



# We4Change: Fetele și femeile se conectează pentru schimbarea climatică și de mediu

We4Change Changemakers Eveniment Curriculum

**Atelierul "Pregătește-te să-ți prezinți proiectul"**





Cofinanțat prin  
programul Erasmus+  
al Uniunii Europene



Girls and Women Connecting  
for Environmental Change

Autor:  
Empow'Her, France  
2022



Această lucrare este licențiată sub licența Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License. Pentru a vizualiza o copie a acestei licențe, vizitați <http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>



Disclaimer: Acest document este publicat ca parte a proiectului "Girls and Women Connecting for Environmental Change", finanțat în cadrul programului Erasmus Plus al Uniunii Europene. Sprijinul acordat de Comisia Europeană pentru realizarea acestei publicații nu constituie o aprobare a conținutului, care reflectă doar opiniile autorilor, iar Comisia nu poate fi considerată responsabilă pentru orice utilizare care ar putea fi dată informațiilor conținute în aceasta.



Cofinanțat prin  
programul Erasmus+  
al Uniunii Europene



## Conținut

Care este scopul acestui atelier?.....	4
Ce trebuie să pregățiți pentru a fi pregătiți pentru acest atelier? .....	5
Cum este concepută sesiunea?.....	5
Conținutul sesiunii: .....	6
Resurse .....	13

Dragi formatori,

Suntem bucuroși să vă prezentăm atelierul **"Pregătește-te să îți prezinți proiectul!"**

### Care este scopul acestui atelier?

În ziua a doua, toate grupurile de proiect vor trebui să își prezinte proiectul în fața unui "juriu" format din profesioniști.

Scopul acestei prezentări în fața juriului va fi ca participanții să se familiarizeze cu faptul de a prezenta un proiect într-un mediu sigur, să primească feedback constructiv și să se simtă suficient de împuterniciți pentru a urma această cale, chiar și după eveniment.

Prin urmare, obiectivele acestui atelier sunt următoarele:

1. Să le ofere mai multă vizibilitate în ceea ce privește prezentarea în fața juriului și să elimine presiunea
2. Să-i introducă în noțiunea de pitch
3. Pentru a le oferi instrumente pentru a-și putea prezenta proiectul și a se pregăti pentru prezentarea în fața juriului
4. Pentru a le oferi un moment pentru a o pregăti singuri și a exersa în grupuri mici

Deoarece acest exercițiu poate fi intimidant, mai ales în acest context în care participanții abia se vor întâlni cu o zi înainte, va fi esențial să se creeze un spațiu sigur pentru această sesiune și să se reamintească câteva reguli de aur:

- Fără judecăți: unii s-ar putea simți mai în largul lor decât alții, dar cu toții ar trebui să se sprijine reciproc și să ofere doar feedback constructiv

- Fiți amabili: ar trebui să acorde o atenție deosebită modului în care comunică unii cu alții, mai ales atunci când își oferă reciproc feedback.

- Să se asculte activ: ar trebui să se asculte unii pe alții, așa cum au fost ascultați și ei.

## Ce trebuie să pregătiți pentru a fi pregătiți pentru acest atelier?

- **Material:** Am pregătit o fișă de lucru pe care trebuie să o imprimați înainte de atelier și să o distribuiți participanților. Aceștia vor putea să o completeze direct pe măsură ce veți prezenta instrumentele.
- **Familiarizați-vă cu noțiunea de pitch:**  
[Introduction to pitching - PITCHING YOUR INNOVATION | Coursera](#)
- **Lasă-te inspirat de un pitch care dă putere:**  
[Startup Pitches: The 20 best of all time - Twine Blog](#)
- **Familiarizați-vă cu povestirea:**  
[Story telling setups: how to introduce stories in speeches \(write-out-loud.com\)](#)  
[Video course 'Introduction to Storytelling' | izi.TRAVEL Help](#)
- **Familiarizați-vă cu Cercul de aur al lui Simon Sinek:**  
[Golden Circle model: Sinek's theory value proposition : start with why \(smartinsights.com\)](#)  
[The Golden Circle Presentation | Simon Sinek](#)

## Cum este concepută sesiunea?

Această sesiune este concepută să dureze 2h05 și să fie cât mai interactivă posibil.

O scurtă introducere vă va permite să reamintiți regulile de aur și să oferiți mai multe detalii despre prezentarea juriului: Cum va decurge? Cine va compune juriul? Cât timp vor trebui să vorbească? Etc. Toate aceste elemente vor varia în funcție de numărul de grupuri de proiect pe care îl veți avea (de exemplu, vor fi prezentări de 5 minute și 5 minute de feedback pentru 5 grupuri de 3 sau prezentări de 10 minute și 10 minute de feedback pentru 3 grupuri de 5).

