#andshecycles

SRAITH STRAITÉISÍ

Green-Schools
An Taisce

CLÁR

1 BUNEOLAS FAOIN BHFEACHTAS

4 BUNEOLAS FAOIN TSRAITH STRAITÉISÍ

7 PLEAN GNÍMH

10 MOLADH, FEACHTASAÍOCHT & CEANNRÓDAÍOCHT

13 AGUISÍNÍ

Green-Schools
An Taisce

BUNEOLAS FAOIN BHFEACHTAS

Tugadh an feachtas #andshecycles chun cinn d'fhonn bacanna a bhíonn roimh rothaíocht ag cailíní agus iad ina ndéagóirí a fhiosrú, a thuiscint agus a shárú. Dírítear ar mhná óga - go háirithe ar dhéagóirí - a spreagadh chun nós na rothaíochta a chothú an tráth céanna a mbíonn aird ar na cúiseanna a mbraitheann siadsan nach móide go n-oireann an rothaíocht dóibh a thuiscint agus a phlé agus fiosrú a dhéanamh maidir le bearta éagsúla trína bhféadfaí na constaicí a bhraitear a shárú. In Ainneoin inscne faoi leith i gceist le teideal an fheachtais, tá de chuspóir leis an bhfeachtas #andshecycles go dtugtar san áireamh mná agus cailíní trasinscne agus idirghnéasacha, chomh maith le daoine neamh-dhénártha agus solúbtha ó thaobh inscne de, atá ar a gcompord le réimse atá dírithe ar an saol mar a thaithíonn mná óga é.

Eascraíonn an feachtas ó shuntas a thabhairt don éagsúlacht ó thaobh inscne maidir le fonn rothaíochta ar dhaltaí i scoileanna dara leibhéal na hÉireann agus táthar ag díriú ar fhiosrú a dhéanamh faoin gcúis gur ar éigean a dhéanann cailíní ar bith i measc dhéagóirí na hÉireann rothaíocht ar scoil nuair is minic le buachaillí sin a dhéanamh. Is léir ó bhearta taighde #andshecycles nach bhfuil rothaíocht baileach chomh háisiúil ag cailíní agus atá ag buachaillí.

Feictear ón lón sonraí gur 0.4% (duine as 250) de na cailíní ar fud na hÉireann a dhéanann rothaíocht chun na scoile go rialta i gcomórtas le 3.7% (duine as 25) de na buachaillí (An Phríomh-Oifig Staidrimh, 2016).

Tá sonraí breise atá ina mbonn réasúnaíochta maidir leis an bhfeachtas ar fáil san alt léinn “The Social Practice of Cycling as ‘A Boy’s Thing’ in Irish SecondarySchools” arna chur i láthair ag an Dr Robert Egan agus Jane Hackett, Bainisteoir Taistil na Scoileanna Glasa tráth.

Ó ghrúpaí fócais a eagrú le cailíní sna déaga, tá le tuiscint gurb iad na cúiseanna is mó lena laghad cailíní a dhéanann rothaíocht ina ndéagóirí dóibh:

1.Ceaptar stiogma 'neamhfhaiseanta' le cailíní ag rothaíocht.

2.Iompar bagarthach nó scanrúil ag fir nó scoraigh.

3.Braitear go bhfuiltear i gcontúirt ar an mbóthar - easnamh maidir le gnéithe infreastruchtúir oiriúnacha.

4.Easpa misnigh maidir le rothaíochta ar an mbóthar.

5.Málaí scoile agus éide scoile.

6.Éadach rothaíochta míthaitneamhach – clogad, veist shofheicthe etc.

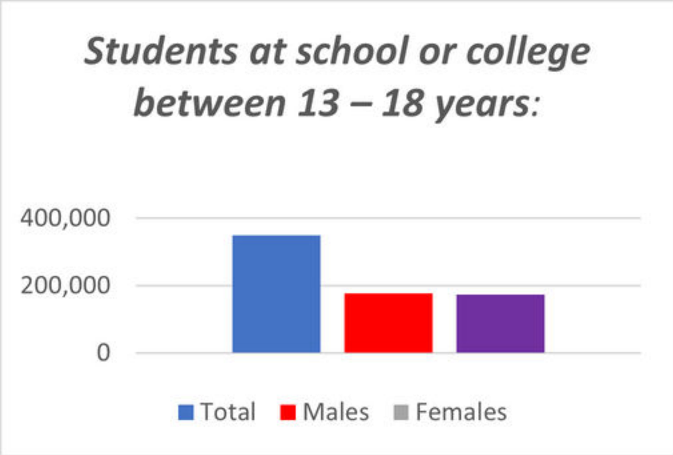
Is é atá de chuspóir leis an bhfeachtas #andshecycles go gcuirfí le líon na gcailíní a dhéanann rothaíocht chun na scoile an tráth céanna a n-athraítear ón íomhá seanfhaiseanta neamhréadúil gur gá cuma faoi leith a bheith ar chailíní agus iad ag rothaíocht. Le meon uilechuimsitheachta an fheachtais agus an cuspóir deireadh a chur le claonadh leatroime agus le steiritípeáil maidir le hinscne i ndáil le cúrsaí rothaíochta, féachann #andshecycles le hathrú ó nóisin thraidisiúnta maidir le baineannacht agus áille a mbraitear brú ón tsochaí ina leith agus leis an rothaíocht a bheith furasta le tapú ag gach cailín gan bheann ar fhonn cloí le "caighdeáin bhaineannachta" nó a mhalairt.

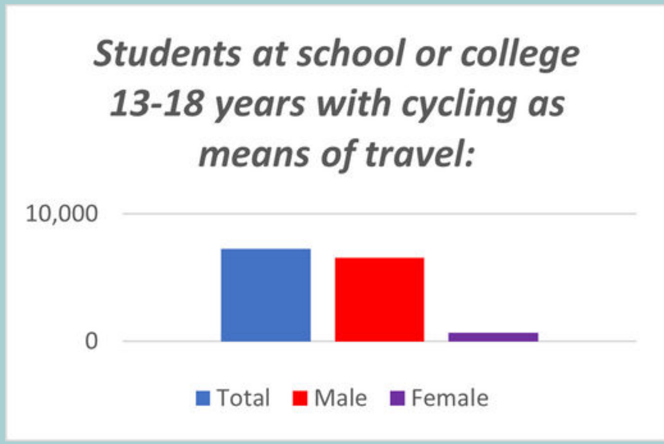
"I feel like you just need one person to do it"

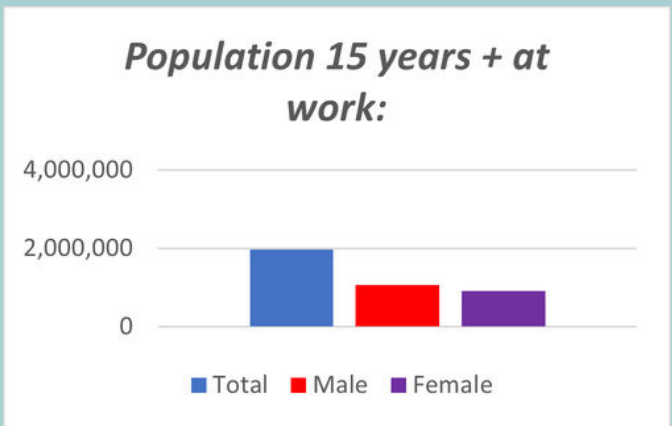
-#andshecycles Focus Group Participant

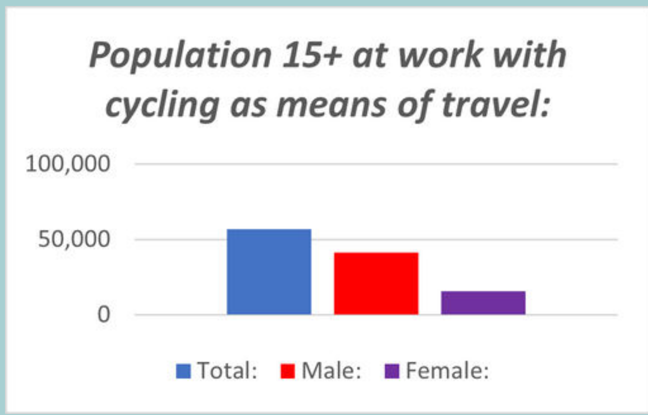
"They think women can't ride bicycles. We will show them we can do anything"

