

# KOMPETENCES PLANĒTAI

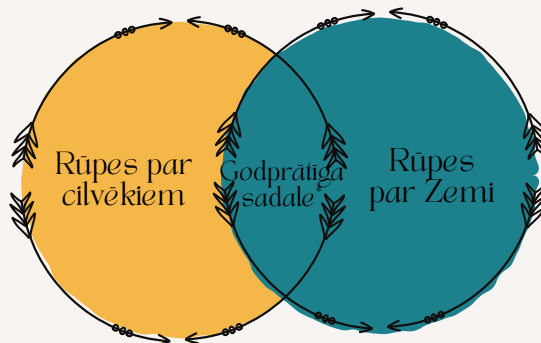
Kompetences tika izstrādātas starptautiskā  
projekta "Eco-Active for Planet" ietvaros



# Ekoloģisko kompetenču galvenās ētiskās vērtības planētas veselībai

Pilsoniskā aktivitāte taisnīgai pārejai uz planētas veselības nodrošināšanu sākas ar ētisku lēmumu pieņemšanu visās mūsu dzīves jomās. Lai gan mūsu ekoloģisko kompetenču ietvaros ikviens cilvēks tiek mudināts uzlabot savas zināšanas, prasmes un attieksmi, pasniedzējiem neizbēgami ir jābūt tiem, kam ir labāka izpratne par sociālo, ekonomisko un vides problēmu savstarpējās saistības neviennozīmību. Pasniedzēji ir arī tie, kas rāda piemēru, kā padarīt pasauli labāku.

Šeit izklāstītās kompetences ir saistītas ar trīs elementārām ētiskām vērtībām, kas ir iezīmētas permakultūras principos, taču ir arī atrodamas garīgo un filozofisko tradīciju izpausmēs visā pasaulē.



\*Godprātīga sadale - samazināt patēriņu un pārdalīt resursus vienlīdzīgi



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



# EKOLOĢISKĀS KOMPETENCES PLANĒTAS VESELĪBAI



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



# ZINĀŠANAS

## IKVIENS INDIVĪDS

INFORMĒTĪBA PAR  
VIETĒJIEM LIKUMIEM

IZVĒLES IETEKME UZ  
EKOLOĢIJU

MAZI RISINĀJUMI



## EKSPERTS

PIEREDZE EKOLOĢISKO  
RISINĀJUMU IEVIEŠANĀ

RAŽOŠANAS DZĪVES  
CIKLA ANALĪZE

VIDES POLITIKA UN  
ZAĻMALDINĀŠANAS  
ATPAZĪŠANA

# ZINĀŠANAS: INDIVIDUĀLI RISINĀJUMI



## GALVENĀS VĒRTĪBAS: ILGTSPĒJĪBA, PAŠIZPRATNE, RADOŠUMS

### Mazi risinājumi

Zināšanas par ikdienišķiem “maziem” risinājumiem, lai ieviestu apkārtējai videi draudzīgāku dzīvesveidu

Pamata līmenis

Eksperta līmenis

### Pieredze ekoloģisko risinājumu ieviešanā

#### Definīcija

Zināšanas, kas balstītas uz zinātniskiem atklājumiem par ekoloģiski draudzīgiem risinājumiem, ko var ieviest katrs individuāli, kā arī mikro un makro līmenī

#### Piemēri

- Zināšanas par nelielām aktivitātēm vai pārmaiņām, ko varat ieviest savā mājāsaimniecībā, piemēram, lietot mazāk plastmasas vai nelietot to vispār, lietot uzturā sezonālu bioloģisko pārtiku no vietējiem ražotājiem, ieviest dažus bezatkritumu dzīvesveida principus.
- Zināšanas par atbildīgu pārtikas patēriņu saistībā ar ietekmi uz veselību un apkārtējo vidi.
- Sekošana līdz jaunākajiem zinātniskajiem atklājumiem par to, kā dzīvesveida un paradumu maiņa var mazināt nelabvēlīgu ietekmi uz apkārtējo vidi un kādas alternatīvas ir visefektīvākās.
- Apmācību un darbnīcu vadīšana par ekoloģisku paradumu ieviešanu mājās un ikdienas dzīvē; ieteikumu sniegšana un pieredzes demonstrēšana.
- Izpratne par enerģijas sadales ekonomisko pamatojumu mikro un makro līmenī. Izpratne par sadales ietekmi uz vidi un ekonomiku.
- Zināšanas par ilgtspējīgu un ekoloģisku pārtikas ražošanu. Izpratne par to, kādas izvēles veikt ikdienā, lai ieviestu videi draudzīgākus risinājumus (piem., izvēlēties vietējo produkciju).
- Veselīga uztura popularizēšana (gaļa, cukurs un tauki ir risks jebkurā līmenī). Izpratne par to, ka veselīgs uzturs samazina ietekmi uz vidi visā pasaulē.