Apoi, veți putea introduce rapid noțiunea de "pitch" înainte de a vă scufunda în diverse instrumente, pentru a-i ajuta să își construiască pitch-ul și să își organizeze modul în care îl vor prezenta. Fiecare instrument prezentat va fi urmat de un exercițiu individual, în timpul căruia participanții vor trebui să îl aplice la proiectul lor.

La finalul sesiunii, aceștia vor fi reuniți în grupuri de câte 3 și vor prezenta micul lor pitch elaborat în urma exercițiilor în fața colegilor lor, care vor putea oferi feedback.

Chiar dacă proiectele și prezentarea în fața juriului se vor face în grupuri, ne concentrăm pe munca individuală pentru această sesiune pentru a:

- Să permită fiecăruia dintre ei să înțeleagă cu adevărat procesul de creare a unui pitch

- Să le dea timp să asimileze individual proiectul, să și-l însușească și să aibă o viziune mai bună asupra modului în care ar dori să îl prezinte. Va fi interesant pentru ei să își împărtășească punctul de vedere, odată reveniți la proiectul de grup în timpul sesiunii de după-amiază cu mentorii.

## Conținutul sesiunii:

### **INTRODUCERE: Diapozitivele 1 - 5 (15 minute)**

#### **Diapozitivele 1-2: Prezentarea prezentării juriului care va avea loc la sfârșitul zilei**

În primul rând, să le dăm mai multe elemente referitoare la prezentarea juriului care va avea loc mai târziu în cursul zilei:

- Aceasta va fi sesiunea de închidere a evenimentului și va dura 1 oră
- Trebuie să precizați numărul persoanelor din juriu și să explicați cine sunt acestea
- Ar trebui să precizați calendarul în funcție de numărul de grupuri din timpul evenimentului: 5 minute de prezentare și 5 minute de feedback pentru 5 grupuri de 3 sau 10 minute de prezentare și 10 minute de feedback pentru 3 grupuri de 5.
- Obiectivul prezentării în fața juriului va fi ca participanții să prezinte proiectul la care au lucrat în ultimele 2 zile și să primească feedback din partea unui grup de profesioniști: nu trebuie să existe presiune pentru acest exercițiu, scopul este să vă distrați și să vă bucurați înainte de toate!

Explicați-le că acest atelier îi va ajuta să se pregătească pentru prezentarea din această seară, dar și pentru prezentarea proiectului lor și a oricărui proiect din viitor. Vor învăța cum să facă pitch!

their project and any project in the future. They will learn how to pitch!

### **Diapozitivul 3: Reamintirea regulilor de aur**

Deoarece acest exercițiu poate fi intimidant, mai ales în acest context în care participanții se vor întâlni abia cu o zi înainte, va fi esențial să se creeze un spațiu sigur pentru această sesiune și să se reamintească câteva reguli de aur:

- Fără judecăți: unii s-ar putea simți mai în largul lor decât alții, dar cu toții ar trebui să se sprijine reciproc și să ofere doar feedback constructiv
- Fiți amabili: ar trebui să acorde o atenție deosebită modului în care comunică unii cu alții, mai ales atunci când își oferă reciproc feedback.
- Să se asculte activ: ar trebui să se asculte unii pe alții, așa cum au fost ascultați și ei.

### **Diapozitivul 4: Să ne scufundăm în subiect! Ce înseamnă pentru ei "Prezentarea unui proiect"?**

Invitați-i să își împărtășească gândurile: Au auzit deja despre noțiunea de pitch? Ce înseamnă aceasta pentru ei? Ce părere au despre acest exercițiu? Vi se pare ușor sau complicat?

### **Diapozitivul 5: Definiția noțiunii de pitch**

Ca o tranziție la răspunsurile lor anterioare, definiți noțiunea de înălțime: Ați prezenta proiectul înseamnă a-l prezenta într-un mod scurt și cu impact, pentru a convinge un public.

Poate părea destul de simplu, dar este un exercițiu mult mai complicat decât pare!

Într-adevăr, cineva ar putea crede că trebuie doar să prezinte proiectul pe care și l-a imaginat, pe care îl știe pe de rost, bineînțeles că va reuși să îl prezinte. Dar tocmai pentru că îl știți pe de rost, până la cel mai mic detaliu, poate fi complicat: este ușor să vă pierdeți urma și claritatea, deoarece veți dori să împărtășiți prea multe detalii într-un timp scurt.