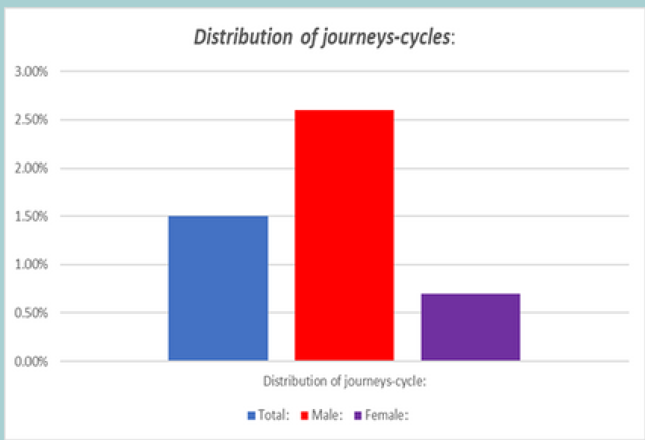
-Manjula, Garment Factory Labourer and Cyclist











(Sonraí 2016 ón bPríomh-Oifig Staidrimh)

Is iomaí bac éagsúil a thagann idir mná óga agus an rothaíocht de réir mar a thugtar chun suntais san fhoilseachán taighde agus de réir mar a cuireadh in iúl sna grúpaí fócais a eagraíodh i rith thús na hoibre ar an bhfeachtas: idir easpa infreastruchtúir agus ábhar buartha maidir le sábháilteacht agus rialúcháin inscne & deacrachtaí praiticiúla (e.g.: rialacha maidir le sciorta a chaitheamh mar chuid den éide scoile).
Is féidir ceann de na bacanna is mó a cheangal le hábhar buartha maidir le cúrsaí sóisialta agus le brú ó dhreamanna comhaoise, chomh maith le ciapadh a dhéanann tiománaithe agus fir ar na bóithre, an dearcadh ginearálta faoina bheith "neamhfhaiseanta" agus ar neamhréir le baineannacht. Tá d'aidhm leis an tsraith straitéisí seo treoir comhairle a chur ar fáil maidir le seifteanna a d'fhéadfaí a oibriú i ndáil le gach deacracht faoi leith.

BUNEOLAS FAOIN TSRAITH STRAITÉISÍ

Tá d'aidhm leis an tsraith straitéisí seo cuidiú le gach múinteoir agus dalta ar spéis leo an feachtas #andshecycles a chur chun cinn ar scoil. Mar atá le tuiscint ó theideal an fheachtais, tá an bhéim maidir le #andshecycles ar chailíní sna déaga, ach tá an feachtas agus an tsraith straitéisí seo go sonrach dírithe freisin ar mhná agus cailíní trasinscne agus idirghnéasacha, chomh maith le daoine neamh-dhénártha agus solúbtha ó thaobh inscne de, atá ar a gcompord le réimse atá dírithe ar an saol mar a thaithíonn mná óga é, a thabhairt faoina scáth.
Tá an tsraith straitéisí ar fáil ag an uile dhuine (gan bheann ar an téama faoi chlár na Scoileanna Glasa a bhfuiltear ag obair air sa scoil faoi láthair) agus is féidir úsáid a bhaint as na straitéisí ar bhealaí éagsúla de réir mar is gá nó mar is mian leis an duine féin. Is acmhainní iad seo arna leagan amach do dhaltaí ón gCéad Bhliain go dtí an Séú Bliain i Scoileanna Dara Leibhéal ach sa chás go measann múinteoir gur oiriúnach mar acmhainn na straitéisí ag dream áirithe daltaí i ranganna sinsearacha sa Bhunscoil, is féidir a úsáid leo. Tá de cuspóir leis an tsraith straitéisí, ní amháin aird níos mó a tharraingt ar an rothaíocht agus ar chothromaíocht inscne, ach na daltaí a spreagadh chomh maith ionas go bhfiosraítear feachtasaíocht ar bhealach a fhágann go gcothaítear an misneach iontu maidir le tabhairt faoi thionscadal dá gcuid féin ó thús go deireadh na beartaíochta.
Leis an tsraith straitéisí seo, foghlaimeoidh na daltaí le feachtas a cheapadh, a leagan amach agus a chur i bhfeidhm. Tugtar deis do na daltaí taithí a fháil ar ghníomhú ina gceannródaithe, chomh maith le hobair foirne a dhéanamh agus tabharfar scileanna éagsúla chun cinn iontu: cumarsáid éifeachtúil, réiteach fadhbanna, smaointeoireacht i gcomhar, scileanna eagrúcháin agus pleanála, scríbhneoireacht éifeachtúil, úsáid éifeachtach as na meáin shóisialta, agus eile.

> "Dhéanfainnse rothaíocht dá mbeadh níos mó cailíní á dhéanamh"
>
> -rannpháirtí i ngrúpa fócais #andshecycles

Tugtar liosta gairid thíos de nithe a mbeidh tairbhe as an tsraith straitéisí seo ina leith:
·Tugtar ábhar smaointe maidir le comhrá a spreagadh faoin rothaíocht, an bearna maidir leis na hinscní agus a thabhairt go mbíonn neart ag mná óga ar a dhéanamh
·Tugtar léargas ar na gnáis a bhaineann le moladh, le feachtasaíocht agus le ceannródaíocht is féidir leat a úsáid agus an feachtas á leagan amach
·Leagtar amach liosta de bhearta is féidir a dhéanamh sna scoileanna ionas go gcúngaítear an bearna idir inscní maidir leis an rothaíocht chomh maith le comhairle phraiticiúil i ndáil leis na bearta sin a chur i gcrích
·Ceanglaítear nasc le hacmhainní, láithreáin gréasáin agus tionscnaimh fhiúntacha a mbeadh tairbhe astu maidir leis an bhfeachtas
·Tugtar treoir maidir le daoine a bhféadfadh gur tairbhe do chur chun cinn an fheachtais
·Tugtar treoir agus leideanna fiúntacha maidir le caidreamh a chothú leis an Údarás Áitiúil agus litir fhoirmiúil a scríobh.

Céard atá ag teastáil uait chun feachtas #andshecycles a eagrú?

·Fonn agus cumas obair a dhéanamh mar dhuine de mheitheal
·Suim sa rothaíocht agus i gcomhionannas inscne (nó i réimse amháin acu ar a laghad)
·Dúthracht maidir le hathrú a thabhairt i bhfeidhm sa scoil

Ó tharla gur feachtas náisiúnta #andshecycles atá ar bun cheana féin, ba cheart go mbeadh feachtas na scoile ag teacht le meon an fheachtais náisiúnta agus le scéim dathanna an bhranda. (Tugtar mionsonraí faoin scéim dathanna agus treoir bhrandála in Aguisín 7). Leagtar amach ina sraitheanna sa rannóg seo thíos bearta is féidir le daltaí a dhéanamh chun feachtas #andshecycles dá gcuid féin a thabhairt i gcrích. Ós breá linn tionscantacht agus cruthaitheacht, ní liosta uilechuimsitheach atá á chur i láthair; níor maith an rud an liosta a bheith ina shrian a chúngódh bearta na ndaltaí ná ina bhac maidir le bearta eile a thriáil.

In Ainneoin gur leagadh amach an tsraith straitéisí seo maidir le feachtas #andshecycles a chur i bhfeidhm go sonrach, ní gá gur i ndáil le tionscnamh rothaíochta amháin a bhainfí úsáid astu agus ní bheadh neamhaird i gceist ar dhaltaí nach spéis leo an rothaíocht nó nach mbíonn fonn orthu rothaíocht a dhéanamh. Is é príomhchuspóir atá leis an gcáipéis seo go n-éascódh sí don phlé agus do ghníomhartha maidir le comhionannas inscne agus le neartú na mban óg.

Cén chúis atá le feachtas againn?

·Eolas agus oideachas maidir le hábhar faoi leith
·Daoine a mhúscailt agus a spreagadh chun gnímh
·Brú a chur ar lucht déanta cinntí
·Athrú a chur ar nós agus ar mheon daoine
·Áitiú ar dhaoine seasamh leis an gcúis
·Dearcadh tairbheach i leith na heagraíochta (an scoil sa chás seo) a chothú

Cé na céimeanna a bhaineann le feachtas #andshecycles de chuid na scoile a leagan amach?

1.Cuirtear meitheal le chéile. Cé mhéad duine sa scoil ar spéis leo páirt a ghlacadh san fheachtas? Déantar fógraíocht faoin bhfeachtas agus tugtar cuireadh iarratais a chur isteach maidir le páirt a ghlacadh i meitheal an fheachtais (is féidir sin a dhéanamh ar líne nó "lá síniúcháin" a eagrú).
2.Oibrítear amach plean gnímh soiléir agus leagtar amach liosta de na torthaí ba mhaith leat a thabhairt i gcrích. Sonraítear aidhmeanna an fheachtais de réir na gcéimeanna seo a leanas:
a.Ní mór aidhm a bheith sa chaoi is gur féidir an toradh saothair a mheas, a áireamh nó tomhas a dhéanamh ar a mbíonn curtha i gcrích ina leith
b.Is ceart tráthchlár nó spriocdháta a leagan amach maidir le haidhm a thabhairt i gcrích
c.Ní mór aidhm a bheith réadúil agus inchurtha i gcrích
3.Sonraítear réimsí oibre agus réimsí freagrachta. Nuair atá an mheitheal ar bun, bí cinnte gur féidir le gach duine den mheitheal beart tairbheach a dhéanamh, leagtar obair agus dualgas ar gach duine den mheitheal. D'fhéadfadh réimse freagrachta a bheith ar níos mó ná aon duine amháin ag obair le chéile, agus is féidir réimsí oibre a leagan ar dhaoine ag déanamh sealaíochta ar a chéile chomh maith, cibé bealach is fearr a oireann don mheitheal atá i gceist (e.g.: bíonn an duine X ina eagraí cruinnithe agus ina rúnaí miontuairiscí ar feadh míosa, an duine Y i mbun na meán sóisialta agus an duine Z i mbun cumarsáide leis na páirtithe leasmhara; déanann siad babhtáil an mhí dár gcionn).

