

# PLANETA KOBIETA, CZYLI LANKIJKI SAME O SOBIE

SCENARIUSZE WARSZTATÓW  
Z EDUKACJI GLOBALNEJ  
DO PRACY Z PLANSZAMI  
EDUKACYJNYMI  
I FILMEM





## SCENARIUSZE WARSZTATÓW Z EDUKACJI GLOBALNEJ DO PRACY Z PLANSZAMI EDUKACYJNYMI I FILMEM W RAMACH PROJEKTU “PLANETA KOBIETA, CZYLI LANKIJKI SAME O SOBIE”



### “TEŻ JESTEŚ PLANETĄ W TYM KOSMOSIE. CZEGO WAŻNEGO O ŻYCIU MOŻEMY SIĘ NAUCZYĆ OD KOBIET ZE SRI LANKI?”

Scenariusz do pracy ze studentami i studentkami



### “MARZENIA, PRAGNIENIA I PASJE NA SRI LANCE I W POLSCE”

Scenariusz do pracy z młodzieżą szkolną



### “W GLOBALNYM KRĘGU Z LANKIJKAMI – O MACIERZYŃSTWIE, KULTURZE I CODZIENNOŚCI”

Scenariusz do pracy z paniami z Klubów Mam



### “ZWIERCIADŁA KOBIECOŚCI”

Scenariusz do pracy z seniorkami  
z Uniwersytetów Trzeciego Wieku

#### Autorzy i autorki:

Greta Drożdziel-Papuga, Michał Tragarz, Edyta Bonk,  
Adam Markuszewski

#### Redakcja:

Hanna Zielińska

#### Skład:

Zuza Naruszewicz



Projekt współfinansowany w ramach programu polskiej współpracy rozwojowej Ministerstwa Spraw Zagranicznych RP w 2014 r.

Publikacja wyraża wyłącznie poglądy autora i nie może być utożsamiana z oficjalnym stanowiskiem Ministerstwa Spraw Zagranicznych RP.

Scenariusze są dostępne na licencji Creative Commons uznanie autorstwa 3.0 Polska. Pewne prawa zastrzeżone na rzecz Fundacji Synergia. Utwór powstał w ramach programu polskiej współpracy rozwojowej, realizowanej za pośrednictwem MSZ RP w roku 2014. Zezwala się na dowolne wykorzystanie utworu, pod warunkiem zachowania ww. informacji, w tym informacji o stosowanej licencji, o posiadaczach praw oraz o programie polskiej współpracy rozwojowej.

A woman with dark, curly hair, smiling, wearing a white saree with a floral pattern and a red and gold border. She is standing in front of a window with blue curtains. The background is a wall with a green landscape painting. The text is overlaid on the left side of the image.

**TEŻ JESTEŚ  
PLANETĄ W TYM  
KOSMOSIE.**

**CZEGO WAŻNEGO O ŻYCIU MOŻEMY  
SIĘ NAUCZYĆ OD KOBIET ZE SRI LANKI?**

**WARSZTAT Z ZAKRESU EDUKACJI GLOBALNEJ  
DLA STUDENTÓW I STUDENTEK**

# TEŻ JESTEŚ PLANETĄ W TYM KOSMOSIE.

## CZEGO WAŻNEGO O ŻYCIU MOŻEMY SIĘ NAUCZYĆ OD KOBIET ZE SRI LANKI?

### WARSZTAT Z ZAKRESU EDUKACJI GLOBALNEJ DLA STUDENTÓW I STUDENTEK

#### CELE WARSZTATU

- Poznanie historii kobiet mieszkających na Sri Lance.
- Zauważenie powiązań i różnic między różnymi częściami świata.
- Rozwój wewnętrzny.
- Zrozumienie, czym się kierujemy w życiu i co na nas wpływa.
- Rozwój umiejętności mówienia o tym, co dla nas ważne i o tym, kim jesteśmy.

#### CZAS: 3 H

#### PRZEBIEG ZAJĘĆ

##### WPROWADZENIE DO SPOTKANIA (15 MIN)

Jako osoba prowadząca witasz osoby uczestniczące w spotkaniu, przedstawiasz się, mówisz o celach spotkania, jego przebiegu i opowiadasz o projekcie.

Pierwsza część spotkania będzie opierała się na poznaniu historii kobiet mieszkających na Sri Lance, a druga na przyjrzeniu się, co mamy z nimi wspólnego i odkrywaniu tego, co mamy wyjątkowego w sobie. Między częściami będzie 10-minutowa przerwa. Całe spotkanie potrwa 3 godziny.