Acesta este motivul pentru care, majoritatea antreprenorilor și liderilor au un pitch pregătit, pe care îl exersează și îl îmbunătățesc de-a lungul timpului.

Există 3 elemente-cheie legate de acest exercițiu:

- Sincronizarea: de cele mai multe ori, dacă trebuie să prezinți un proiect, de obicei este într-un context în care ai un moment determinat: Acesta poate fi de 1 minut dacă este în timpul unui eveniment de networking, de exemplu

(numit și " elevator pitch ", trebuie să fii capabil să prezinți proiectul tău cuiva în timpul unei călătorii cu liftul). Poate fi de 3-5 minute sau 10 minute în alte contexte. Este întotdeauna important să păstrați calendarul în funcție de context pentru a menține atenția audienței dumneavoastră sus.

- Publicul: Puteți fi chemat să vă prezentați proiectul la diferite tipuri de public: investitori, mentori, clienți, potențiali parteneri sau angajați. Este întotdeauna important să țineți cont de persoanele cărora le prezentați proiectul dumneavoastră: cunosc acestea sectorul dumneavoastră? Piața dumneavoastră? Problema pe care încercați să o rezolvați? În acest fel, vă puteți adapta discursul, asigurați-vă că nu sunteți prea tehnic sau invers.

- În orice caz, este esențial să rămâneți simplu și cât mai clar posibil în timp ce vă prezentați proiectul. Scopul dvs. este ca publicul dvs. să înțeleagă și să își amintească proiectul dvs. printr-o perioadă scurtă de timp.

### **Diapozitivele 6-7: Cei 4 pași care vă ajută să vă pregătiți prezentarea (5 minute)**

Astăzi, ne vom scufunda în cei 4 pași pentru a-i ajuta să își pregătească pitch-ul:

1. Clarificați-vă ideea (instrument prezentat: întrebările 5w2h)
2. Organizează-ți gândurile (instrumente prezentate: Pitch sentence și canva)
3. Scrieți-vă povestea (instrumente prezentate: introducere în storytelling și cercul de aur al lui Simon Sinek)
4. Exersează-ți pitch-ul (instrumente prezentate limbajul corpului și vocea)

Aceste instrumente vor fi abordate într-un scurt moment astăzi. Scopul acestei sesiuni nu este ca participanții să le stăpânească, ci doar să le descopere și să exerseze puțin. Haideți să scăpăm de presiune !

### **Diapozitivul 8: Pasul 1, clarificați-vă ideea datorită întrebărilor 5W2H (5 minute)**

Întrebarea 5W2H este un instrument bun pentru a-i ajuta pe participanți să își aprofundeze gândurile, să identifice următorii pași și o viziune pe care să o împărtășească juriului. De asemenea, acest exercițiu i-ar putea stimula să continue să lucreze împreună la proiect și după evenimente, deoarece vor fi identificat deja etapele următoare.

### **Diapozitivul 9: Exercițiul 5W2H (10 minute)**

Participanții pot folosi fișa de lucru a instrumentului pusă la dispoziție pentru acest atelier pentru a completa întrebările 5W2H.



Obiectivul este ca ei să încerce să răspundă la aceste 7 întrebări și să își imagineze toate aspectele proiectului lor. De asemenea, va fi interesant pentru ei să împărtășească rezultatul acestei gândiri cu restul grupurilor lor în timpul lucrului la proiect de după-amiază. Ei vor putea compara modul în care fiecare dintre ei vede proiectul și vor putea decide în mod colectiv care este calea de urmat.

Puteți să îi verificați și să vedeți dacă au nevoie de ajutor pentru a răspunde la aceste întrebări.

### **Diapozitiv 10: Pasul 2, organizează-ți gândurile cu propoziția de prezentare (5 minute)**

După ce au intrat mult mai mult în detalii despre proiectul lor și au o imagine mai bună a tuturor componentelor acestuia datorită exercițiului anterior, ideea este acum să poată transmite mesajul corect și, pentru a face acest lucru, să identifice și să organizeze elementele cheie pentru a prezenta cât mai bine proiectul.

Această propoziție este o modalitate eficientă de a face acest lucru. Ea este cea care este folosită pentru a pregăti " elevator pitch ", un pitch de 1 minut pentru a vă prezenta proiectul într-o singură frază.

