



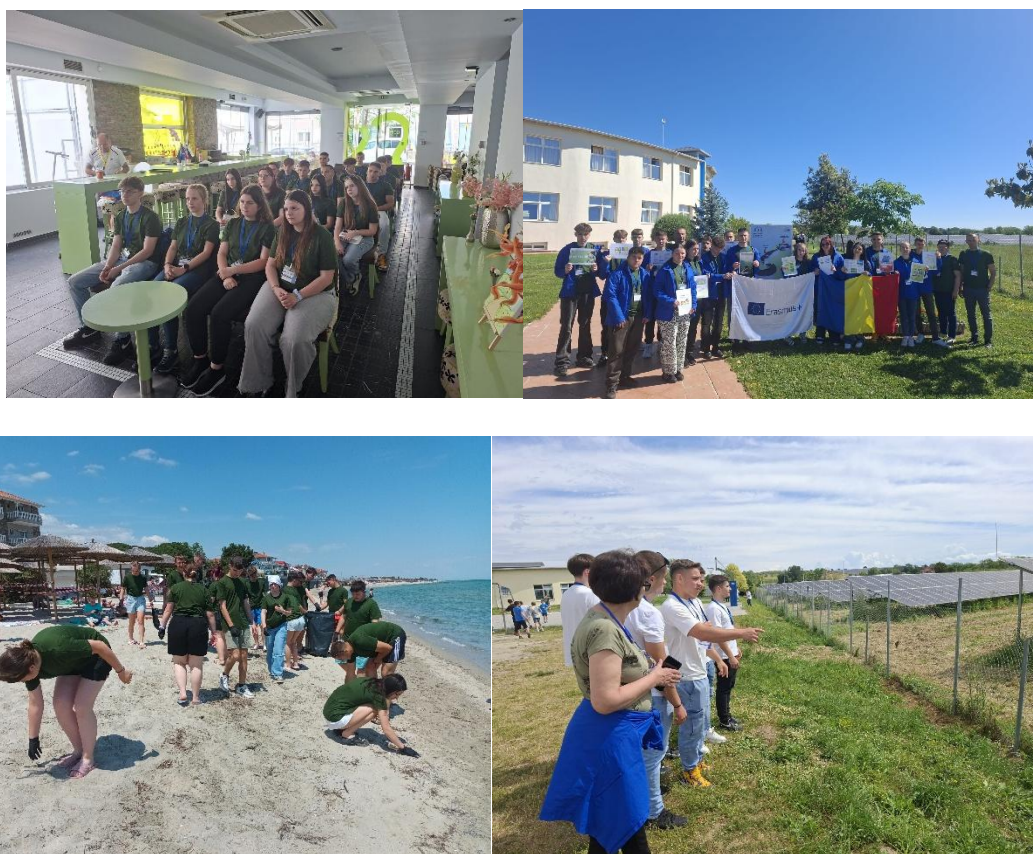
Funded by
the European Union

ACREDITARE nr. 2024-1-RO01-KA120-SCH-000292812

PROIECT ERASMUS+ nr. 2025-1-RO01-KA121-SCH-000338163

GHIDUL ECO-ENERGY

MOBILITATEA DE GRUP A ELEVILOR



MAI 2026



Proiectul a fost finanțat de Comisia Europeană prin Programul ERASMUS+ și derulat în perioada 01.06.2025-31.08.2026.

Coordonator proiect:

- **prof. CIGHIR CLAUDIA-FLORINA**

Tehnoredactare și culegere materiale:

- **prof. MONENCIU RODICA și participanții la mobilitate**

Elevii participanți la mobilitatea de grup:

**BARCAS SEBASTIAN-VASILE
BARNOȘ PAUL CRISTIAN
BENEDEK PRISZCILLA
BRĂDĂU MARIAN-CORNEL
BRUMĂ LARISA-SORINA
CRĂCIUN SEBASTIAN VASILE
CRISTEA RALUCA-DENISA
HALASZ OTILIA
INDREI DAVID-IONUȚ
LAZA BOGDAN-IONUȚ-DAVID
NĂDRĂGUȚĂ SAMUEL-MARIO
PETRILA MARIA-ANDREEA
PUȘCĂU DAVID-IOAN-MIRCEA
SĂLAJAN GIULIA-ANTONIA
SILAGHI DARIO
STANCIU PAUL-FLORIN
TOMA LARISA DARIA FLORINA
VEREȘ IULIAN-MARIO**

Profesorii însoțitori:

**MLENDEA ADRIAN
SABĂU ADRIAN IONUȚ
SZATMARI EDIT**



OBIECTIVUL PROIECTULUI

-  Dezvoltarea comportamentelor responsabile față de mediu și utilizarea eficientă a energiei prin aplicarea și promovarea bunelor practici dobândite în cadrul mobilității Erasmus+.