##### Runda początkowa:

Prosisz, by osoby uczestniczące przedstawiły się krótko i powiedziały, dlaczego zdecydowały się wziąć udział w warsztacie.

Możesz zaproponować przeprowadzenie ćwiczenia podnoszącego poziom energii grupy.

#### METODY

storytelling, dociekania filozoficzne, omawianie filmu, tworzenie listu - przesłania

#### MATERIAŁY

zestaw plansz edukacyjnych, rzutnik, laptop, głośniki, szybki Internet lub pendrive z filmem [Planeta Kobieta czyli Lankijki same o sobie](#), kartki, długopisy, flipcharty, markery, flipcharty z konturem człowieka, karteczki post-it, kartki z pytaniami pomocniczymi, kartki w formacie pocztówki (ewentualnie ćwiartki kartki A4) lub stare pocztówki, taśma trenerska żółta

##### POZNAWANIE HISTORII KOBIET ZE SRI LANKI

##### - ĆWICZENIE Z PLANSZAMI (50 MIN)

Rozłóż 14 plansz na stołach lub na podłodze. Przedstaw grupie polecenie: „Wybierzcie tę planszę, która was przyciąga albo ma jakiś element, który was zaciekał. Będziecie potem mieli/miały czas na zapoznanie się z planszami i tekstami. Następnie krótko opowiecie innym historię osoby, która jest bohaterką planszy. Poszukajcie tego, co was ciekawi, co zaskakuje. Opowieść można uzupełnić materiałem pomocniczym, który znajduje się na każdej planszy. Na wybór plansz i zapoznanie się z nimi macie 10 minut”.

**Uwaga:** Jeśli w spotkaniu uczestniczy więcej niż 14 osób, albo kilka osób wybrało tę samą planszę, to więcej osób może korzystać z jednej planszy.

Osoby chętne wypowiadają się przez maksymalnie 4 minuty i pisują krótko historię kobiety z planszy:

- Kim jest?
- Jakie były najważniejsze momenty w jej życiu?
- Co wpływało na jej życie?
- Co ciekawego znalazły w tej historii?
- Co ich zaskoczyło?



Zaproś ok. 7 chętnych osób do prezentacji i pilnuj czasu.

Poproś osoby uczestniczące o dobranie się w pary. W parach mają zastanowić się, porozmawiać i zapisać na kartce odpowiedź na pytanie: jak to, co usłyszeliście/usłyszaliście albo przeczytaliście/przeczytałyście może wzbogacić wasze życie? Czas na pracę – 5 minut. Po tym czasie osoby z poszczególnych par będą odczytywały swoje odpowiedzi na forum.

Podziękuj uczestnikom i uczestniczkom za podzielenie się pomysłami, wskaż, jakie były powtarzające się elementy i trendy. Zapowiedz, że po przerwie odbędzie się projekcja filmu i dalsze poszukiwanie tego, co wspólne i różne. Po czym zaproś na 10-minutową przerwę. Kartki zebrane od osób w grupie możesz powiesić na ścianie.

Przerwa (10 min)

### PROJEKCJA FILMU (20 MIN)

Wyświetl film *Planeta Kobieta czyli Lankijki same o sobie*. Link do filmu: [bit.ly/planeta\\_kobieta](http://bit.ly/planeta_kobieta)

### OMÓWIENIE FILMU (15 MIN)

Zapytaj o pierwsze refleksje po obejrzeniu filmu.

- Czy było coś, co szczególnie zapadło osobom w pamięć?
- Co było zaskakujące lub skłoniło je do refleksji?
- Jaki wątek był dla nich najważniejszy?
- Czy osoby uczestniczące zwróciły uwagę na wypowiedź – przesłanie jednej z dziewczyn, skierowaną do młodych osób? Czego ona dotyczyła?
- Czy odnalazły w filmie bohaterki z plansz?

### POSZUKIWANIE ODPOWIEDZI NA WAŻNE PYTANIA (40 MIN)

Powiedz osobom uczestniczącym, że teraz będą skupiać się na pracy nad ważnymi pytaniami postawionymi w filmie. Jeden stolik będzie zajmował się odpowiedzią na pytanie „Kim jestem?”, a drugi, równoległy – pytaniem „Co jest dla ciebie najważniejsze w życiu?”. Osoby,

które chcą zgłębiać dany temat siadają przy odpowiednim stoliku. Wspólnie wybierają osobę, która będzie robiła notatki z dyskusji. Czas pracy w grupach to 20 minut. Następnie będzie moment dzielenia się odkryciami na forum (przeznacz na to 10 minut).