- Nostru: care este oferta dumneavoastră, care este produsul sau serviciul dumneavoastră?
- Help(s): cine sunt clienții dumneavoastră? Beneficiarii? Ținta?
- Cine vrea: care este misiunea dumneavoastră? Ce treabă va face oferta dumneavoastră? Ce nevoie va satisface oferta dumneavoastră?
- Prin: cum va satisface oferta dumneavoastră nevoia? Cum va reduce durerea clientului/beneficiarului dumneavoastră?
- Și: cum va satisface oferta dvs. nevoia? Cum va îmbunătăți câștigul clientului/beneficiarului dumneavoastră?
- (spre deosebire de: ce va diferenția oferta dvs. de cea a concurenței)

### **Diapozitiv 11: Pasul 2, organizează-ți gândurile cu ajutorul CANVA (5 minute)**

Pentru a intra mai mult în detalii și pentru a-i ajuta să-și structureze pitch-ul, ei pot folosi acest CANVA și pot începe să completeze aceste 8 căsuțe:

1 - începeți prin a vă prezenta

2 - prezintă problema pe care o abordează prin proiectul lor

3 - prezintă ținta lor, care sunt clienții/beneficiarii lor

4 - care este soluția pe care o propun pentru a rezolva această problemă

- 5 - ce face ca soluția lor să fie diferită față de ceilalți actori de pe piață?
- 6 - Care este impactul pe care îl vor genera prin proiectul lor
- 7 - De ce se află ei aici? Ce au nevoie de la publicul lor?
- 8 - Cum să îi ajutăm? Să le susținem proiectul? Continuă să îl urmărească?

### **Slide 12: Pasul 2, exersați propoziția de prezentare și CANVA (15 minute)**

Oferiți-le timp pentru a completa individual propoziția și CANVA pe fișa de lucru cu instrumente.

Este un pas dificil: deoarece vor lucra la proiectul lor doar din ziua precedentă și pentru prima dată individual, poate fi complicat pentru ei să facă acest exercițiu.

Nu ezitați să scăpați de presiune și încurajați-i să facă acest exercițiu prin prisma propriei viziuni asupra proiectului elaborat în grup. Este în regulă dacă nu reușesc să completeze totul până la finalul celor 15 minute! Obiectivul acestui exercițiu este de a-i ajuta să își organizeze ideile și gândurile generate în timpul primului exercițiu (întrebările 5w2h).

Îi puteți încuraja la finalul celor 7 minute să înceapă canava dacă nu au făcut-o până acum, reamintindu-le că nu există nicio presiune în a face totul în 15 minute. În realitate, acest tip de muncă durează ore, zile, luni pentru antreprenori!

Poți să te uiți la ei și să vezi dacă au nevoie de ajutor în completarea frazei și a CANVA.

### **Diapozitiv 13: Pasul 3, scrieți-vă povestea datorită povestirii (5 minute)**

Uneori este dificil să captezi atenția audienței, deoarece subiectul este prea tehnic sau vorbitorul nu se simte preocupat. Prin urmare, se recomandă să vă prezentați proiectul ca și cum ați spune o poveste, incluzând anecdote, exemple și relatări personale, se numește "story telling":

Puteți spune o poveste pentru a vă prezenta proiectul. Aceasta se poate referi la parcursul dvs. personal și la ceea ce v-a determinat să alegeți acest proiect. Sau puteți să vă prezentați soluția spunând povestea unui potențial beneficiar. Ideea este de a vă implica publicul și de a-i permite să se identifice cu ceea ce împărtășiți.

## **Diapozitiv 14: Pasul 3, scrie-ți povestea subliniind "de ce" (5 minute)**

Înainte de sesiune, asigurați-vă că vizionați acest videoclip:

<https://www.youtube.com/watch?app=desktop&v=HtpgsqhXURk&t=34s>

Pentru a-i ajuta să înțeleagă cum să își imagineze povestea din spatele proiectului lor, cercul de aur este un instrument bun. Acesta se întoarce la misiunea reală a oricărei organizații, dincolo de ofertă.

Majoritatea oamenilor își prezintă proiectul începând cu "ce": ce oferă? Care sunt caracteristicile produselor și serviciilor lor? Potrivit lui Simon Sinek, companiile care sunt identificate în mod universal ca fiind unice și de succes comunică întotdeauna începând cu "de ce", apoi trec la "cum" și, în final, la "ce".

El explică acest lucru prin faptul că a vorbi despre "ce" se referă la partea rațională și analitică a creierului, în timp ce atunci când vorbim despre "de ce" și "cum", avem de-a face cu sentimentele și emoțiile.

Puteți recapitula apoi cele 3 etape ale cercului de aur:

Ce ? Cum ? De ce ?

Pentru a-și scrie povestea, ei pot încerca să se întoarcă la "de ce" proiectului lor. Și poate să-și imagineze o poveste în jurul acestui "de ce", călătoria unui potențial beneficiar/client.

