



Workshop positivi  
e orientati  
all'azione per  
organizzazioni  
attorno al  
principio "meno è  
di più".



**GreenUp  
con noi!**

# Chi siamo ...

- GreenUp coinvolge le persone mostrando come uno stile di vita "meno è di più" possa essere personalmente gratificante e migliore per il pianeta.
- Offriamo modi semplici e divertenti per aiutare le persone ad agire per la sostenibilità a livello personale, familiare e di gruppo o aziendale.
- Dal 2016 abbiamo organizzato eventi e workshop per migliaia di persone in tutta la Svizzera e abbiamo raggiunto oltre 100.000 persone con consigli e suggerimenti per una vita più semplice.
- Stiamo portando avanti con successo progetti a lungo termine su scala nazionale e regionale, come la GoSimple-Challenge e il Clothing Loop.
- Abbiamo dato forza a progetti locali concreti come un orto urbano, un caffè per le riparazioni e un programma di buoni acquisto locale, e abbiamo reso più visibili centinaia di progetti e startup sostenibili locali.
- Lavoriamo in tutta la Svizzera e ciò in tedesco, francese, italiano e inglese.



Siamo un gruppo di  
persone giovani e  
ambiziose provenienti da  
diversi ambiti!

*Photo: Alcuni membri del team di  
GreenUp e volontari provenienti da  
tutta la Svizzera al nostro brunch  
primaverile del 2022 ospitato dal WWF.*

# Il team dei workshop

Renée LaPlante e Heather Moore dal Consiglio di amministrazione.



Sia Heather che Renée hanno lavorato in contesti aziendali e hanno una grande passione per la sostenibilità.



Nicole Keller è la direttrice generale di GreenUp. Ha studiato economia, è diventata imprenditrice sociale e si è occupata di collaborazioni, strategia e comunicazione in un contesto pubblico-privato.



Mehdi rappresenta i volontari di GreenUp. Molti di loro sono interessati a svolgere i workshop di GreenUp per voi.



Gabriella e Anaïs coordinano e realizzano workshop per le diverse regioni della Svizzera: Anaïs per la Romandia, Gabriella per la Svizzera tedesca e il Ticino.



# I nostri Workshop – Base

Coinvolgiamo e ispiriamo i dipendenti o i clienti attraverso workshop positivi e non tecnici.

**Il workshop di base dura 90 minuti** e preferiamo **realizzarlo in loco**. Se lo si desidera, però, si può pensare a una versione "ibrida" (input online con esercizi offline). Ogni workshop può essere adattato alle esigenze e agli orari dell'organizzazione e **può essere ampliato con un approfondimento di 90 minuti sull'argomento**.

1. **Rebelli dei Rifiuti** – un workshop sui rifiuti minimi, per una società a basso spreco.
2. **Eroi dello spreco alimentare** – preparazione di una deliziosa ricetta a base di rifiuti alimentari, imparando a conoscere il cibo e i rifiuti alimentari.
3. **Sfida di viaggio** – il gioco della mobilità per eccellenza

# I nostri Workshop – Plus

**Organizziamo altri due workshop molto interessanti, che per avere un impatto completo hanno bisogno di un po' più di tempo!**

1. **Plogging:** 3 ore in cui usciamo nella natura e la puliamo, parlando anche dell'impatto dei rifiuti, dei nostri consumi e di ciò che possiamo fare. Un'attività divertente all'aria aperta con alcune pause, che può anche essere combinata con il nostro workshop Waste Rebel, o accorciata se necessario.
2. **PopUp-Store / Economia della condivisione:** Questo workshop permette alle persone di scoprire i vantaggi dell'economia della condivisione, in modo facile e divertente, creando un mercato interno al lavoro per lo scambio di beni e servizi. Questo mercato può essere attivo solo un giorno, molte settimane o più. Il workshop richiede una preparazione comune e interna e, se lo si desidera, può essere ampliato con una parte di co-creazione.

