i progetti legati alla sostenibilità.

Le presentazioni sono state condivise durante i meeting internazionali e pubblicate negli spazi collaborativi del progetto.

Gli studenti hanno utilizzato strumenti digitali innovativi per rendere le presentazioni dinamiche e coinvolgenti, integrando immagini, video, mappe interattive, registrazioni audio e contenuti multimediali.

Questa attività ha favorito non solo la conoscenza reciproca, ma anche la valorizzazione delle identità culturali dei diversi Paesi partner.

Le attività collaborative del progetto

Nel corso del progetto, gli studenti hanno partecipato a numerose attività collaborative interdisciplinari finalizzate a promuovere una maggiore consapevolezza sui temi dello sviluppo sostenibile e del benessere.

Le attività sono state progettate secondo una metodologia laboratoriale e partecipativa, privilegiando:

- il learning by doing;
- il cooperative learning;
- l'educazione tra pari;
- l'approccio esperienziale;
- l'utilizzo delle tecnologie digitali.

Tra le attività realizzate:

- creazione di poster digitali;
- mappe concettuali collaborative;
- sondaggi internazionali;
- raccolta dati;
- presentazioni multimediali;
- attività di riflessione condivisa;
- storytelling digitale;
- realizzazione di materiali eco-sostenibili;
- attività outdoor.

Gli studenti hanno avuto un ruolo attivo nella progettazione e nella documentazione delle attività, contribuendo alla costruzione di un archivio digitale condiviso.

I sottogruppi internazionali: febbraio, marzo e aprile

Un elemento organizzativo particolarmente efficace è stato il lavoro in sottogruppi internazionali, coordinati a rotazione dalle diverse scuole partner.

Durante i mesi di **febbraio, marzo e aprile**, il nostro istituto ha assunto il ruolo di coordinatore delle attività, organizzando incontri, materiali, task collaborative e momenti di condivisione.

Febbraio: sostenibilità e benessere

Nel mese di febbraio le attività si sono concentrate sul rapporto tra sostenibilità ambientale e benessere personale.

Gli studenti hanno lavorato in gruppi internazionali per riflettere su:

- stili di vita sostenibili;

- alimentazione sana;
- riduzione degli sprechi;
- comportamenti responsabili;
- impatto ambientale delle azioni quotidiane.

Sono stati realizzati brainstorming collaborativi, presentazioni condivise e materiali informativi digitali.

Il lavoro coordinato dal nostro istituto ha favorito una partecipazione attiva e inclusiva di tutti gli studenti coinvolti.

Marzo: attività collaborative e cittadinanza attiva

Nel mese di marzo il focus si è spostato sulla cittadinanza attiva e sulla partecipazione responsabile.

Gli studenti hanno collaborato nella realizzazione di contenuti digitali, campagne di sensibilizzazione e attività di riflessione sui temi:

- tutela dell'ambiente;
- responsabilità individuale e collettiva;
- Agenda 2030;
- consumo consapevole;
- benessere sociale.

Sono stati organizzati meeting internazionali durante i quali gli studenti hanno presentato i lavori prodotti nei gruppi di lavoro.

La dimensione europea del progetto ha permesso di confrontare differenti realtà territoriali e culturali, arricchendo il percorso formativo.

Aprile: creatività, ambiente e innovazione

Nel mese di aprile le attività si sono concentrate sulla creatività e sull'innovazione digitale applicata alla sostenibilità.

Gli studenti hanno progettato prodotti digitali e attività pratiche finalizzate a sensibilizzare la comunità scolastica sull'importanza della tutela ambientale.

In questa fase il nostro istituto ha coordinato:

- incontri online;
- organizzazione dei gruppi;
- condivisione dei materiali;
- monitoraggio delle attività;

- diffusione dei risultati.

L'esperienza ha rappresentato un'importante occasione di crescita per studenti e docenti, consolidando competenze organizzative, relazionali e digitali.

Le attività outdoor: la Sea Walk e l'approccio One Health

Tra le esperienze più significative del progetto rientrano le attività outdoor realizzate secondo l'approccio **One Health**, che promuove una visione integrata della salute umana, animale e ambientale.

Particolarmente coinvolgente è stata la **Sea Walk**, un'attività di osservazione e monitoraggio dell'ambiente costiero.

Gli studenti hanno partecipato a un percorso educativo sul territorio durante il quale hanno osservato:

- l'ecosistema marino;
- la biodiversità;
- la presenza di rifiuti;
- l'impatto dell'inquinamento;
- le condizioni ambientali dell'area costiera.

Per l'attività sono state predisposte specifiche **schede di osservazione**, elaborate secondo i principi dell'approccio One Health, che hanno guidato gli studenti nella raccolta di dati e nella riflessione sull'interconnessione tra ambiente e salute.