OBIECTIVE SPECIFICE

- promovarea unui comportament responsabil față de mediul înconjurător;
- utilizarea eficientă și responsabilă a energiei și a resurselor naturale;
- reducerea consumului de materiale și a cantității de deșeuri;
- dezvoltarea spiritului civic și a implicării în activități de protecție a mediului;
- diseminarea bunelor practici în comunitatea școlară.

PARTICIPANȚII LA MOBILITATE: elevi din clasele IX – XI din învățământul profesional și liceal al Colegiului Tehnic “Ioan Ciordaș” Beiuș.

PERIOADA DE MOBILITATE: 18.05.2026 – 22.05.2026

ȚARA DE DESFĂȘURARE A MOBILITĂȚII: – GRECIA

ORGANIZAȚIA DE PRIMIRE: ȘCOALA PLATON (PLATON M.E.P.E) DIN KATERINI

ORGANIZAȚIA DE SPRIJIN: PRO EUROPEAN EDUCATION M.I.K.E DIN KATERINI



CUPRINS

1. INTRODUCERE

2. Principii ECO-ENERGY

3. Recomandări pentru utilizarea eficientă a energiei

4. Scopul ghidului

5. Ce am învățat în timpul mobilității?

6. Comportamente ECO-ENERGY pe care le aplicăm după mobilitate

- Economisirea energiei electrice

- Economisirea apei

- Reducerea deșeurilor

- Transport responsabil

- Respect pentru natură

7. Cum devenim ambasadori ECO-ENERGY?

8. Plan personal de acțiune

9. Mesaj final



1. INTRODUCERE

Ghidul ECO-ENERGY a fost elaborat în urma participării elevilor la mobilitatea din cadrul proiectului Erasmus+, având ca scop valorificarea experiențelor de învățare și promovarea unui comportament responsabil față de mediu și a utilizării eficiente a energiei.

În timpul mobilității, elevii au observat și au aplicat exemple de bune practici privind protecția mediului, economia de resurse și dezvoltarea unui stil de viață sustenabil.

Participarea la mobilitate a oferit oportunitatea pentru 18 elevi ai Colegiului Tehnic “Ioan Ciordaș” Beiuș, de a descoperi exemple de bune practici privind protecția mediului și utilizarea responsabilă a resurselor energetice.

Fiecare elev poate avea un impact pozitiv prin alegeri responsabile și prin promovarea unui stil de viață sustenabil.

Acest ghid își propune să transforme experiențele dobândite în comportamente de zi cu zi, contribuind la dezvoltarea unei comunități școlare mai sustenabile.





2. Principii ECO-ENERGY

Elevii participanți la mobilitate se angajează să respecte următoarele principii:

- **Economisesc energia** prin utilizarea responsabilă a iluminatului și a echipamentelor electrice.
- **Economisesc apa** și evit risipa resurselor naturale.
- **Reduc, reutilizez și reciclez** ori de câte ori este posibil.
- **Protejez natura** și respect spațiile verzi.
- **Aleg mijloace de transport sustenabile**, precum mersul pe jos, bicicleta sau transportul public.
- **Inspir și pe alții** să adopte comportamente ecologice.

3. Recomandări pentru utilizarea eficientă a energiei

Elevii sunt încurajați să:

- **stingă luminile** atunci când nu sunt necesare;
- **utilizeze lumina naturală** cât mai mult posibil;
- **oprească calculatoarele, videoproiectoarele** și alte echipamente după utilizare;
- **deconecteze încărcătoarele și aparatele electrice** care nu sunt folosite;
- **utilizeze responsabil aparatele** de climatizare și încălzire;
- **evite consumul inutil** de energie.

4. Scopul ghidului

- **Valorificarea experiențelor** dobândite în timpul mobilității.
- **Promovarea unui comportament responsabil față de mediu.**
- **Încurajarea utilizării eficiente a energiei și resurselor.**
- **Diseminarea bunelor practici** în școală și în comunitate.