# Workshop

# Base

# 1. Ribelli dei Riufiuti – *Workshop "fai da te" sui rifiuti minimi*



I partecipanti potranno conoscere le potenzialità di uno stile di vita a spreco ridotto grazie a brevi e divertenti workshop fai da te, come la preparazione di un deodorante o di uno spray per le pulizie, oltre a una serie di esempi stimolanti di come si possa riutilizzare e ridurre. Inoltre, portiamo una varietà di prodotti e ricette per ispirarsi.

**Risultato: Un o piú prodotti da portare con sé, oltre a strumenti per evitare gli sprechi e pensare in modo circolare nella vita (lavorativa) di tutti i giorni.**

## 2. Eroi dello spreco alimentare – *workshop sul cibo e gli sprechi alimentari con una ricetta deliziosa sugli avanzi*

Il cibo è la risposta a molte sfide della sostenibilità, ma anche una fonte di grande piacere. Cucineremo insieme con il cibo "sprecato", gusteremo una meravigliosa zuppa e condivideremo le nostre conoscenze con un quiz.

**Risultato: Il team building si svolge in un ambiente sociale e rilassato, mentre si sensibilizza sulla grande sfida dello spreco alimentare che dobbiamo affrontare come società e a casa nostra.**



### 3. Sfida di viaggio - il gioco della mobilità per eccellenza



Giocate al nostro gioco di memoria sui viaggi sostenibili in modo da sedervi insieme come in un treno (non in aereo o in auto!). Questo incoraggia i dipendenti a considerare le alternative di viaggio aziendali che esistono. Guarderemo la mappa dei treni d'Europa e riuniremo le conoscenze acquisite in un brainstorming interattivo.

**Risultato: Idee individuali e aziendali per ridurre gli spostamenti e trovare alternative di mobilità più ecologiche.**

# Workshop

# Plus

## 4. Plogging - *cambiare attivamente il proprio ambiente!*



I rifiuti non sono solo un problema estetico: diverse sostanze tossiche finiscono nel suolo e soprattutto nelle acque. Un vero e proprio pericolo per gli animali e... per le persone. Durante la pulizia contribuiremo ad affrontare questo problema e a riflettere su come possiamo progredire verso una società "con meno rifiuti"! Ogni plogging dura circa 3 ore con pause. Se ciò non fosse possibile, possiamo naturalmente accorciare il workshop.

**Risultato: Un'attività all'aria aperta divertente e significativa per piccoli e grandi gruppi, che include input concreti su come agire per una società con meno rifiuti.**

## 5. Economia della condivisione - *negozio pop-up simply more*



Creare insieme una economia della condivisione. Far sperimentare quanto possa essere facile condividere non solo le nostre risorse personali, ma anche quelle dell'azienda.

Creeremo un pop-up store che potrebbe anche dare vita a progetti a più lungo termine; uno di questi potrebbe essere una "mappa" della condivisione delle risorse aziendali.