La Sea Walk ha favorito:

- l'osservazione diretta;
- la consapevolezza ambientale;
- l'apprendimento esperienziale;
- il lavoro di gruppo;
- la cittadinanza attiva.

Gli studenti hanno successivamente condiviso i risultati delle osservazioni attraverso presentazioni digitali e momenti di confronto internazionale.

La realizzazione della EcoBag

Tra le attività laboratoriali più apprezzate vi è stata la realizzazione di una **EcoBag**, simbolo concreto dell'impegno verso comportamenti sostenibili.

L'attività ha coinvolto gli studenti nella progettazione e personalizzazione di borse ecologiche riutilizzabili, promuovendo:

- il riuso dei materiali;
- la riduzione della plastica;
- la creatività;
- la sensibilizzazione ambientale.

Gli studenti hanno decorato le EcoBag con slogan, immagini e messaggi dedicati alla sostenibilità e alla tutela del pianeta.

L'attività ha rappresentato un'importante occasione per riflettere sull'importanza delle scelte quotidiane e sui piccoli gesti che possono contribuire alla salvaguardia dell'ambiente.

“Everything is Connected”: la Giant Map interattiva

Tra le attività collaborative più significative del progetto vi è stata la realizzazione della **Giant Map interattiva** dal titolo *“Everything is Connected”*. Attraverso domande guida e attività di riflessione, gli studenti hanno esplorato le connessioni tra ambiente, salute, sostenibilità e comportamenti quotidiani, secondo una visione interdisciplinare e globale. La mappa, costruita in modo collaborativo, ha permesso di visualizzare idee, relazioni e problematiche legate ai temi del progetto, favorendo il pensiero critico, la cooperazione internazionale e la consapevolezza dell'interdipendenza tra uomo, natura e società.

“My Energy School” con Genially

Un'altra attività particolarmente coinvolgente è stata la creazione di **“My Energy School”**, realizzata attraverso la piattaforma **Genially**. Gli studenti hanno progettato contenuti digitali interattivi dedicati al tema del risparmio energetico e della sostenibilità a scuola, proponendo idee, buone pratiche e soluzioni innovative per ridurre gli sprechi energetici. L'attività ha favorito la creatività, il lavoro di gruppo e

lo sviluppo di competenze digitali, sensibilizzando gli studenti sull'importanza di adottare comportamenti responsabili per la tutela dell'ambiente e il benessere collettivo.

Le tecnologie digitali e le app utilizzate

Il progetto “Sustain Well” ha valorizzato in modo significativo l'utilizzo delle tecnologie digitali come strumenti di collaborazione, creatività e partecipazione.

Durante le diverse attività sono state utilizzate numerose applicazioni e piattaforme digitali che hanno reso il percorso dinamico, innovativo e coinvolgente.

Padlet

La piattaforma **Padlet** è stata utilizzata come spazio collaborativo per condividere idee, materiali, immagini, riflessioni e prodotti realizzati dagli studenti.

Padlet ha favorito:

- la collaborazione internazionale;
- la documentazione delle attività;
- la condivisione immediata dei contenuti;
- l'interazione tra studenti e docenti.

Canva Gli studenti hanno utilizzato **Canva** per creare:

- presentazioni;
- poster digitali;
- infografiche;
- materiali grafici;
- contenuti multimediali.

L'utilizzo di Canva ha permesso di sviluppare creatività e competenze di comunicazione visiva.

ThinkLink

ThingLink è una piattaforma digitale interattiva che permette di arricchire immagini, video e contenuti multimediali con link, testi, audio e approfondimenti. Nel progetto è stato utilizzato per creare materiali immersivi e interattivi, favorendo un apprendimento più coinvolgente, creativo e collaborativo. Gli studenti hanno potuto esplorare contenuti digitali in modo dinamico, sviluppando competenze comunicative e digitali.

Genially

Genially è uno strumento digitale per la creazione di presentazioni interattive, infografiche, quiz e contenuti multimediali innovativi. Grazie alle sue funzionalità dinamiche, gli studenti hanno realizzato materiali creativi e coinvolgenti per presentare attività, risultati e riflessioni sul tema della sostenibilità. L'utilizzo di Genially ha favorito la creatività, il lavoro collaborativo e la comunicazione efficace attraverso il digitale.

Intelligenza Artificiale (AI)

L'**Intelligenza Artificiale** è stata introdotta nel progetto come supporto alle attività didattiche e creative. Gli studenti hanno sperimentato strumenti basati su AI per generare idee, migliorare testi, creare contenuti digitali e sviluppare presentazioni innovative. L'utilizzo consapevole dell'intelligenza artificiale ha rappresentato un'importante occasione di riflessione sulle potenzialità delle nuove tecnologie nella scuola, stimolando creatività, pensiero critico e competenze digitali.