### Grupa I

Uczestnicy i uczestniczki rozmawiają, jak definiują siebie i od czego zależą różnice w definiowaniu, kim się jest. Zapisują na kartce odpowiedzi na pytanie: „Kim jestem?”. Czy te definicje pokrywają się z definicjami w filmie? Jakie padały tam określenia? Jeśli są inne, to na czym polegają różnice? Czy kontekst kulturowy ma tutaj znaczenie w definiowaniu siebie, a może jeszcze coś innego?

Wnioski z rozmowy osoba robiąca notatki zapisuje na kartce.

### Grupa II

Położ na stoliku kartki (mogą być post-ity), na których osoby uczestniczące mają za zadanie wypisać 3 przykłady tego, co jest dla nich najważniejsze w życiu. Następnie niech krótko omówią swój wybór. Grupa odpowiada też na pytanie, czy podobne rzeczy wymieniały kobiety ze Sri Lanki? Jeśli nie, to na czym polegają różnice, z czego wynikają? Wnioski z rozmowy osoba robiąca notatki zapisuje na kartce.

Powieś na tablicy flipchart z narysowanym konturem człowieka.

Po 20 minutach pracy obu grup następuje moment dzielenia się odkryciami – prezentacje na forum.

Rób notatki na post-itach (lub bezpośrednio na flipcharcie) i naklejaj je wewnątrz figury człowieka – tam znajdą się elementy wspólne z kobietami ze Sri Lanki. Na zewnątrz przyklejaj te karteczki, które wskazują na różnice.

Omówienie tego ćwiczenia zależy od udzielonych przez osoby uczestniczące odpowiedzi i od wniosków z dyskusji. Przeczytaj to, co udało się zebrać obu grupom. Zwracaj uwagę na to, których elementów jest więcej. Ewentualnie uzupełniaj. Powiedz, że to, co wspólne ułatwia wczuwanie się w sytuację kobiet z innego kontynentu, lepsze zrozumienie. Ułatwia też bezpośrednią komunikację (czasem nawet bez znajomości języka), skoro są to kwestie uniwersalne. Po

krótkiej rozmowie zaprosz do dalszych poszukiwań odpowiedzi na to pytanie, zachęcając do napisania pocztówki na Sri Lankę.

### **POCZTÓWKA NA SRI LANKE (20 MIN)**

Rozdaj osobom uczestniczącym kartki w formie pocztówki lub stare pocztówki z naklejoną na nie czystą kartką i przedstaw polecenie: „Napiszcie na kartkach, co chcielibyście/chciałybyście powiedzieć konkretnej bohaterce filmu. Możecie też napisać, jakie jest wasze przesłanie dla świata, dla innych ludzi? Koordynatorka projektu przekaże informacje adresatkom wiadomości, jeśli dostanie od was taką informację (kontakt do koordynatorki jest na blogu projektu). Na napisanie pocztówek macie 10 minut, a później będziemy wasze przesłania czytać na forum (5 minut dla całej grupy). Dzięki temu dowiecie się sami/same dla siebie, ale też przekażecie innym, jaką wiadomość niesiecie w świat”.

Na koniec zapytaj, czy w czasie tego ćwiczenia zdarzyło się dla uczestników i uczestniczek coś ważnego?

Podziękuj za podzielenie się refleksjami.

### **ZAKOŃCZENIE (10 MIN)**

Rundka z pytaniem – co ciekawego, ważnego dla siebie wynoszą ze spotkania?



**MARZENIA,  
PRAGNIENIA I PASJE  
NA SRI LANCE  
I W POLSCE**

**WARSZTAT Z ZAKRESU EDUKACJI GLOBALNEJ  
DLA MŁODZIEŻY SZKOLNEJ**

# MARZENIA, PRAGNIENIA I PASJE NA SRI LANCE I W POLSCE

## WARSZTAT Z ZAKRESU EDUKACJI GLOBALNEJ DLA MŁODZIEŻY SZKOLNEJ

### CELE

- Poznanie osobistych historii kilku młodych kobiet ze Sri Lanki.
- Zyskanie wiedzy o wyzwaniach i trudnościach, przed jakimi stoją lankijskie kobiety oraz o ich sposobach radzenia sobie z nimi.
- Dostrzeżenie cech wspólnych sytuacji młodych kobiet na Sri Lance oraz młodzieży w Polsce.
- Zrozumienie, jak sposób pokazywania sytuacji w krajach Globalnego Południa wpływa na postrzeganie w Polsce tych krajów i ludzi tam żyjących.
- Poznanie podstawowych zasad Kodeksu obrazów i przedstawień – jak we właściwy sposób pokazywać sytuację ludzi z innych krajów i kultur.