Resurse: [The Secret to Successful Storytelling Lies in the Golden Circle \(clickz.com\)](https://www.clickz.com)

## **Diapozitiv 15: Pasul 3, exersați-vă povestirea (10 minute)**

Oferiți-le 10 minute pentru a-și imagina povestea pe care ar putea să o folosească pentru a-și prezenta pitch-ul, pentru a crea empatie cu publicul și pentru a evidenția motivul pentru care au făcut-o.

Încă o dată, acest exercițiu este destul de complicat și nu există nicio presiune pentru a găsi o poveste bună în 10 minute. Acest moment este pur și simplu o oportunitate pentru ei de a începe să se gândească la asta: care este motivul lor și cum ar putea să îl prezinte printr-o poveste?

Aceștia pot folosi această poveste, fie în prima căsuță a CANVA (dacă povestea lor este legată de experiența personală), fie în a doua sau a treia căsuță a CANVA (dacă povestea este legată de călătoria clientului/beneficiarului).

CUM și CE vor apărea în a 4-a și a 5-a casetă din CANVA.

Îi puteți verifica pe aceștia și puteți vedea dacă au nevoie de ajutor pentru a găsi o poveste.

### **Slide 16: Diapozitiv 16: Pasul 4, folosește-ți limbajul corpului pentru a transmite mesajul (5 minute)**

În cele din urmă, ajungem la momentul prezentării. În acest moment, corpul poate fi cel mai bun aliat al lor! Puteți trece în revistă aceste diverse elemente și îi puteți încuraja să le observe pe cele din timpul practicii, imediat după:

- Mâinile: pot verifica modul în care le folosesc și să țină cont de asta în timp ce își urmăresc colegii exersând, pentru a oferi feedback (ar trebui să încerce să nu le ascundă sau să nu-și încrucișeze harnașamentele și, dacă pot, să vadă cât de mult le mișcă/vorbește cu ele).
- Vocea: le puteți reaminti să nu se grăbească, să nu uite să respire, să vorbească încet, este în regulă să facă pauze și să nu vorbească timp de câteva secunde.
- Picioarele: Pot acorda atenție la modul în care se mișcă/călătoresc în timp ce prezintă. Îi putem încuraja să își țină picioarele ancorate pe podea.
- Îi puteți sfătui să își imagineze că au o antenă prin corp, pentru a-i ajuta să stea drepti

Încă o dată, nu ar trebui să lase acest limbaj corporal să le acapareze toată mintea în timp ce prezintă, poate dura ani de zile pentru a scăpa de unele obiceiuri de gestică și vorbire. Ideea acestui exercițiu este doar de a-l observa.

### **Diapozitivu 17: Pasul 4, exersează-ți discursul! (30 de minute)**

În grupuri de 3, fiecare participant își va prezenta proiectul timp de 3-5 minute (în funcție de ceea ce a reușit să scrie în timpul atelierului) și va beneficia de 5 minute de feedback din partea celorlalți 2. Din nou, se face cu amabilitate și deschidere.

Mergi din grup în grup, ascultă pitch-ul și oferi și tu feedback.

### **Diapozitivul 18: Câteva ultime sfaturi pentru prezentarea din această seară (5 minute)**

Iată câteva ultime sfaturi pe care le puteți da participanților :

- ✓ Asigurați-vă că vă respectați timpul
- ✓ Doriți să folosiți o prezentare PowerPoint? Nu este obligatoriu, dar dacă doriți să o faceți, faceți-o vizuală și cu cât mai puțin text posibil
- ✓ Chiar dacă un pitch este de obicei prezentat de 1 sau 2 persoane, în această seară veți fi în grup: asigurați-vă că toată lumea este inclusă și este aliniată la proiect
- ✓ Vă simțiți mai bine cu notițe? Vă încurajăm să încercați fără ele, dar dacă nu vă simțiți confortabil să faceți acest lucru, încercați cel puțin să citiți cât mai puțin posibil
- ✓ Cel mai important dintre toate: DISTRAȚI-VĂ !

## Resurse

### Despre We4Change:

- [DLI and Partners Launch WE4Change Project – Digital Leadership Institute \(dlii.org\)](https://www.dlii.org/)
- We4Change educational resources:  
<http://we4change.eu/educational-resources/>

### Despre Simon Sinek's Golden Circle:

- Video la introducerea cercului de aur:  
<https://www.youtube.com/watch?app=desktop&v=HtpgsqhXURk&t=34s>
- [The Secret to Successful Storytelling Lies in the Golden Circle \(clickz.com\)](http://clickz.com)

**Fișă de lucru disponibilă pentru a fi descărcată împreună cu restul curriculumului.**