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



# ZINĀŠANAS: SAVSTARPĒJĀ ATKARĪBA KOPIENĀS



## GALVENĀS VĒRTĪBAS: ATBILDĪBA, GODPRĀTĪBA, IECIETĪBA

### Izvēles ietekme uz ekoloģiju

Izpratne par to, kā indivīda ikdienas darbības ietekmē ekoloģiju

Pamata līmenis

Eksperta līmenis

### Ražošanas dzīves cikla analīze

Izpratne par cilvēka rīcības pozitīvo un negatīvo ietekmi uz ekoloģiju gan lokāli, gan globāli

#### Definīcija

#### Piemēri

- Izpratne par ekoloģiskā pēdas nospieduma principiem un šī nospieduma radīšanu ikdienā. Spēja aprēķināt paša radīto pēdas nospiedumu un rīkoties tā mazināšanai.
- Dabai draudzīgas izvēles veikšana iepērkoties. Eko marķējumu atpazīšana.
- Apzināšanās, ka rīcībai ikdienā var būt gan pozitīva, gan negatīva ietekme. Zināšanas, kā mainīt dzīvesveidu un paradumus, lai mazinātu negatīvu ietekmi uz vidi un atrastu efektīvākās alternatīvas.
- Izpratne par aprites ekonomikas principiem, it īpaši par atkritumu mazināšanu cikla ietvaros. Koncentrēšanās uz tādu produktu vai pakalpojumu ražošanu/iegādi, kam ir lielāks atkārtotas izmantošanas un pārstrādes potenciāls. Atkārtota izmantošana kā kopienas atbalsta rīks.

- Sociālo un ekoloģisko procesu savstarpējās saistības demonstrēšana. Bioloģiskās daudzveidības un ekosistēmu iekļaušana ilgtspējīgas attīstības procesos.
- Informētība par jaunākajiem zinātniskajiem datiem un ekspertu diskusijām, kas analizē cilvēku darbības pozitīvo un negatīvo ietekmi uz vidi.
- Izpratne par produkta dzīves ciklu - ražošana, transportēšana, atkārtota izmantošana. Zināšanas par "zaļajiem" materiāliem, un spēja veikt informētu izvēli.



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



# ZINĀŠANAS: AKTIVITĀTES LIKUMDOŠANAS JOMĀ



## GALVENĀS VĒRTĪBAS: LĪDZDALĪBA, SOLIDARITĀTE, ILGTSPĒJĪBA

### Informētība par vietējiem likumiem

Pamata līmenis

Eksperta līmenis

### Vides politika un zaļmaldināšanas atpazīšana

Zināšanas par ekoloģiskām problēmām un tiesību aktiem vietējā mērogā

#### Definīcija

Zināšanas par ekoloģiskām problēmām un tiesību aktiem starptautiskā mērogā

- Zināšanas par diskusijām vides jomā vietējā mērogā, piemēram, par atkritumu, ūdens, enerģijas politikām.
- Informētība par reģionālo un valsts mediju un iestāžu paziņojumiem, apspriedes ar kaimiņiem.
- Informētība par vietējām dabas aizsardzības aktivitātēm apkārtnē (un vēlams arī dalība tajās).

#### Piemēri

- Informētība par vispārīgām politiskām debatēm un svarīgākajiem notikumiem (svarīgas vēlēšanas/balsošana/tikšanās), kā arī izpratne par lēmumu pieņemšanas procesiem un lēmumu pieņēmējiem.
- Informētība par politiskajām debatēm un tiesību aktu izstrādi vides aizsardzības jomā, taču arī lauksaimniecībā, enerģētikas jomā, uzklusot ekspertus, uzturot vēlmi uzzināt vairāk.
- Produkta ekoloģiskās vērtības pamatojuma un pierādījumu pieprasīšana. Ja ir neskaidrības, daudzās valstīs (piem., Somijā) vienmēr var vērsties patērētāju tiesību aizsardzības aģentūrā, lai iegūtu uzticamu informāciju.
- Zaļmaldināšanas (un citu ekoloģiski negodīgu darbību) atpazīšana un informācijas izplatīšana, strādājot brīvprātīgo darbu, izmantojot sociālos tīklus, izglītojot par klimatu.