4.Oibrítear amach na céimeanna a bhainfidh le cur i bhfeidhm an phlean gnímh, socraigh ar thráthchlár maidir le gach toradh inmhianta a thabhairt i gcrích.
5.Cuirtear páirtithe leasmhara (e.g., gnólachtaí áitiúla, grúpaí pobail, údaráis áitiúla) ar an eolas faoin cothaigh rannpháirtíocht ann trína fhiosrú an mbeadh siad ábalta cúnamh a thabhairt nó dul i mbun comhpháirtíochta.
6.Déantar gach céim den fheachtas agus an toradh saothair amheas leis an meitheal ar fad agus foghlaimítear ón gciall cheannaithe.
7.Deimhnigh go gcoinnítear an pobal (an scoil sa chás seo) ar an eolas faoina bhfuiltear a dhéanamh agus scaiptear eolas faoin rath a thugtar i gcrích!

Gníomhartha a rinne Ambasadóirí #andshecycles roimhe seo a chuaigh i gcion orainn

1.Suirbhé ar mhaithe leis na constaicí a thuiscint a bhraitheann cailíní sa scoil a bheith rompu maidir le rothaíocht, tús maith maidir le heolas ar na nithe a ndíreofar ar a n-athrú.
2.Is minic gur mór an fonn rothaíochta a chothaíonn dearbhán/ticéad crannchuir a thabhairt do na daltaí a thagann chun na scoile ar rothar.
3.Roinnt taighde a dhéanamh go bhfeictear cé mhéad cailín arbh fhearr leo rothaíocht a dhéanamh in éineacht le cara d'fhonn scéim cara rothaíochta a chur ar bun.
4. Fiosrú a dhéanamh maidir le rothair ar cíos do na daltaí ó tharla gur easpa rothair an chúis is mó a bhíonn uaireanta le teacht idir cailíní agus rothaíocht. B'fhéidir gurbh fhiú labhairt le comhlachtaí rothair ar cíos i ndáil le rátaí lagshéasúir nó a iarraidh ar an mBord Bainistíochta smaoineamh ar rothair a cheannach agus a ligean ar cíos ar an gcuma chéanna le leabhair scoile.
5.Tugadh cuireadh don Seanadóir Pauline O'Reillylabhairt leis na daltaí faoi mhná agus rothaíocht agus b'iontach spreagúil an ócáid a bhí ann.

"Nuair a fheictear leaid ar rothar, níl sin an-éagsúil dáiríre"

-rannpháirtí i ngrúpa fócais #andshecycles

PLEAN GNÍMH

Teimpléad do Phlean Gnímh (Aguisín 1)

- Cad is mian linn a thabhairt i gcrích?
- Cad iad na bearta is gá a dhéanamh?
- Cé na daoine a dteastaíonn cúnamh uainn uathu/a d'fhéadfadh cuidiú linn seo a thabhairt i gcrích?
- Cé na teachtaireachtaí tábhachtacha is féidir linn a chur in iúl?
- Cén t-eolas is gá do na daltaí a fháil?
- Cén cineál ábhair/acmhainní/cúnaimh taca a bheadh riachtanach ina leith seo?

Áirítear ar na bearta a mb'fhiú smaoineamh orthu:

- Suirbhé a dhéanamh sa scoil go bhfeictear cé na fáthanna nach ndéanann cailíní rothaíocht chun na scoile.
- Iniúchóireacht rothaíochta a dhéanamh go bhfeictear cé chomh furasta, sábháilte agus taitneamhach agus atá rothaíocht a dhéanamh i gceantar na scoile agus réimsí baoil a thabhairt chun suntais an tráth céanna.
- Pobal na scoile a chur ar eolas faoina bhfuil ar siúl tríd na meáin shóisialta a úsáid.
- Naisc le láithreáin gréasáin agus le haipeanna a chur ar fáil óna mbeadh eolas maith faoi bhealaí rothaíochta ar fáil.
- Ócáid a eagrú maidir le haird agus tuiscint a spreagadh, ar na bearta atá á ndéanamh, ar an tábhacht a fheictear le rothaíocht agus ar nithe is féidir a dhéanamh chun níos mó de chailíní na scoile a spreagadh i mbun rothaíochta.
- Achainí a chruthú maidir leis na hathruithe inmhianta. D'fhéadfadh gur treabhsar mar chuid den éide scoile nó feabhas ar ghnéithe infreastruchtúir ar mhaithe le rothaithe a bheadh i gceist.
- Litreacha a scríobh chuig Teachtaí Dála agus chuig na húdaráis áitiúla maidir le locht ar ghnéithe infreastruchtúir nó le réimsí baoil agus contúirte in aice leis an scoil.
- Preasráitis a ullmhú d'fhonn poiblíocht maidir leis an obair atá ar siúl. (Féach aguisín 3.)
- Tionchar a imirt agus dul i gcion ar dhaoine sa scoil agus i measc an phobail. (Féach aguisín 4.)
- Iris a chruthú. (Féach aguisín 5.)
- Ceardlann a eagrú maidir le póstaer a dhéanamh lena léirítear an tairbhe atá as an rothaíocht, le béim ar réimsí éagsúla, neamhspleáchas, sláinte agus an timpeallacht.
- Saothar ealaíne/dealbhadóireachta dhéanamh as páirteanna rothair a eagrú agus a iarraidh ar chairde agus ar ghaolta seanpháirteanna a bhronnadh ar an scoil lena aghaidh.
- Múrphictiúr a phéinteáil ar bhalla i gclós na scoile trína gcuirtear rothaíocht chun cinn
- Eagraítear ceardlanna maidir le hobair chothabhála ar rothair, rothaíocht go sábháilte, agus/nó scileanna rothaíochta.
- Socraítear ranganna rothaíochta mar chuid den Chorpoideachas.
- Cuirtear córas Cuideachta Chun na Scoile ar siúl faoina mbíonn rothaí atá níos misniúla sásta rothaíocht a dhéanamh i gcuideachta dalta nach bhfuil chomh muiníneach céanna go fóill.

- Eag raítear imeachtaí bailiú airgid, d'fhéadfadh gur chun íoc ar bhrístí rothaíochta a chaithfí faoi sciorta, ar threalamh rothaíochta, ar rothair ar cíos, nó eile.
- Labhraítear leis an mBord Bainistíochta féachaint an bhféadfaí córas rothar ar cíos a oibriú ar an mbonn céanna le córas leabhair scoile ar cíos.
- Féachtar le páirceáil rothair a eagrú sa scoil tríd an gclár Scoileanna Glasa (más é an téama Taisteal nó téama Taistil na Scoileanna Glasa atá ar siúl), tríd an údarás áitiúil, gnólachtaí áitiúla.
- Iarrtar ar na Gardaí a theacht chuig an scoil agus na rothair ar fad a mharcáil ionas gur furasta iad a aithint sa chás go dtarlaíonn ceann ar bith a ghoid.
- Pléitear éide na scoile leis an bpríomhoide agus leis an mBord Bainistíochta má tá sin ar cheann de na cúiseanna go seachnaítear rothaíocht.
- Eagraítear turais rothaíochta don uile dhuine mar chuid de bheartaíocht an chlub tar éis am scoile, ní turais don lucht spóirt/rásaíochta amháin, turais ar mhaithe le spraoi agus caitheamh aimsire freisin.
- Iarrtar ar eiseamláirí rothaíochta teacht chuig an scoil chun labhairt leis na daltaí.
- Eagraítear comórtais dúshláin agus imeachtaí spreagúla eile chun rothaíocht a chur chun tosaigh, e.g. pointí maidir le líon na laethanta a ndéantar rothaíocht, an t-achar a thaistealaítear ar an rothar, a bheith mar chara rothaíochta i gcuideachta rothaí eile etc. Is féidir duaiseanna a thabhairt maidir le catagóirí éagsúla. B'fhiú labhairt le siopaí rothaíochta féachaint an mbeidís sásta duaiseanna a chur ar fáil.
- Cuirtear rothaithe iomráiteacha faoi agallamh agus foilsítear an t-ábhar i mblag, i mblag físeáin, ar nuachtán áitiúil nó mar chuid d'eagrán podchraoltaí.
- Eagraítear tionscadail ealaíne ar scoil agus úsáid á baint as seanpháirteanna rothair.
- Spreagtar na múinteoirí agus daoine eile den fhoireann go ndéanann siadsan rothaíocht chuig an scoil chomh maith.
- Eagraítear ceardlanna chun rothair/clogaid a dhéanamh níos feiceálaí.
- Eagraítear spásanna stórála do na clogaid sa scoil.
- Eagraítear tobshlua.
- Cuirtear club leabhar ar bun.
- Taispeáintear scannáin/cláir faisnéise.
- D'fhéadfadh filíocht, ealaín nó eile a bheith i gceist le hócáidí eile.
- Spreagtar na cailíní ar fad chun rothaíocht a dhéanamh ar Lá Idirnáisiúnta na mBan (an 8 Márta).
- Eagraítear imeachtaí do ghrúpaí rothaíochta e.g., chuig páirc sa cheantar inar féidir picnic a eagrú.
- Eagraítear turas rothaíochta cinn bhliana chun ceiliúradh a dhéanamh ar a bhfuil bainte amach.
- Cuirtear rotharatón ar siúl ag féachaint le hachar áirithe rothaíochta a dhéanamh idir gach duine sa scoil. Bhí Ambasadóir rothaíochta roimhe seo a d'eagraigh go ndéanfadh an scoil rothaíocht chomh fada agus a bhí i rás an Tour de France.