### CZAS: 3 H

(bez przerw; poszczególne elementy warsztatu mogą być realizowane osobno)

## PRZEBIEG ZAJĘĆ

### PRZEDSTAWIENIE OSOBOM

### UCZESTNICZĄCYM PRZEBIEGU SPOTKANIA

### (5 MIN)

### CO WIEMY O AZJI I SRI LANCE? (10 MIN)

Zapytaj osoby uczestniczące, czy wiedzą, gdzie leży Sri Lanka? Wskaż im położenie Sri Lanki na mapie konturowej Azji lub na mapie w komputerze.

Czy znają jakieś fakty związane z tym krajem? Jakie mają skojarzenia, gdy słyszą nazwę Sri Lanka lub Cejlon (angielska nazwa wyspy)? Czy poznały jakieś osoby pochodzące z tego kraju? Jakie są ich skojarzenia z kontynentem, na którym znajduje się Sri Lanka – Azją?

### METODY

dyskusja na forum, indywidualna refleksja, rozmowa w parach, tworzenie plakatu

### MATERIAŁY

komputer, rzutnik i wcześniej zgrany film [Planeta Kobieta: Lankijki same o sobie](#), mapa Azji, duże arkusze papieru – wysokości i szerokości człowieka (sklejone arkusze z flipcharta lub szarego papieru pakowego) – tyle, ile osób uczestniczących lub w przypadku większej grupy – jeden na kilka osób uczestniczących, markery (po 2–3 różnych kolorów na osobę lub parę), wydrukowane na kolorowo (lub wypożyczone od Fundacji Synergia: [srilankakobiecymglosem.blogspot.com/p/kontakt-z-nami-contact-us.html](http://srilankakobiecymglosem.blogspot.com/p/kontakt-z-nami-contact-us.html)) plansze z historiami lankijskich kobiet (min. jedna plansza na osobę lub parę), wydrukowany dla każdej osoby/pary lub spisany na flipcharcie załącznik z Kodeksem obrazów, inne materiały plastyczne – kredki, farby, kolorowe gazety, kleje (jeśli mają powstać atrakcyjne wizualnie plakaty do późniejszego prezentowania)

Skąd wynikają takie skojarzenia lub brak wiedzy o kraju/kontynencie? Jakie są podstawowe źródła tych skojarzeń?



## PROJEKCJA FILMU Z OMÓWIENIEM (30 MIN)

Obejrzyj z grupą film z wypowiedziami kobiet ze Sri Lanki.

Po projekcji zadaj następujące pytania:

- Co było ciekawego, zaskakującego w tym filmie, w wypowiedziach bohatererek?
- Czy skojarzenia ze Sri Lanką i ludźmi ją zamieszkującymi, o których mówiliście/mówiłyście na początku są zgodne z tym, co zobaczyliście/zobaczyłyście?
- Co zmieniło się w waszym myśleniu o ludziach ze Sri Lanki po obejrzeniu filmu?

**Podsumuj:** bardzo często nasza wiedza o innych miejscach i kulturach opiera się na bardzo ogólnych stwierdzeniach, stereotypach – przypisującym całym grupom lub krajom wspólne cechy. Wynika to z tego, że nasza wiedza bazuje na przekazach pośrednich – rzadko mamy okazję poznać konkretne osoby, usłyszeć ich wersję wydarzeń. Bliższe poznanie ludzi i ich historii sprawia, że zmienia się nasze ich postrzeganie. W dalszej części poznamy bliżej kilka historii Lankijek i zastanowimy się, co nas z nimi łączy.

## TWORZENIE POSTACI (100 MIN)

Rozdaj osobom uczestniczącym duże arkusze papieru (sklejone flipcharty lub szary papier pakowy). W zależności od liczebności grupy, osoby mogą pracować samodzielnie lub w parach.

Przedstaw osobom uczestniczącym instrukcję: na każdym arkuszu należy odrysować ludzką postać. Następnie obrys postaci trzeba podzielić kolorowym markerem wzdłuż na pół. Zaznacz, że jedna połowa będzie symbolizować ich, a druga – jedną z mieszkank Sri Lanki.