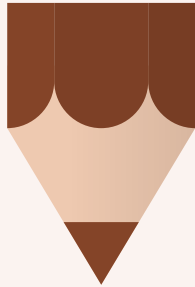


Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

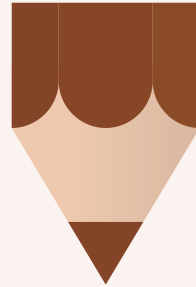


# PRASMES

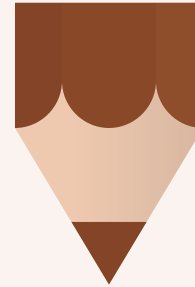
## EKSPERTS



ATKRITUMU MAZINĀŠANA/  
OTRREIZĒJA IZMANTOŠANA

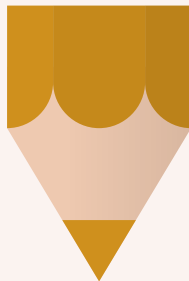


PALĪDZĪBA CITIEM  
MAINĪT PARADUMUS

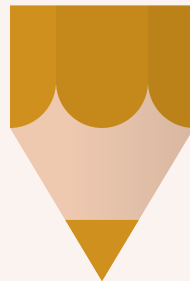


DALĪBA POLITISKOS  
PROCESOS

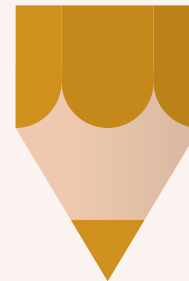
## IKVIENS INDIVĪDS



ATKRITUMU DAUDZUMA  
MAZINĀŠANA



APZINĀTA  
EKOLOĢISKU  
RISINĀJUMU IZVĒLE



DALĪBA  
PILSONISKĀS  
AKTIVITĀTĒS



# PRASMES: INDIVIDUĀLI RISINĀJUMI



## GALVENĀS VĒRTĪBAS: APDOMĪBA, PAŠIZPRATNE, RADOŠUMS

### Atkritumu daudzuma mazināšana

Spēja mazināt atkritumu daudzumu un šķirot atkritumus

- Izpratne par to, cik svarīgi ir šķirot atkritumus. Spēja atpazīt populārākos šķirošanas marķējumus un pareizi šķirot atkritumus.
- Patēriņa samazināšana, izmantojot videi draudzīgākus produktus un pakalpojumus. Atkritumu mazināšana, izvēloties optimālu daudzumu materiālu, pārtikas u.tml. Lielāka vērtība, mazāk resursu.
- Spēja saplānot atbilstoša daudzuma un kvalitātes pārtikas gatavošanai ikdienā, tostarp spēja pieņemt lēmumu, vai izvēlēties vietējo/citu valstu produkciju, kopienas ražoto/nodokļu sistēmā iekļauto produkciju, kā arī spēja izvērtēt, kādu ietekmi uz vidi un klimatu atstāj attiecīgās produkcijas ražošana u.c.

Pamata līmenis

Eksperta līmenis

### Definīcija

### Piemēri

### Atkritumu mazināšana/ otrrreizēja izmantošana

Izpratne par produkta dzīves ciklu, spēja mazināt patēriņu

- Izpratne par produkta dzīves ciklu - ražošana, transportēšana, atkārtota izmantošana. Zināšanas par "zaļajiem" materiāliem, un spēja veikt informētu izvēli.



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



# PRASMES: SAVSTARPĒJĀ ATKARĪBA KOPIENĀS



## GALVENĀS VĒRTĪBAS: IECIETĪBA, SADARBĪBA, RŪPES

### Apzināta ekoloģisku risinājumu izvēle

Pamata līmenis

Eksperta līmenis

### Palīdzība citiem mainīt paradumus

Spēja domāt kritiski un ikdienā pieņemt apkārtējai videi saudzīgus lēmumus

#### Definīcija

Vietējā kopienā veidot izpratni un izglītēt par ekoloģisku dzīvesveidu

#### Piemēri

- Spēja izvēlēties risinājumus, kas ir mazāk nelabvēlīgi videi, taču vienlaikus ir vispiemērotākie, izvērtējot ikdienas izmaksas un pozitīvo ietekmi uz vidi.
- Izpratne par to, ka bieži reklāmās uzņēmējdarbība vai citas aktivitātes tiek pasniegtas pārmērīgi pozitīvā gaismā. Ikvienam ir jāprot atpazīt oficiālos, uzticamos ekomarķējumus, kā arī ir jāatšķir, kuri produkti patiesi ir draudzīgi dabai.