> "They think women can't ride bicycles. We will show them we can do anything"
>
> -Manjula, Garment Factory Labourer and Cyclist

Leideanna tairbheacha

Smaoinítear ar na cuspóirí, go háirithe agus daoine ag obair i ngrúpa. Bíodh aird ar thráthchláir agus ar fhreagracht dhaoine áirithe as gníomhartha faoi

1.leith agus bítear réadúil maidir leis na smaointe agus na pleananna.
2.Cé na daoine i measc an phobail a fhéadann cuidiú le hathruithe maidir le cúrsaí infreastruchtúir? Déan teagmháil leis an údarás áitiúil agus le Teachtaí Dála.
3.Smaoinigh ar ghrúpa fócais a chur le chéile faoi stiúir duine de na múinteoirí nó cruinnigh grúpa daltaí le chéile chun plé a dhéanamh ar chúrsaí rothaíochta. D'fhéadfadh gur fusa sin agus gur luaithe toradh air ná suirbhé ar mhuintir na scoile ar fad agus go bhfágfaí gur féidir gníomhartha/gníomhaíochta a dhíriú ar an dream is mó ar spéis leo na haidhmeanna.
4.Bí i dteagmháil leis an Oifigeach Scoileanna Glasa agus féach an bhféadfaí ceardlanna maidir le hobair chothabhála ar rothair nó scileanna rothaíochta a chur ar fáil don scoil nó cúnamh a fháil maidir le hiniúchóireacht faoi chúrsaí rothaíochta. D'fhéadfadh go gcuideodh siopa rothaíochta nó Bothán na bhFear le ceardlann obair chothabhála a chur ar siúl.
5.Bíonn maoiniú ar fáil maidir le himeachtaí rothaíochta ar scoil i rith Sheachtain Náisiúnta na Rothaíochta. B'fhiú tuairisc a chur leis an gComhpháirtíocht Spóirt áitiúil nó leis an Údarás Áitiúil.
Bíonn grúpaí fócais níos fusa le heagrú agus ní thógann siad oiread ama le suirbhé ar mhuintir na scoile ar fad agus is minic a bhíonn na daltaí níos sásta eolas a thabhairt ina leithéid. Tugtar treoir in Aguisín 8 maidir le Grúpaí Fócais agus le roinnt de na ceisteanna a d'fhéadfaí a chur.

5. Funding is available for school cycling events during National Bike Week. Why not contact your local Sports Partnership or Local Authority and apply.
6. Focus groups can be quicker and easier to organise than a full school survey, and students are often more comfortable in sharing information in this setting. Appendix 8 provides a focus group guide along with some questions which could be used.

Eiseamláirí Spreagúla Rothaíochta

Lara Gillespie – Rothaí idirnáisiúnta de chuid na hÉireann, Curadh Náisiúnta i réimsí éagsúla, bhuaigh sí boinn Eorpacha agus bonn cré-umha ag Comórtas Raonrásaí Rothaíochta an Domhain do na Sóisir.

Katie-George Dunlevy and Eve McCrystal Tá na Laochra tandaim seo i measc na bpara-lúthchleasaithe is fearr a dhéanann ionadaíocht ar son na hÉireann, agus boinn gnóthaithe acu ag Cluichí Parailimpeacha agus ag Cluichí Domhanda arís agus arís eile.

Kailey Kornhauser and Marley Blonsky
Bunaitheoirí 'All BodiesOn Bikes', gluaiseacht trína gcothaítear pobal rothaíochta gan bheann ar chruth ná ar chuma an duine.

Annie Londonderry
Annie Cohen Kopchovsky, duine de bhunadh na nIúdach as Laitvia a rinne imirce go dtí na Stáit Aontaithe agus a bhí ar an gcéad bhean a rinne rothaíocht timpeall an domhain sa bhliain 1894-95.

Sidsel Birk Hjuler
Cúis amháin leis an Danmhairg a bheith ar cheann de na tíortha is oiriúnaí don rothaíocht ar fud an domhain. Tá an bhean seo ina Ceannasaí ar Oifig na Mórbhealaí Rothaíochta i réigiún na príomhchathrach, Cóbanhávan.

Dervla Murphy
Scríbhneoir taistil a bhfuil iomrá uirthi mar gheall, i measc rudaí eile, ar thuras a thug sí ina haonar as Éirinn go dtí an India sa bhliain 1963.

MOLADH, FEACHTASAÍOCHT & CEANNRÓDAÍOCHT

Tá an clár #andshecycles an-oiriúnach maidir le mná óga a spreagadh chun tabhairt faoi fheachtasaíocht agus labhairt amach. Téann athrú aeráide i bhfeidhm go leatromach ar na daoine is mó atá i mbaol agus dá réir sin, treisítear le héagothroime inscne. Cé go bhféadann athrú aeráide a bheith ina bhagairt agus ina ábhar imní, tugann #andshecycles de chumhacht do chailíní modhanna inmharthana taistil a úsáid agus a gcion a dhéanamh maidir le hathrú stuama a thabhairt i gcrích go háitiúil, go réigiúnach agus go náisiúnta.

Déanfar plé áirithe sa chuid seo den tsraith straitéisí ar mhodhanna ina dtugtar scileanna molta, feachtasaíochta agus ceannródaíochta chun cinn le linn oibriú ar an gclár #andshecycles. Tá cáipéis spéisiúil in Aguisín 6 maidir le neart agus cumhacht na mban san earnáil iompair. Cé nach leis an rothaíocht amháin a bhaineann sin, síltear go bhféadfadh tairbhe a bheith as maidir le léargas ginearálta ar an ról a fhéadann a bheith le hinscne san earnáil iompair.

A chur ar chumas chailíní a bheith ina gceannródaithe

Oideachas

Trí eolas neamhchlaon bunaithe ar fhíricí a chur ar fáil maidir leis an ngéarchéim aeráide, braithfidh mná óga níos mó cumhachta acu páirt a ghlacadh i réiteach na faidhbe. D'fhéadfadh na daltaí a choinneáil ar an eolas imní nó milleán a bhraitear faoin aeráid a mhaolú chomh maith.

Forfheabhsú Scileanna

Sa chás go bhfuiltear ag obair ar an téama maidir le Taisteal nó Saoránacht an Domhain - Cuireann Oifigigh Taistil ceardlanna áirithe ar fáil maidir le scileanna a chuireann ar chumas chailíní páirt a ghlacadh i dtaisteal gníomhach e.g. scileanna rothair, bonn pollta a dheisiú. Tá dreamanna eile freisin a fhéadann ceardlanna dá sórt a chur ar fáil, mar shampla, siopaí rothaíochta, Bothán na bhFear, comhpháirtíochtaí spóirt agus grúpaí pobail.

Eiseamláirí Ról

Cé nach móide iad i gcónaí i lár an aonaigh, is iomaí eiseamláir rothaíochta a spreagfadh cailíní óga. Luaitear roinnt sa tsraith straitéisí seo. Ach cén fáth nach mbeadh daoine den fhoireann páirteach ann? Má bhíonn mná ag rothaíocht chun na scoile, scaipfear aon mhíthuiscint a bhraitear ina leith sin agus spreagfar daltaí ina bhun chomh maith.