W pierwszym kroku poproś młodzież o indywidualną refleksję (lub rozmowę w parach) na następujące tematy:

- O czym marzę? Co chcę osiągnąć w życiu? [głowa]
- Jakie są moje pasje/zainteresowania, co lubię robić w wolnym czasie, co sprawia mi satysfakcję? [okolice serca – tors, ręka]
- Jakie są wyzwania, trudności, przed jakimi stoję ja i inni młodzi ludzie, których znam? [pod nogami]

- Jak ja i moi znajomi radzimy sobie z tymi trudnościami i wyzwaniami? [noga]

Na refleksję/rozmowę wokół każdego z pytań poświęć ok. 5 minut – następnie niech osoby uczestniczące umieszczą hasłowe odpowiedzi we właściwych częściach namalowanej na flipcharcie postaci. Jeśli dysponujecie materiałami plastycznymi i macie trochę więcej czasu, osoby uczestniczące mogą przedstawiać swoje odpowiedzi w formie plastycznej – rysunku, kolażu, itp. Na koniec niech umieszczą swoje imię/imiona przy uzupełnionej połowie postaci.

W drugim kroku poproś każdą osobę/parę o zapoznanie się z opowieścią bohaterki i zdjęciami ją przedstawiającymi na jednej z plansz. Sugerowane do wykorzystania w pierwszej kolejności plansze: Anne-Marie, Dilani (rehabilitantka), Ishanka, Nidukani, Sara, Radhika. Poproś o uważne zapoznanie się z materiałem, tak żeby potem osoby mogły odpowiedzieć na pytania dotyczące bohaterki – na drugiej połowie obrysowanej postaci:

- Jakie są jej marzenia? Do czego dąży w życiu?
- Czym się interesuje, co lubi robić, co sprawia jej satysfakcję?
- Przed jakimi wyzwaniami, trudnościami stała lub z jakimi mierzy się obecnie?
- Jak radzi lub radziła sobie z tymi wyzwaniami?

Analogicznie do pierwszego kroku osoby lub pary odpowiadają na te pytania, wypisując lub plastycznie przedstawiając odpowiedzi we właściwych częściach drugiej połowy obrysowanej postaci. Na koniec niech umieszczą imię bohaterki z planszy przy przedstawiającej ją połowie arkusza.

Po zakończeniu tworzenia plakatów poproś osoby uczestniczące, żeby porównały odpowiedzi na pytania odnoszące się do nich i do bohaterki planszy. Niech szukają tego, co wspólne, podobne, co ich łączy, z czym się identyfikują. Mogą połączyć te elementy za pomocą kolorowych linii lub przyczepiając sznurek.

Na podsumowanie poproś, żeby każda osoba uczestnicząca/para krótko przedstawiła swoją bohaterkę – kim jest, co robi, oraz odpowiedzi na 4 pytania zawarte na plakacie. Jakie są elementy

wspólne, które łączą ich z bohaterką?

Spytaj osoby uczestniczące:

- Jak się czuły, pracując nad plakatami?
- Co było ciekawe, zaskakujące w ich osobistych refleksjach, historiach, które poznały, elementach wspólnych?

## JAK WE WŁAŚCIWY SPOSÓB MÓWIĆ O LUDZIACH Z INNYCH KRAJÓW I KULTUR? (35 MIN)

Zapytaj osoby uczestniczące, czy po tym doświadczeniu zmieniły się ich skojarzenia ze Sri Lanką? Jak teraz postrzegają osoby z tamtego kraju? Czy poznanie osobistych historii kobiet lankijskich miało na to wpływ?

Powiedz, że często postrzegamy osoby pochodzące z innych kultur lub po prostu z zagranicy w sposób stereotypowy – opierając się na ogólnych sądach, medialnych przekazach.

Spytaj młodzież, czy potrafi wskazać, jakie są cechy przekazów medialnych (telewizja, Internet) i jak wpływają one na nasze postrzeganie innych osób/kultur?

Jak media i ludzie w Polsce przedstawiają często sytuację w Azji, Afryce i innych krajach tzw. Globalnego Południa? Czy osoby spotkały się ze stereotypowym przedstawianiem Polski i Polaków/Polek przez media i osoby na Zachodzie? Jak chciałyby, żeby przedstawiano je same i miejsca, w których żyją, ludziom z innych krajów?