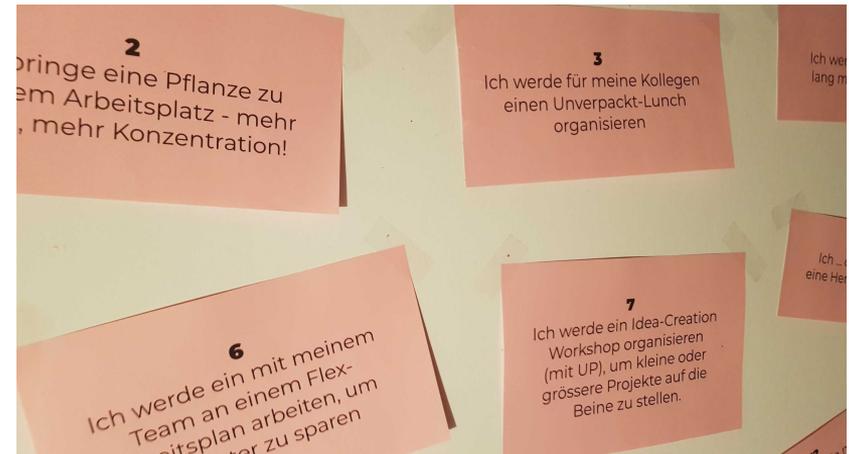
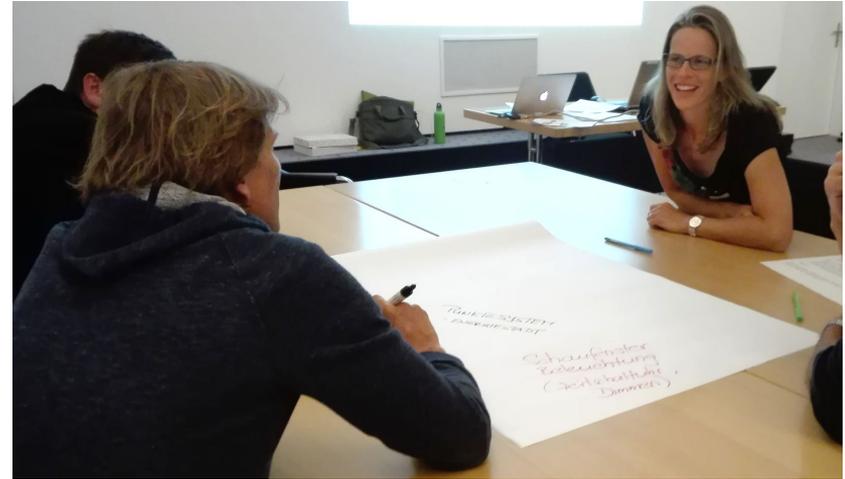
**Risultato: I dipendenti apprezzano maggiormente le risorse fisiche e pensano al futuro (verso un'azienda e un'economia circolare). Promuove inoltre l'interazione tra tutti i reparti aziendali!**

## \* Workshop extra:

### Meno = di Piú @Lavoro

Un workshop interattivo di co-creazione che inizia con una ruota della fortuna e finisce con piani e azioni specifiche per il tuo dipartimento o per l'organizzazione intera.

**Risultato: Uno spazio di lavoro più sostenibile e una spinta per ulteriori miglioramenti che creano un vantaggio per tutti.**



# Come siamo diversi?

- **La nostra competenza principale consiste nel consentire alle persone di agire per la sostenibilità**, in modo che "imparino facendo" in un contesto positivo. Mostriamo alle persone come una vita semplice possa essere divertente, le ispiriamo e forniamo loro un'esperienza che fornisce una base per ulteriori azioni e scelte. Siamo esperti nel trovare il tono e i mezzi giusti per comunicare intorno al tema e per entusiasmare le persone ad agire e a co-creare, il che a volte significa non usare affatto la parola "sostenibilità".
- **Siamo un piccolo team di giovani professionisti con esperienze nel mondo aziendale, della comunicazione e dei progetti.** Abbiamo lavorato in vari modi sulla sostenibilità e tutti cerchiamo di vivere meglio con meno.
- **Mettiamo a disposizione un'ampia gamma di competenze per garantire il raggiungimento di risultati concreti.**

# Come lavoriamo con le organizzazioni?



Contesti diversi richiedono formati diversi. Le nostre offerte possono essere adattate alle esigenze e agli obiettivi, oltre che al contesto locale. Siamo pronti a formulare una proposta creativa che vi dia una sensazione positiva e risultati concreti.

**Prezzi:** I workshop possono avere un prezzo pro capite o essere forfettari.

# I nostri risultati

**Organizzazioni. Città. Cantoni. Aziende.**



Economia della  
condivisione  
Simply More Pop-Up store  
@WWF Svizzera



Workshop sui rifiuti zero e parete  
di ispirazione per un grande  
evento per i dipendenti @Allianz



Una sfida di plogging  
che abbiamo organizzato  
con il @Canton del Ticino

# Contatto

## GreenUp p/a Verein Umwelt Plattform



Associazione svizzera esente da imposte  
N. UID CHE-484.763.548

Indirizzo Postale: 4000 Basilea  
Dettagli di contatto: Nicole Keller  
[nicole@green-up.ch](mailto:nicole@green-up.ch)  
078 6813052

---

[www.green-up.ch](http://www.green-up.ch)



@greenup\_si

[info@green-up.ch](mailto:info@green-up.ch)



@greenupswitzerland



@greenupswitzerland