Moladh agus Feachtasaíocht

Modh rannpháirtíochta ag daoine óga, atá simplí ach éifeachtúil, is ea feachtasaíocht 'á dhéanamh againn féin'. Is í an príomhchuspóir leis seo go mbraithfeadh cailíní fiúntas agus tairbhe lena gcuid rannpháirtíochta agus athrú dá thoradh. Is iomaí bealach ina ndéantar moladh agus feachtasaíocht agus is furasta cóiriú chun oiriúnachta a dhéanamh ag brath ar ábhar buartha nó ar na torthaí inmhianta.

Achainí a Chruthú agus a Shíniú

Bealach furasta chun a léiriú go seastar le feachtas is ea síniú a chur le hachainí. Nuair a chruthaítear achainí, tugtar seans do dhaoine taobh amuigh den scoil a chur in iúl go bhfuil siadsan i bhfábhar bhearta na scoile maidir leis an gclár #andshecycles freisin.

Cur in Iúl Ealaíne agus Cultúir

D'fhéadfadh scóip a ligean le cailíní ábhar imní agus achainí a chur in iúl aird a tharraingt ar an bhfeachtas. Is iomaí formáid is féidir a thapú, léiriú físeáin, meirgí sna pasáistí, drámaí gairide agus podchraoltaí.

Scríobh chuig ionadaithe áitiúla

D'fhéadfadh gur mhaith an rud ceardlann maidir le scríobh litreacha a eagrú ag ar féidir le daltaí ábhar buartha, imní nó achainí maidir le rothaíocht chun na scoile a chur in iúl. D'fhéadfaí leas a bhaint as seo mar shampla de bhealaí inar féidir le feachtas scoile athrú réigiúnach a thabhairt i gcrích. (Féach Aguisín 2 maidir le teimpléad).

Na Meáin Chumarsáide

D'fhéadfadh daltaí caidreamh a chothú leis na meáin chumarsáide go háitiúil d'fhonn an feachtas a chur chun cinn, ceisteanna maidir le taisteal gníomhach a phlé agus aird daoine sa cheantar a bheadh i bhfábhar an fheachtais a tharraingt.

Déileáil le hImní faoi Chúrsaí Aeráide agus le Traochadh mar gheall ar Fheachtasaíocht

Is féidir cuid mhór brú agus imní a bhrath mar gheall ar an ngéarchéim aeráide atá ar tí titim amach, go háirithe i measc daoine óga a bhraitheann nach féidir leo aon ní a dhéanamh mar gheall air. Is tábhachtach an rud, tráth a mbítear páirteach in bhfeachtasaíocht agus moltaí a chur ar fáil, go gcuidíonn na hoideoirí leis na daltaí a bhraith go bhfuil cumhacht acu. Seo an chomhairle is fearr maidir le haire don mheabhair, don cholainn agus don spiorad an tráth a mbítear gníomhach sa ghluaiseacht.

Tóg Sos

Ó am go chéile, d'fhéadfadh coinneáil ar an eolas faoi chúrsaí aeráide a bheith iomarcach. Is féidir sos a thógáil go ceann tamaill ó na meáin chumarsáide agus díriú ar ghnéithe eile maidir le saol an duine féin.

Díriú ar an ní a bhfuil smacht agat air

Is ollmhór agus ríchasta mar cheist an t-athrú aeráide agus cur ina choinne. Níl de fhreagracht ar aon dalta amháin ná ar aon scoil amháin iomlán na hoibre a dhéanamh. Is aon bhealach amháin an clár #andshecycles inar féidir páirt a ghlacadh sa ghluaiseacht i gcoinne athrú aeráide agus cion tairbhe a dhéanamh i measc phobal na scoile. Tá spriocanna éagsúla ar féidir iad a thabhairt i gcrích agus a mbeidh toradh suntasach orthu!

Ceangal le leathanaigh ar a bhfoilsítear ábhar dóchais i leith na haeráide

Is maith an bealach ceangal le leathanaigh Instagram de leithéid @officialhappyeconews agus @the_happy_broadcast chun coinneáil ar an eolas faoi obair thairbheach atá á déanamh le cur in aghaidh athrú aeráide!

Naisc Spéisiúla

Físeán Oifigiúil #andshecycles
https://www.youtube.com/watch?v=- yVd4k6G8mE

Rothaíocht Éireann
https://www.cyclingireland.ie/get-involved/initiatives/women-in-sport/

Union Cycliste Internationale (UCI) - Rothaíocht na mBan
https://www.uci.org/article/women-in-cycling-worldwide-initiative-to-boost-equality-and-diversity-in-cycling/6W6Km3lWEg5OXA8ZjSTVGG

All Bodies On Bikes
https://www.allbodiesonbikes.com

Women Mobilize Women
https://womenmobilize.org

Get Women Cycling (GWC):
https://www.getwomencycling.com/

World Bicycle Relief
https://worldbicyclerelief.org/who-we-are/
https://worldbicyclerelief.org/how-women-cycled-their-way-to-freedom/

Sustrans
https://www.sustrans.org.uk/

AGUISÍNÍ

Aguisín 1. Teimpléad do Phlean Gnímh

Baintear úsáid le do thoil as an gcuspóir agus as na haidhmeanna seo a leanas agus gníomhartha an phlean á bpleanáil.

Cuspóir & Aidhmeanna

"beart a dhéanamh a thugann go mbíonn cailíní sna déaga ábalta rothaíocht a dhéanamh ar scoil agus é de chumhacht acu sin a dhéanamh"

1.Ceannródaithe agus eiseamláirí ag cailíní sna déaga maidir le rothaíocht ar scoil a thabhairt chun cinn

2.A thabhairt de chumhacht do chailíní sna déaga gur féidir leo dul i bhfeidhm ar oiriúnacht an fhorais lena mbaineann maidir le cúrsaí rothaíochta.

3.Deiseanna rothaíochta a chur ar fáil do chailíní sna déaga

Luaitear freagraí do na ceisteanna seo a leanas	Freagraí
Cad is ainm duit?	
Ainmnigh baill eile na meithle (ní fhreagraítear seo mura bhfuiltear páirteach i meitheal oibre. Beidh ar gach duine den mheitheal plean gnímh dá gcuid féin a chur faoi bhráid)	
Cé mhéad cailín a dhéanann rothaíocht chun na scoile go rialta faoi láthair?	

Plean Gnímh

Tugtar liosta sa tábla thíos de na gníomhartha ar fad atá beartaithe a dhéanamh, an dáta (go garbh) a mbeidh siad curtha i gcrích, líon na ndaoine ar mian leat dul i dteagmháil leo le gach gníomh agus na daoine a bheidh páirteach i ngach gníomh.

Cuntas ar an nGníomh	Dáta tosaithe	Dáta críochnaithe	Líon na ndaoine ar féidir dul i dteagmháil leo	An té atá freagrach

Aguisín 2. Teimpléad litreach

1. A chara,
2. Is mise...
3.Tá mé i mo chónaí i...
4.Seo é an cás:
a.Ba mhaith liom   mar go bhfuil imní orm faoi ...
b.Tharla drochrud a scanraigh mé nuair ...
5.Bheadh rudaí níos fearr agus an saol níos sábháilte dá ndéanfaí (an t-athrú a iarraim) mar gheall
6.Impím ort do dhícheall a dhéanamh (maidir le beart, lá, ionad faoi leith)
7.Ní gá aon fhreagra a chur ar mo litir / Bheinn buíoch díot ach do thuairim faoi seo a chur in iúl dom.
8.Go raibh maith agat as ucht aird a thabhairt ar an ábhar seo.
9.Le gach dea-mhéin
10.(Ainm)

Aguisín 3. Eisiúint ó na meáin chumarsáide

1.Abair cé atá ag caint e.g., daoine ó scoil X atá ar son #andshecycles 2.Sonraí comhfhreagrais daoine ar furasta breis eolais a fháil uathu nó agallamh a chur orthu
3.Ceannlíne gonta suntasach a dtabharfaí aird uirthi
4.An ní ab áil leat
5.Fíricí agus figiúirí: mionsonraí faoin ócáid, staitisticí tábhachtacha
6.Sliocht ó chaint a rinne duine faoi leith a ainmnítear
7. Spás bán ionas nach mbíonn an leathanach plúchta le hábhar
8. Grianghraf agus ceannteideal a ghabhann leis

Aguisín 4. Téigh i gcion

Tar éis suirbhé/grúpaí fócais/agallaimh a eagrú, roghnaigh ceann amháin de na constaicí is mó a luaitear a bhíonn roimh dhaoine dul i mbun rothaíochta.
1.Smaoinigh faoin ábhar eolais/lón comhairle/acmhainní a bheidh de dhíth chun an chonstaic sin a shárú.
2.Déantar taighde agus dréachtaítear sraith de theachtaireachtaí Instagram/TikTok a d'fhéadfaí a úsáid ar mhaithe leis an gconstaic a mhaolú. Is féidir do rogha rud a úsáid, físeán spreagúil, grianghraf spéisiúil, eolas praiticiúil. Is breá linn má chuirtear an lipéad #@andshecycles leis.
3.Smaoinigh faoin gcineál teachtaireachta/eolais ar mhaith leat a fheiceáil d'fhonn na constaicí a shárú.