Powiedz, że żeby zmniejszyć liczbę tego typu przekazów i zapobiec stereotypowemu przedstawianiu osób i krajów z innych kultur niż zachodnia, organizacje pozarządowe stworzyły Kodeks postępowania w sprawie obrazów i wiadomości, który zawiera podstawowe zasady, o których należy pamiętać, mówiąc lub publikując informacje o osobach z innych kultur, szczególnie krajów rozwijających się.

Zaprezentuj flipchart lub rozdaj kartki z materiałem pomocniczym zamieszczonym poniżej. Poproś o indywidualne lub grupowe uzupełnienie zasad Kodeksu.

Niech osoby uczestniczące przedstawią kolejne zasady Kodeksu i powiedzą, jak je rozumieją. Na

przykładzie jednej z plansz z historiami bohaterek poszukajcie przykładów – jak dana zasada Kodeksu jest realizowana w przypadku historii kobiet lankijskich? Jak dana zasada może być realizowana przez media oraz przez nas samych w życiu codziennym?

W podsumowaniu zapytaj osoby uczestniczące:

Jakie znaczenie, ich zdaniem, mają zasady zawarte w Kodeksie? Czy istotne jest zwracanie uwagi na ich przestrzeganie? Dlaczego?

Czy polskie media przestrzegają zasad kodeksowych? Jakiej znajdują przypadki jego łamania?

Jakie zasady Kodeksu dotyczą również nas samych – tego, co i jak mówimy o ludziach i krajach Globalnego Południa, co publikujemy na Facebooku i w Internecie? O czym powinno się pamiętać, żeby nie łamać zasad Kodeksu i przedstawiać kraje i osoby tak, jak sami/same byśmy chcieli/chciały, żeby o nas mówiono?

Więcej o Kodeksie na stronie [Instytutu Globalnej Odpowiedzialności](#).

## CO JESZCZE MOŻNA ZROBIĆ?

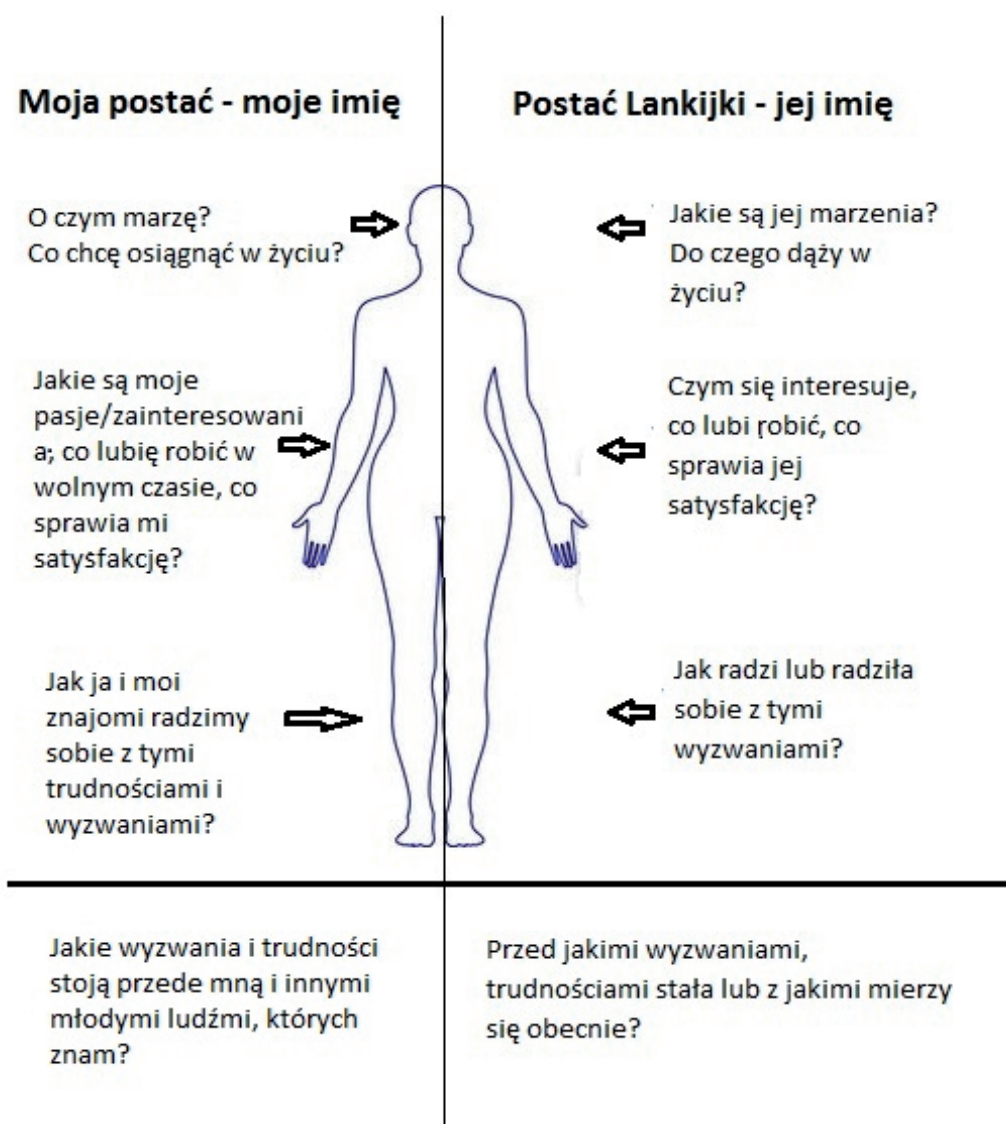
Wystawa plakatów – jeśli młodzież poświęciła trochę więcej czasu na wykonanie plakatów i mają one atrakcyjną wizualnie formę, można je wykorzystać do przybliżenia rzeczywistości kobiet ze Sri Lanki innym młodym ludziom ze szkoły lub miejscowości, organizując miniwystawę plansz i plakatów. Usztywnione plakaty można powiesić w korytarzu szkoły lub domu kultury, obok plansz ze zdjęciami i historiami lankijskich kobiet.