- Spēja izveidot un īstenot noteiktai mērķauditorijai atbilstošu izglītojošo programmu, kas palīdzētu ikdienā ieviest konkrētus ekoloģiskus paradumus.
- Materiālismu noliedzošas attieksmes aktīva popularizēšana.



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



# PRASMES: AKTIVITĀTES LIKUMDOŠANAS JOMĀ



## GALVENĀS VĒRTĪBAS: INFORMĒTĪBA, CIEŅA, RĪCĪBA

### Dalība pilsoniskās aktivitātēs

Dalība sociālpolitiskos procesos saistībā ar ekoloģiju savā apkārtnē

Pamata līmenis

Eksperta līmenis

### Dalība politiskos procesos

Dalība sociālpolitiskos procesos saistībā ar ekoloģiju vietējā un reģionālā līmenī

#### Definīcija

#### Piemēri

- Dalība vietējos demokrātiskos procesos (balsošana vēlēšanās, balsošana par budžeta sadalījumu u.c.).
- Vēlēšanu kandidātu izpēte, lai noteiktu, kāda ir partijas programmas ietekme uz vidi. Informētas izvēles veikšana.

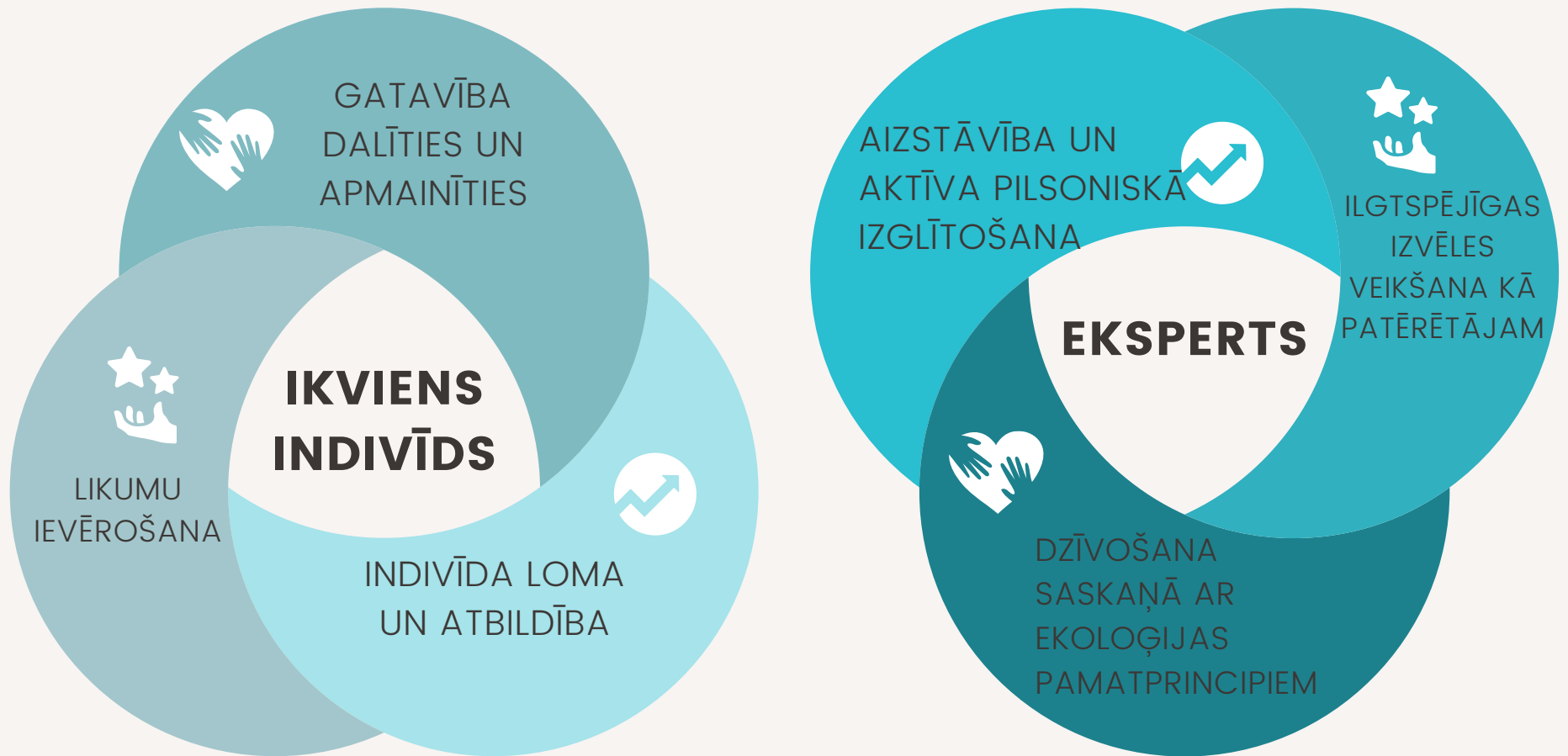
- Pievienošanās kampaņām vai to izveide, lai mainītu vietējās un reģionālās politikas.
- Sazināšanās ar lēmējpersonām; redzamība un aktivitāte sociālajos tīklos un kopienā.
- Pasīvas pretošanās organizēšana, ja nepieciešams.