Aguisín 5. Cruthaítear Iriseán

Is iondúil iriseán a chur ar fáil mar a bheadh leabhrán beag nó iris ann agus meascán ábhair a chnuasach le chéile ann, amhail:

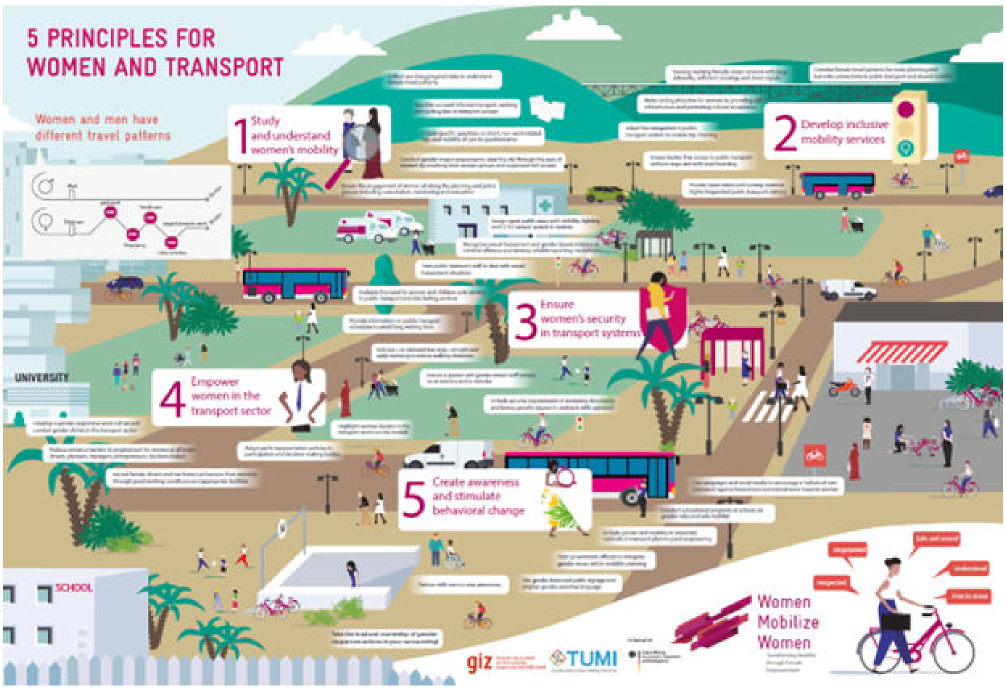
·Obair sceitseála nó líníochta nó léaráidíocht greannáin
·Ábhar foclaíochta in éineacht le híomhánna agus léaráidí
·Línte filíochta
·Gearrthóga as meáin chlóite, mar shampla, irisí agus nuachtáin
·Gearrscéalta nó píosaí scríbhneoireachta
·...níl aon deireadh leis an liosta

Níl de theorainn le hábhar iriseáin ach an srian a chuirtear leis an tsamhlaíocht.D'fhéadfaí achoimre ar thorthaí an tsuirbhé, na ngrúpaí fócais agus na n-agallamh a chur san iriseán agus cuntas a thabhairt ar an tairbhe a bhaineann le rothaíocht agus na constaicí a bhíonn ina bhac ar dhaoine maidir le rothaíocht a dhéanamh.

Aguisín 6. Cúig phrionsabal maidir le cumhacht na mban i mbun taistil

Cuirtear deacrachtaí éagsúla roimh mhná maidir le cúrsaí gluaisteachta, bíodh sé le cuimsiú, le sábháilteacht, le deiseanna nó le háit sa lucht saothair san earnáil iompair. Tá cúig cinn de phrionsabail a shonraítear faoin Tionscnamh maidir le hAthrú ar Ghluaisteacht Uirbeach (TUMI) maidir le cumhacht na mban i mbun taistil:

Staidéar agus tuiscint ar ghluaisteacht na mban
Seirbhísí uilechuimsitheacha gluaiseachta a fhorbairt
Sábháilteacht na mban a dheimhniú i gcórais iompair
Cumasú na mban in earnáil an iompair
Aird agus tuiscint a chothú agus athrú ar nósanna iompair a spreagadh



Aguisín 7. Mionsonraí faoi scéim na ndathanna agus treoir maidir le brandáil

#andshecycles Official Branding

Design, colours, fonts and delivery

The #andshecycles logo and identities have been developed to be classic with the intent that the campaign identity does not age to passing trends. The fine and un-stylised font style is neutral and non-gender specific in terms of perceived aesthetic. The monochrome palette is bold and impactful to appeal to a youth audience, with a modern accent of teal to communicate an en- vironmental connotation of cycling as a sustainable mode of travel. The hashtag symbol invites discussion around the campaign while the highlighted twin horizontal lines symbolises the issue that at present there are inequalities associated with gender balance in cycling.

The colours used in the #andshecycles brand family are coordinated with pantone colours and should be for both print and digital media.

When refering to the #andshecycles campaign on online or in written format, always include the # symbol, keep each letter in lower case with no gaps or spaces and avoid changing or adapting the hashtag in any way. The hastag has a consistent presence on social media since 2019, and when used online the hashtag serves encourage public dialogue, raise awareness on the issue of gender and cycling, and enables Green-Schools to monitor public attitudes and engagement with the campaign.

1.0 // Design

#andshecycles Communications Toolkit

2.1 // Colours
There are three colours in the black based logo; black, white and teal. To ensure the logo is processed clearly ensure the black base is solid black (R0 G0 B0 / C0 M0 Y0 K100).

PANTONE® 2400 C

B150 C77 M5 Y52 K0

White

R255 G255 B255 C0 M0 Y0 K0

Black

R0 G0 B0
C0 M0 Y0 K100

1.2 // Fonts
Only use the recommended font as the primary font when producing brand material as this allows the campaign to have consistency iden- tity throughout all publications.

UltimaPDac-UltraLight is a basic sans serif font, by Alan Prescottand is available for free download and free use

#andshecycles Communications Toolkit

#andshecycles Logos

Each of the three official logos are available in .eps, .jpeg and .png formats at https://greenschoolsireland.org/andshecycles-communication-toolkit/

Dos and don'ts

Following these simple rules prevents our logos from losing legibility but also ensures consistency and campaign integrity, wherever they are being used.

- Do use the logo in correct proportions and colours at a size that allows all text to be clearly legible.
- Do not change or manipulate the logo in any way or add additional identities such as a company or sponsor.
- Do not change, swap or invert the col- ours of the logo in any way.
- Do not stretch the logo horizontally or vertically. Always scale the size in proportion.
- Do not use the logo at a size that means the text becomes illegible.
- Do not use the transparent logo on very dark backgrounds. The black or white based logo should be used on such coloured backgrounds so that the #andshecycles graph- ic is legible
- Do not crop or fit the logo into a small space that does not adhere to the exclusion zone. Provide printers with a bleed zone suit- able for the print format size and adjust the background accordingly.

2.1 // andshecycles logo_3colour.eps

2.2 // andshecycles logo_3colour.eps

2.3 // andshecycles logo_2colour_transparent.

2.4 // andshecycles_tilehastag_3colour.png

2.5 // andshecycles_IGTV_hastag_3colour.png

2.1 // andshecycles logo_3colour.eps
Three colour official logo with black base for use in most print circumstances. Use RGB for web use. Also available in Twitter, Facebook, and HDV1080 specifications.

2.2 // andshecycles logo_2colour_white.eps
Two colour logo with white base for use in some print circumstances, such as headers/footers.

2.3 // andshecycles logo_2colour_transparent.eps
Two colour logo with transparent base for use in some print circumstances, such as posters, slides, reports or for use on dark backgrounds and images

2.4 // andshecycles_tilehastag_3colour.png
Three colour official icon with black base for use in some print and online circumstances, such as instagram. Also available in .jpeg

2.5 // andshecycles_IGTV_hastag_3colour.png
Three colour official icon with black base for use as IGTV cove

Aguisín 8. Treoir maidir le grúpaí fócais

Réamhrá

Is modh oibre é an grúpa fócais trína mbailítear sonraí trí phlé agus idirbheartaíocht a chur ar siúl i measc grúpa daoine. Ní nach ionann le hagallamh, ina mbeadh duine le duine, bíonn grúpa rannpháirtithe i gceist le grúpa fócais le duine nó beirt mhodhnóiría leagann amach an t-ábhar atá le plé agus a spreagann an grúpa chun cainte agus iad ag plé an ábhair lena chéile.