Można zorganizować taką wystawę wraz z degustacją potraw lankijskich a uczestnicy i uczestniczki zajęć mogą w czasie takiego wydarzenia pełnić funkcję przewodników/przewodniczek, opowiadając o tym, co znajduje się na plakatach i przybliżając historie kobiet.



## ZAŁĄCZNIK NR 1

### WZÓR I OBJAŚNIENIE PLAKATU DO TWORZENIA POSTACI



**KODEKS POSTĘPOWANIA W SPRAWIE  
OBRAZÓW I WIADOMOŚCI****(DO UZUPEŁNIENIA)****KODEKS POSTĘPOWANIA W SPRAWIE OBRAZÓW I WIADOMOŚCI**

Wybór obrazów i wiadomości dokonywany będzie z zachowaniem najważniejszych zasad:

- Szacunku dla ....., o których mowa;
- Wiary w ..... wszystkich ludzi;
- Poszanowania dla potrzeby promowania uczciwości, ..... i sprawiedliwości.

Odpowiednio we wszystkich komunikatach i tam, gdzie to uzasadnione potrzebą pokazania realiów, pragniemy:

- Dokonywać wyboru obrazów i ..... z zachowaniem wartości poszanowania równości, solidarności i .....
- Prawdziwie przedstawiać wszelkie obrazy i sytuacje zarówno w bezpośrednim, jak i w ....., dążąc do zwiększenia powszechnego ..... realiów i złożoności procesu rozwoju;
- Unikać obrazów i wiadomości mogących szerzyć ....., wywoływać sensacje lub ..... ludzi, sytuacje lub miejsca;
- Wykorzystywać obrazy, wiadomości i badania jednostkowych przypadków z pełnym ....., uczestnictwem i za zgodą zainteresowanych (lub ich rodziców lub opiekunów);
- Zagwarantować, że osoby, których sytuację przedstawiamy mają możliwość opowiedzenia o swojej historii .....
- Ustalić i zanotować, czy osoby te zgadzają się na ujawnienie ich personaliów i twarzy i zawsze postępować zgodnie z ich .....
- Działać zgodnie z najwyższymi .....w zakresie praw człowieka i ochrony osób słabszych.
- Działać zgodnie z najwyższymi standardami w zakresie praw dziecka zgodnie z zapisami Konwencji Praw Dziecka, ponieważ to właśnie dzieci są najczęściej .....

ŻYCZENIEM
OSÓB
STEREOTYPY
ZROZUMIENIA
PRZEDSTAWIANE
ZROZUMIENIEM
GODNOŚCI
RÓWNOŚĆ
DYSKRYMINOWAĆ
STANDARDAMI
OSOBIŚCIE
WIADOMOŚCI
SZERSZYM KONTEKŚCIE
SOLIDARNOŚCI



## **KODEKS POSTĘPOWANIA W SPRAWIE OBRAZÓW I WIADOMOŚCI (Z ODPOWIEDZIAMI)**

### **KODEKS POSTĘPOWANIA W SPRAWIE OBRAZÓW I WIADOMOŚCI**

Wybór obrazów i wiadomości dokonywany będzie z zachowaniem najważniejszych zasad:

- Szacunku dla osób, o których mowa;
- Wiary w równość wszystkich ludzi;
- Poszanowania dla potrzeby promowania uczciwości, solidarności i sprawiedliwości.