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



# ATTIEKSMES



# ATTIEKSME: INDIVIDUĀLI RISINĀJUMI



## GALVENĀS VĒRTĪBAS: MĪLESTĪBA PRET DABU, ILGTSPĒJĪBA, RADOŠUMS

### Gatavība dalīties un apmainīties

Pamata līmenis

Eksperta līmenis

### Ekoloģisks dzīvesveids

Spēja dzīvot saskaņā vismaz ar dažiem ekoloģiska dzīvesveida principiem

#### Definīcija

Spēja uzturēt ekoloģisku dzīvesveidu

#### Piemēri

- Brīvā laika pavadīšana dabā kopā ar citiem, šādi parādot, ka ir arī citi veidi, kā aizraujoši atpūsties. Iesaistot šādās aktivitātēs bērnus, tiem radīsies izpratne, ka vērtība ir attiecības ģimenē un kopienā, nevis mantas.
- Dalīšanās un savstarpēja mainīšanās kā viens no galvenajiem principiem kopienas ikdienā.
- Ietekmes uz vidi mazināšana, ierobežojot izmantoto produktu un pakalpojumu apjomus.

- Nodarbību laikā pēc iespējas ilgāka uzturēšanās dabā - vēlams praktiski semināri laukā, ekskursijas un citas aktivitātes, nevis telpās demonstrētas prezentācijas par dabas principiem (īpaši pilsētā).
- Vadišana, lēmuma pieņemšanā vienmēr apsverot ietekmi uz vidi.
- Izpratne par dabas ekosistēmām un ekoloģiskajiem principiem.



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



# ATTIEKSME: SAVSTARPĒJĀ ATKARĪBA KOPIENĀS



## GALVENĀS VĒRTĪBAS: ATBILDĪBA, MOTIVĀCIJA, SADARBĪBA

### Indivīda loma un atbildība

Katra indivīda apzināšanās par savu ietekmi uz vidi un aktīvi centieni to mazināt

Pamata līmenis

Eksperta līmenis

### Ilgtermiņa izvēles veikšana kā patērētājam

Apzināšanās, ka jebkura indivīda pieņemtam lēmumam ir ilgtermiņa sekas; spēja ieteikt izmaiņas tiesību aktos, lai mazinātu ietekmi uz planētu

#### Definīcija

#### Piemēri

- Apzināšanās, ka vides un klimata krīze norisinās globālā mērogā un ikvienam ir sava loma šīs krīzes radīšanā un atbildība tās novēršanā.
- Izpratne par to, ka, iegādājoties pat lētas džinsas, ietekme uz vidi ir daudz lielāka nekā varētu iedomāties.
- Minimālisma pieņemšana. Vairāk jāapsver domāšanas virziens, nevis lēmumu pieņemšanas ātrums.
- Patēriņa samazināšana, izmantojot videi draudzīgākus produktus un pakalpojumus. Atkritumu mazināšana, izvēloties optimālu daudzumu materiālu, pārtikas u.tml. Lielāka vērtība, mazāk resursu.