Is rímhaith an modh oibre é an grúpa fócais nuair atá ábhar le plé a d'fhéadfadh a bheith anróiteach agus nuair a bhítear ag iarraidh tuiscint a fháil ar smaointeoireacht agus ar thuairimíocht na ndaoine agus ar an mbunús a bhíonn acu lena gcuid smaointe agus a gcuid tuairimí. Ó tharla go bhféadfadh tuairimí láidre a bheith i gceist faoin ábhar atá i gceist againne, oibríonn an grúpa fócais go rímhaith ina leith. Ní hamháin go ligeann sin do sheasamh daoine le chéile agus iad ag cur tuairimí in iúl faoi ábhar a bhféadfadh conspóid a bheith ag baint leis, is féidir leis na rannpháirtithe freisin leideanna a fháil óna chéile agus cur leis an méid a bhí i gcuimhne duine amháin sa ghrúpa más ligthe i ndearmad atá an aguisín ag an gcéad duine a labhair nó más leisce labhairt amach atá i gceist.

Ní hé go mbeadh bealach 'ceart' ná 'mícheart' ann chun grúpa fócais a rith, ach tá bealaí ann níos fearr ná a chéile agus sinn ag féachaint le freastal do bhailiúchán sonraí atá fiúntach fóinteach, inspéise ag na rannpháirtithe agus ag baint le hábhar an taighde.

Grúpaí Fócais a Eagrú

1.Rannpháirtíocht Dheonach: ar an gcéad dul síos, cuirtear ábhar an tionscadail in iúl don Phríomhoide. Ar chead a fháil, tosaítear, i gcomhairle leis an gComhordaitheoir Scoileanna Glasa, ar dhaltaí a earcú a ghlacfaidh páirt sa ghrúpa fócais.

2. Rannpháirtithe/Meascán an Ghrúpa: Is fearr iléagsúlacht i ngrúpa fócais ionas go ndéantar plé cuimsitheach ar an difríocht ó thaobh insnce maidir le rothaíocht agus go dtagtar ar thuiscint air. Moltar meascán cailíní, daoine a dhéanann rothaíocht agus daoine nach ndéanann. B’fhéidir gur fearr na cailíní in aon ghrúpa fócais a bheith i bhfoisceacht trí bliana acadúil dá chéile (e.g. ón tríú bliain go dtí an séú bliain) ná bearna leathan aoise a bheith i gceist (e.g. ón gcéad bhliain go dtí an séú bliain) rud a d’fhágfadh cailíní ón gcéad bhliain an-chiúin. Ar an láimh eile, d’fhéadfadh buntáiste a bheith leis sin dá dtarlódh plé idir blianta éagsúla ina ngrúpaí mar gheall nach móide an dearcadh céanna ná an taithí chéanna acu. Is féidir nithe éagsúla a thriail go bhfeictear cé na

cineálacha is mó a mbíonn toradh orthu maidir le do chuid grúpaí fócais. Féachtar le héagsúlacht a bheith i gceist maidir le cleachtadh ar an rothaíocht agus le réimse trí bliana ó thaobh aoise más féidir sin. Ó thaobh líon na ndaoine, idir seisear agus ochtar is fearr a oibríonn. Más lú ná sin líon na ndaoine, ní móide go dtarlódh dóthain idirchaidrimh; más mó ná ochtar sa ghrúpa, d’fhéadfadh go mb’amhlaidh an cás maidir le hidirchaidreamh freisin nó d’fhéadfadh go mbeadh sé deacair an seisiún a riar agus an iomarca daoine ag féachaint le labhairt. Má bhíonn dáréag nó níos mó i gceist, is fearr grúpaí éagsúla a chruthú ag tráthanna éagsúla (nó modhnóirí faoi leith a chur ina mbun).

3. Modhnóirí: is fearr beirt ná aon mhodhnóir amháin. Is féidir le modhnóirí oibriú in éineacht, ceisteanna á gcur acu ar a seal nó duine ag breacadh nótaí an tráth a bhfuil an dara modhnóir ag díriú ar an ngrúpa agus ar an bplé a riar. Is dócha go mbeidh an cumas modhnóireachta níos tábhachtaí ná inscne an mhodhnóra.

4.Timpeallacht: roghnaítear ionad atá ciúin, príobháideach, compordach gan mórán póstaer ná saothair ealaíne a d’fhéadfadh dul i bhfeidhm ar an bplé. D’oirfeadh seomra ranga folamh nó seomra cruinnithe. Tá suí i gciorcal nó thart ar bhord go breá. Mar a chéile le ceardlann, ba cheart go suífeadh an modhnóir in éineacht leis an ngrúpa ionas go mbítear ar chomhchéim agus go mbraitheann na rannpháirtithe nach bhfuil aon róthionchar á imirt ná bainistíocht á oibriú ar an ngrúpa agus, dá bhrí sin, go n-airíonn siad go bhfuil saoirse acu labhairt agus gnéithe den phlé a stiúradh iad féin. Má tá trealamh teilgeoireachta ar fáil, is féidir físeán #andshecycles a thaispeáint, má shíltear go mbeadh tairbhe as sin, tar éis faisnéis faoin ngrúpa fócais a chur i láthair (féach thíos: ‘Modhnóireacht ar Ghrúpaí Fócais’).

2.Taifeadadh fuaime & Tuairisc Scríofa: déantar taifeadadh fuaime ar an ngrúpa fócais le fón (nó gaireas taifeadta eile) a leagtar i lár báire ionas gur féidir na glórtha ar fad a chloisteáil go soiléir. Déan tástáil i bhfad roimh ré air sin ionas go bhfuil tú cinnte go bhfuil sé ag obair sula dtagann an grúpa le chéile (tástáil san áit a mbeidh an grúpa más féidir) agus cinntigh go bhfuil cumhacht sa chadhnra (nó socraigh go mbíonn ceangal leis an gcóras leictreachais nó cadhnra le spáráil agat). Chomh maith leis sin, bíodh leabhar nótaí leis na modhnóirí ina ndéanann duine acu nótaí a bhreacadh i rith an tseisiúin a mbeidh leas astu arís maidir le pleanáil ar ghníomhaíochtaí na scoile nó tagairt d'aon ní is gá.

Modhnóireacht ar Ghrúpaí Fócais

Seo na bearta praiticiúla a bhaineann le modhnóireacht a dhéanamh ar ghrúpa fócais.Taobh amuigh de chéim na Réamhthuairisce agus de chéim na Faisnéise, is treoir sholúbtha seo seachas rialacha. Mar a luaitear thuas, ní mar is ceart ná a mhalairt a dhéantar grúpa fócais a rith ach tá bealaí ann is fearr ná a chéile agus bíonn de chuspóir i gcónaí sonraí fiúntacha a thiomsú a bhaineann le hábhar atá spéisiúil don lucht rannpháirtíochta:

1.Réamhthuairisc (lena n-áirítear Urrús Daingean & Cur in Aithne): tá bunghá le heolas a chur i láthair ag tús an tseisiúin d'fhonn atmaisféar compordach tacúil a chruthú agus a chinntiú go dtuigeann na rannpháirtithe an chúis atá leis an ngrúpa fócais agus leis an taighde atá ar bun.

i. Mínítear an chuspóir atá leis an taighde agus an úsáid a bhainfear as a thoradh.
ii.Leagtar béim ar an ngrúpa féin, gurb iadsan atá tábhachtach seachas an modhnóir agus mínítear freisin an ról atá leat mar mhodhnóir (i.e. an chaint agus an plé ar nithe a bhaineann le cleachtadh na gcailíní ar an rot haíocht agus a ndearcadh agus a dtuairimí ina leith a spreagadh agus a threorú go réidh) agus an ról atá leo féin (labhairt ar a dtaithí féin ar an rothaíocht, ar a ndearcadh agus a dtuairimí ina leith agus plé nó b'fhéidir fiú amháin díospóireacht a dhéanamh ar a gcuirtear i láthair).
iii.Cuir tú féin in aithne agus inis beagán fút féin agus tabhair cuireadh do lucht an ghrúpa, ag dul thart i gciorcal, déanamh amhlaidh (i.e. a n-ainm a thabhairt agus rud amháin fúthu féin a insint - déantar seo chun dlús a chothú idir daoine agus ar mhaithe leis an trascríbhinn N.B.: ní féidir trascríobh a dhéanamh mura mbíonn le rannpháirtithe le haithint ar an taifeadadh fuaime).

1.Ábhar Spreagtha: tar éis an t-ábhar réamhthuairisce a chur i láthair, is féidir físeán #andshecycles a úsáid chun tús a chur le caint nó mar ábhar a chuirfidh an grúpa fócais i mbun plé. Is fiú smaoineamh air sin a thaispeáint má tá deis teilgeoireachta ar fáil mar bhunábhar tosaigh a spreagfaidh smaointe.