5. Ce am învățat în timpul mobilității?

În cadrul mobilității s-a observat că:

- Instituția școlară parteneră promovează reciclarea selectivă;
- energia și apa sunt utilizate responsabil;
- organizația școlară folosește panouri fotovoltaice pentru realizarea energiei electrice
- transportul public și bicicleta sunt încurajate;
- spațiile verzi sunt protejate și întreținute;
- elevii sunt implicați în activități ecologice și proiecte de sustenabilitate.





6. Comportamente ECO-ENERGY pe care le aplicăm după mobilitate.

Economisirea energiei electrice

- Stingem lumina când părăsim sala de clasă/camera.
- Oprim calculatoarele și videoproiectoarele după utilizare.
- Deconectăm încărcătoarele atunci când nu sunt folosite.
- Folosim cât mai mult lumina naturală.



Economisirea apei

- Închidem robinetul după utilizare.
- Semnalăm imediat eventualele pierderi de apă.
- Evităm consumul inutil.





Funded by
the European Union

Reducerea deșeurilor

- Colectăm selectiv hârtia, plasticul, metalul și sticla.
- Folosim recipiente și sticle reutilizabile.
- Limităm utilizarea produselor de unică folosință.
- Reutilizăm materialele atunci când este posibil.
- Nu aruncăm deșeuri în natură.



Transport responsabil

- Mergem pe jos sau cu bicicleta pentru distanțe scurte.
- Folosim transportul public.
- Încurajăm deplasarea pe jos împreună cu colegii atunci când este posibil





Respect pentru natură

- Nu deterioram spațiile verzi.
- Realizăm ecologizarea spațiilor
- Nu rupem plante și nu deranjăm animalele
- Respectăm traseele marcate în excursii.
- Lasăm locurile vizitate curate.



7. Cum devenim ambasadori ECO-ENERGY?

După întoarcerea din mobilitate:

- prezentăm colegilor exemplele de bune practici observate;
- organizăm activități de ecologizare;
- participăm la plantări și campanii de reciclare;
- promovăm economisirea energiei în școală;
- realizăm afișe și prezentări despre protecția mediului.
- inițiem campanii de informare privind protecția mediului.
- inițiem activități prin care promovăm utilizarea energiei regenerabile



Funded by
the European Union

haideti sa protejam mediul

este responsabilitatea noastră să păstrăm natura și să prevenim schimbările climatice!

LUCRURI PE CARE LE POȚI FACE:

- planifică mai mult timp pentru a ajunge la economisirea energiei și la curățenia aerului.
- Încercați să folosiți mai multe lungimi mai mici pentru bășici care merg la compoziții.
- ajută-ți pe tălă în înțelegerea valorii resurselor noastre naturale.
- Invități: cum să reduci, reutilizezi și reciclezi deșeurile.



De ce să reciclăm?

Dacă nu vom mai recicla și vom continua să aruncăm deșeurile, nu vom avea ce să lăsam moștenire generațiilor următoare!

Acestea vor fi consecințele!

Redu, reciclează, refolosește sau răsă umană va dispărea!

IUBEȘTE NATURA!! IUBEȘTE-ȚI PLANETA!

Fii un Exemplu Protecția Mediului : Programe de educație și formare pentru un viitor sustenabil

InfoCons
fii-un-exemplu.ro

ENERGIA VERDE

Energie pentru
un viitor curat!

CE ESTE ENERGIA VERDE?

Energia verde provine din surse naturale, regenerabile și nepoluante, care se reînnoiesc în mod constant. Este o sursă durabilă pentru protejarea planetei și asigurarea unui viitor mai bun pentru toți.

SURSE DE ENERGIE VERDE

- ENERGIA SOLARĂ**
Soarele este o sursă imensă de energie. Panourile solare transformă lumina solară în electricitate.
- ENERGIA EOLIANĂ**
Vântul pare în mare măsură să fie o sursă care produce electricitate fără a polua aerul.
- ENERGIA HIDROELECTRICĂ**
Apa în mișcare, din râuri și lacuri, este transformată în energie electrică curată.
- BIOMASĂ ȘI BIOGAZ**
Deșeurile organice pot fi transformate în energie termică sau electrică printr-un proces natural.
- ENERGIA GEOTERMALĂ**
Căldura din interiorul Pământului poate fi folosită pentru încălzirea clădirilor și producerea de energie.

DE CE SĂ ALEGI ENERGIA VERDE?