- Ņemot vērā kopainu, koncentrēšanās uz ilgtermiņa mērķiem: kādas izmaiņas ir jāievieš, lai apturētu pašreizējās tendences? Ja politiķi koncentrē uzmanību uz maziem pasākumiem, kas tiek īstenoti šobrīd, ir jāsaprot, kādi svarīgāki ilgtermiņa pasākumi vēl ir jāievieš, lai cīnītos ar šo nepieredzēto izaicinājumu.
- Patērētāju veiktās izvēles saistīšana ar ilgtermiņa ietekmi uz vidi.
- Izpratne par to, cik nozīmīga ir pasniedzēja vai aktīvista lomas ilgtermiņa ietekme. Vara un atbildība iet roku rokā.
- Izglītojošu aktivitāšu plānošana un vadīšana saistībā ar cilvēku labklājību un videi draudzīgiem risinājumiem. Priekšrocība ir cilvēcīgām attiecībām, nevis naudu nesošām attiecībām.



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



# ATTIEKSME: AKTIVITĀTES LIKUMDOŠANAS JOMĀ



GALVENĀS VĒRTĪBAS: SOCIĀLĀ TAISNĪGUMA NEPIECIEŠAMĪBA,  
APDOMĪBA, UZTICĪBA

## Vides aizsardzības likumu ievērošana

Vides aizsardzības likumu  
ievērošana

Pamata līmenis

Eksperta līmenis

## Aizstāvība un aktīva pilsoniskā izglītošana

Aktīva dalība likumdošanas  
procesos

### Definīcija

### Piemēri

- Esošo noteikumu ievērošana un līdzcilvēku iedrošināšana rīkoties tāpat.
- Balsošana par politiskajām programmām un kandidātiem, kas atbalsta vides aizsardzību.

- Dalība sapulcēs un konsultācijas procesos lokālā, valsts un pat starptautiskā līmenī.
- Sava viedokļa publiska paušana - individuāli vai kā grupai.



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



# Kā novērtēt un diagnosticēt ekoloģiskās kompetences

Šie ir uzvedinoši jautājumi, kas izveidoti, balstoties uz iepriekš aprakstītajām kompetencēm.

Varat tos izmantot kā automātiskas diagnosticēšanas rīku, lai novērtētu savu ekoloģisko kompetenču līmeni. Varat arī tos uzskatīt par rādītāju vai kontrolsarakstu, kas var palīdzēt noteikt jomas, kurās jums ir spēcīgas kompetences, un vājākās pozīcijas, kas vēl jāpilnveido.

Šos jautājumus varat arī izmantot, lai pirms mācību, semināru vai citu izglītojošu pasākumu rīkošanas noskaidrotu dalībnieku kompetences. Ja šādu uzdevumu iepriekš nav iespējams veikt, skatiet piedāvātās diagnosticēšanas aktivitātes, ko var izmantot arī kā iesildīšanos semināra dalībniekiem un šādi palīdzēt pasniedzējiem novērtēt ekoloģisko kompetenču līmeni uz vietas.





# Ekoloģisko kompetenču pašvērtējums

## INDIVIDUĀLIE RISINĀJUMI

Cik lielā mērā esat informēts par videi draudzīgiem risinājumiem, ko indivīdi var ieviest ikdienas dzīvē? Vai jūsu zināšanas ir balstītas uz zinātņi?

Kā jūs mazināt radīto atkritumu daudzumu? Vai jūs spētu ieviest bezatkritumu dzīvesveida 5 principus: atteikties, mazināt, izmantot atkārtoti, šķirot, kompostēt?

Vai domājat par dabu un ekoloģiju, ikdienišķās nodarbēs? Vai ekoloģija ir jums prioritāte?

## SADARBĪBA KOPIENĀS

Vai spējat atpazīt indivīda rīcības seku ietekmi uz vidi lokālā un globālā līmenī? Kādas sakarības jūs atpazīstat?

Vai regulāri ieviešat aizvien jaunus paradumus, kas ir dabai draudzīgāki? Vai palīdzat citiem ieviest dabai draudzīgāku dzīvesveidu?

Kad ikdienā pieņemat lēmumus, vai apsverat, kādas sekas tie ilgtermiņā atstāj uz ekoloģiju un vidi? Vai aktīvi popularizējat dabai draudzīgas izvēles iespējas?

## LIKUMDOŠANA

Vai esat informēts par vides aizsardzības likumiem un politikām, kas skar cilvēkus gan lokālā, gan valsts līmenī? Vai jūs izprotat šo likumu mērķus?

Vai piedalāties kampaņās, kuru mērķis ir dabai draudzīgu likumu un politiku ieviešana? Vai tās ir vietēja mēroga kampaņas vai ar plašāku ietekmi?

Vai ievērojat dabas un vides aizsardzības likumus? Vai piedalāties dabas un vides aizsardzības tiesību aktu izstrādē?



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