2.Ceisteanna Oscailte: tosaítear le ceisteanna ginearálta oscailte a chuirfidh na rannpháirtithe ar a gcompord agus i mbun smaointeoireachta sula dtugtar faoi réimsí a bhaineann go sonrach leis an téama. Baineann solúbthacht leis seo mar straitéis ag brath ar chompord an ghrúpa leis an gcúram ón tús agus an t-ábhar ar mian leosan plé a dhéanamh air; bítear sásta ligean leis an ngrúpa más ábhar atá á phlé a bhaineann leis an téama. Seachnaítear ceisteanna de leithéid 'cén fáth', 'cad ina thaobh', 'cad chuige' – is minic gur rótheibí an freagra a fhaightear ar a leithéid sin de cheist agus go dtéann na rudaí beaga a bhaineann le gnáthscéalta na gcailíní amú dá bharr.

3.Ceisteanna faoin Téama: is féidir roinnt acu seo nó gach ceist acu a chur i rith sheisiún an ghrúpa fócais tar éis caint agus plé ar na ceisteanna ginearálta ar dtús. Is é is dócha go dtarlóidh réimsí go leor a theacht chun cinn go nádúrtha ó fhreagraí ar na ceisteanna oscailte agus ní móide gur gá ceisteanna fúthu sin a chur, nó b'fhéidir gur fiú iad a chur má shíltear go gcuirfeadh sin fuinneamh le plé an ghrúpa.

4.Athcheisteanna: rangaítear athcheisteanna ina dtrí chineál: 'fiosrú' (ceist a chuirtear d'fhonn freagra níos doimhne nó níos mine a fháil seachas mar a tugadh ar an mbuncheist), 'soiléiriú' (ceist a chuirtear d'fhonn soiléiriú ar an mbrí a cheaptar leis an rud atá á rá nó ar an tuiscint atá ar ghné de), agus 'leideanna' (d'fhonn tuilleadh cainte agus plé a spreagadh idir na rannpháirtithe). Is é is dócha nach mbeidh gá le níos mó ná ceist nó dhó de na ceisteanna oscailte agus gur féidir ceisteanna de na cineálacha seo a úsáid as sin amach chun stiúir réidh a chur ar an bplé a thagann chun cinn.

6.Plé/Idirchaidreamh an Ghrúpa a Stiúradh: sa chás go gcoinníonn cainteoir amháin daoine eile ó labhairt nó go dtéann plé ar seachrán, is féidir leideanna neamhbhriathartha a a thapú ar dtús, mar shampla aird a dhíriú ar dhuine atá ag cloí leis an ábhar nó comhartha a thabhairt le croitheadh do chinn, agus is féidir, mura n-oibríonn sin, dul i muinín na cainte ina dhiaidh sin agus cuspóir an tseisiúin a mheabhrú don ghrúpa go stuama.

7.Faisnéis: tar éis deireadh a chur leis an seisiún, ar dóthain plé a bheith déanta ag an ngrúpa fócais (nó, an ní is dóiche, gan breis ama ar fáil), tugtar deis don ghrúpa ceist ar bith a chur nó ábhar buartha a lua agus tugtar deis dóibh (más dóigh leat gur gá) a iarraidh go bhfágfaí gnéithe dá gcuid cainte ar lár sa trascríbhinn.

8.Nótaí a bhreacadh: déan an modhnóir nó an comh-mhodhnóir nótaí a bhreacadh faoi réimsí d'ábhar an chomhrá a bhfuil tábhacht faoi leith leo, sleachta as caint na rannpháirtithe, tuairisc ar an gcaidreamh idir lucht an ghrúpa más dóigh gur fiú sin, nó mar ábhar meabhrúcháin faoi nithe ar fiú labhairt le rannpháirtí fúthu tráth is faide anonn ionas nach gá cur isteach orthu i rith an tseisiúin. Is féidir breis nótaí/tuairiscí a bhreacadh nuair a bhíonn seisiún an ghrúpa fócais thart.

9. Taifeadadh: féach thuas (Grúpaí Fócais a Eagrú).

Ceisteanna ar Ghrúpaí Fócais

Ceisteanna Oscailte:

·Tar éis duit físeán an fheachtais #andshecycles a fheiceáil, inis faoi do thaithí féin ar rothaíocht a dhéanamh (chun na scoile)
·An bhfuil aon ghné den fhíseán a ndéarfá go mbaineann sé leatsa freisin? An bhfuil gnéithe faoi leith a n-aontaíonn/n-easaontaíonn tú leo"?
·Cad a bhíonn ar d'intinn agat agus tú i mbun rothaíochta?
·Cé na deacrachtaí a chuirtear romhat agus tú ag rothaíocht?
·An bhfuil aon ní faoi leith a chuireann bac ort maidir le rothaíocht a dhéanamh (chun na scoile)?
· An bhfuil aon ní faoi leith a chuireann ar do chumas rothaíocht a dhéanamh chun na scoile nó a spreagann thú chun sin a dhéanamh?
·Cén uair dheireanach a rinne tú rothaíocht agus cad a tharla?
·Cén dearcadh atá agat i leith na rothaíochta? Cén dearcadh atá agat i leith na rothaíochta mar mhodh taistil? (e.g. faiseanta/tarraingteach/spraoi etc.)

Ceisteanna faoi leith:

·Faiseanta/neamhfhaiseanta: An bhfuil rothaíocht faiseanta i do thuairim féin?
·Míchlú: An dóigh leat go dtiocfadh aon mhíchlú a bheadh ar an rothaíocht ortsa freisin dá ndéanfá rothaíocht?
·Ciapadh/scanrú:An dtarlaíonn riamh agus tú i mbun rothaíochta daoine do do chiapadh nó do do scanrú nó ag tabhairt aird ort seachas mar ba mhian leat?
·Éadach/trealamh:An dóigh leat go mbeadh éide/trealamh sábháilteachta le háireamh ar na cúiseanna a bheadh agat le rothaíocht a dhéanamh nó a sheachaint?
·Gnéithe Infreastruchtúir: Cén tuairim atá agat maidir leis an infreastruchtúr i ndáil le rothaíocht?

Athcheistniú - samplaí

Fiosrú:

·Tá sin spéisiúil, ar mhiste leat beagán eile a insint faoi...?
·Ar mhiste leat cur síos níos mine a thabhairt ar a bhfuil i gceist agat le…?
·Ar mhiste leat cur síos de do chuid féin a thabhairt dúinn air sin?

Soiléiriú:
·Luaigh tú x…, ar mhiste leat soiléiriú a thabhairt ar a bhfuil i gceist agat le x?
·An bhfuilimse do do thuiscint i gceart, gurb é atá tú a rá x?

Leideanna:
·Bain leas as ciúnas – tugtar seans do na rannpháirtithe smaoineamh a dhéanamh agus cuirtear leis an mbrú labhairt amach
·Úsáidtear croitheadh den chloigeann chun plé breise a spreagadh
·Thuig mé ó do chuid geáitsíochta gur aontaigh tú le x nuair a dúirt sí x, an bhfuil tú ar aon intinn faoi sin?

Mionfhaisnéis tar éis an tseisiúin:
·Ábhar buartha/Ceisteanna ó rannpháirtí, aon chuid den phlé le glanadh as an tuairisc scríofa?

Cúrsaí eitice:
·Má bhíonn duine de na rannpháirtithe trí chéile, is féidir fiafraí:
·An bhfuil tú sásta labhairt faoin ábhar seo?
·An airíonn tú ceart go leor?
·An mian leat leanúint ar aghaidh, nó an fearr leat sos ón bplé, nó an mian leat an grúpa fócais a fhágáil?

Naisc Úsáideacha

Láithreán Gréasáin chlár na Scoileanna Glasa: www.greenschoolsireland.org

Foireann Chlár na Scoileanna Glasa: www.greenschoolsireland.org/about/our-people/

FOIREANN #ANDSHECYCLES

Allison Phillips
Green-Schools Cycling Development Officer / Team Leader: Dublin
087-7043952
aphillips@eeu.antaisce.org

Orla Patton
Green-Schools Travel Officer
087-9251187
opatton@eeu.antaisce.org

Sheila McCormack-Cooney
Green-Schools Senior Communications Officer
smccormackcooney@eeu.antaisce.org

Jennifer Muscheidt
Secondary Schools Officer
087-6057837
jmuscheidt@eeu.antaisce.org

Sarah Hegarty
Green-Schools Travel Officer
087 2327383
shegarty@eeu.antaisce.org

Ciara Norton
Manager, Green-Schools Travel
087-0533587
cnorton@eeu.antaisce.org

AN LUCHT URRAÍOCHTA

NTA
Údarás Náisiúnta Iompair
National Transport Authority

An Roinn Iompair
Department of Transport