- REDUCE POLUAREA**
Energia verde nu produce emisii de CO₂ și contribuie la un aer mai curat.
- PROTEJEAZĂ PLANETA**
Folosește resurse regenerabile și ajută la combaterea schimbărilor climatice.
- RESURSE INEPUIZABILE**
Soarele, vântul, apa și căldura Pământului sunt surse naturale care nu se epuizează.
- VIITOR SUSTENABIL**
Investițiile în energie verde înseamnă actualizarea și o economie verde pentru generațiile viitoare.

Împună pentru un viitor verde!

FII PARTE DIN SCHIMBĂRI!
Adună informații de încredere și împărtășește-le cu prietenii tăi și familia ta pentru a face un viitor mai curat.

ENERGIE VERDE. VIITOR CURAT.

ENERGIA VERDE

Alegerea inteligentă
pentru mâine!

CURATĂ SUSTENABILĂ RESPONSABILĂ PENTRU TOȚI

CE POȚI FACE TU?

- Economizează energie: alege unii când nu ești în casă.
- Folosește electrocasnice eficiente.
- Folosește transportul public, mergi pe jos, cu bicicleta sau cu transportul public.
- Redu, reutilizează, reciclează: mergi pe jos, cu bicicleta, mergi la școală, mergi la muncă și pe jos la muncă.
- Informează-te și împărtășește proiecte ecologice din comunitatea ta.

MICI GESTURI, IMPACT MARE!
Împună contribuția la un viitor verde!





Funded by
the European Union





8. Plan personal de acțiune

Fiecare elev își propune:

- să reducă consumul de energie;
- să economisească apa;
- să recicleze corect;
- să utilizeze produse reutilizabile;
- să promoveze un stil de viață sustenabil;
- să împărtășească experiența dobândită din mobilitate colegilor și comunității.

Feedback-ul participanților la mobilitate

- ✓ ***"În viața de zi cu zi, cu puțină atenție și responsabilitate, fiecare dintre noi poate contribui la protejarea mediului înconjurător prin adoptarea unor obiceiuri simple, dar eficiente privind reducerea consumului de energie, de apă, colectarea selectivă reprezintă un prim pas important".***
- ✓ ***"De exemplu, în loc ca fiecare membru al familiei să urmărească programe diferite la televizor, în camere separate, putem petrece timpul împreună în sufragerie, folosind un singur aparat, ceea ce conduce la un consum mai redus de energie electrică."***
- ✓ ***"În loc să congelăm alimentele, putem opta pentru metode tradiționale de conservare, precum uscarea, murarea, sterilizarea sau prepararea conservelor. Aceste metode pot reduce consumul de energie electrică asociat funcționării congelatoarelor și contribuie la utilizarea mai eficientă a resurselor".***
- ✓ ***"Consumul de apă poate fi redus prin captarea și valorificarea apei de ploaie. Aceasta poate fi colectată în rezervoare speciale și utilizată pentru irigarea grădinilor, a spațiilor verzi sau pentru udarea florilor. Prin folosirea apei de ploaie***



în aceste activități, se diminuează consumul de apă potabilă, se reduc costurile și se contribuie la utilizarea responsabilă a resurselor naturale.”

- ✓ ***”De asemenea, colectarea selectivă a deșeurilor și reciclarea contribuie la economisirea resurselor naturale și la reducerea cantității de deșeuri care ajung în mediul înconjurător.”***
- ✓ ***”Este recomandat să petrecem mai mult timp în aer liber, alături de prieteni, în loc să folosim excesiv telefonul mobil deoarece contribuie la menținerea unei stări bune de sănătate prin mișcare și reduce consumul de energie necesar încărcării și utilizării dispozitivelor electronice”.***

9. Mesaj final

„Mobilitatea nu se încheie odată cu întoarcerea acasă. Cunoștințele, experiențele și exemplele de bune practici dobândite devin surse de inspirație pentru schimbări pozitive în școală și în comunitate.

Prin gesturi simple și constante, fiecare persoană poate avea un rol important în protejarea naturii și în construirea unui viitor mai curat și mai sustenabil.





Funded by
the European Union

Acest ghid este rezultatul al unui proiect Erasmus+, deoarece pune accent pe valorificarea experienței din mobilitate, transferul bunelor practici, educația pentru dezvoltare durabilă și efectul de multiplicare în comunitatea școlară.





Funded by
the European Union



***Acest material reflectă doar opinia autorilor și nu reprezintă
în mod necesar poziția oficială a AN sau a Comisiei Europene.***