Odpowiednio we wszystkich komunikatach i tam, gdzie to uzasadnione potrzebą pokazania realiów, pragniemy:

- Dokonywać wyboru obrazów i wiadomości z zachowaniem wartości poszanowania równości, solidarności i godności;
- Prawdziwie przedstawiać wszelkie obrazy i sytuacje zarówno w bezpośrednim, jak i w szerszym kontekście, dążąc do zwiększenia powszechnego zrozumienia realiów i złożoności procesu rozwoju;
- Unikać obrazów i wiadomości mogących szerzyć stereotypy, wywoływać sensacje lub dyskryminować ludzi, sytuacje lub miejsca;
- Wykorzystywać obrazy, wiadomości i badania jednostkowych przypadków z pełnym zrozumieniem, uczestnictwem i za zgodą zainteresowanych (lub ich rodziców lub opiekunów);
- Zagwarantować, że osoby, których sytuację przedstawiamy mają możliwość opowiedzenia o swojej historii osobiście;
- Ustalić i zanotować, czy osoby te zgadzają się na ujawnienie ich personaliów i twarzy i zawsze postępować zgodnie z ich życzeniem;
- Działać zgodnie z najwyższymi standardami w zakresie praw człowieka i ochrony osób słabszych.
- Działać zgodnie z najwyższymi standardami w zakresie praw dziecka zgodnie z zapisami Konwencji Praw Dziecka, ponieważ to właśnie dzieci są najczęściej przedstawiane.

TE PLANTATIONS PLC



LPITIA ESTATE

AILS

**POPULATION**

Total Population: 35

Male: 1

Female:

14 - 18 Years

Male:

Female:

Total:

59.25  
61.00  
348.25  
264.00  
965.00

35.25  
53.25  
40.75  
30.75  
49.25

141.50  
47.75  
189.25

123  
22

W GLOBALNYM KRĘGU

Z LANKIJKAMI

- O MACIERZYŃSTWIE,

KULTURZE I CODZIENNOŚCI

WARSZTAT Z ZAKRESU EDUKACJI GLOBALNEJ

DLA KLUBÓW MAM





# W GLOBALNYM KRĘGU Z LANKIJKAMI

– O MACIERZYŃSTWIE, KULTURZE I CODZIENNOŚCI

WARSZTAT Z ZAKRESU EDUKACJI GLOBALNEJ DLA KLUBÓW MAM

## CELE

Poznanie podstawowych informacji o Sri Lance i stworzenie kontekstu do dalszych rozmów i poszukiwań.

Bliższe poznanie Lankijek – identyfikacja czynników motywujących kobiety do działania, wspierających je oraz przeszkód, które utrudniają rozwój kobiet na świecie.

Porównanie różnych spojrzeń na macierzyństwo i rolę matki wśród kobiet wychowujących dzieci w Polsce i na Sri Lance.

**CZAS: 3 H**

## PRZEBIEG ZAJĘĆ

### WPROWADZENIE DO SPOTKANIA (15 MIN)

W klubie mam spotykacie się z innymi kobietami – rozmawiacie, wspieracie się nawzajem, wymieniacie poradami, inspirujecie się. Dookoła biegają, pełzają, raczkują dzieci, dla których te spotkania również są okazją do wspólnego spędzenia czasu i oswojenia się z rówieśnikami. Zanim zaczniecie, znajdźcie sposób na zaangażowanie dzieci w kolorowanie ślonia.

Wasze spotkania warto wykorzystać także do poznania życia innych kobiet, ich codzienności, problemów i sposobów radzenia sobie z nimi. Co może nas łączyć z Lankijkami – mieszkankami odległej Sri Lanki? Czym żyją, jakie relacje budują, o czym marzą, jak wychowują dzieci?

Byłoby dobrze, żebyście wybrały spośród siebie jedną osobę, która poprowadzi spotkanie, zadba o wcześniejsze przygotowanie materiałów, będzie moderować dyskusje i pilnować czasu.

Zacznijcie od rundki, odpowiadając na pytanie:

- Co najbardziej fascynuje mnie w kobietach z innych kręgów kulturowych? Niech każda osoba wymieni przynajmniej jedną rzecz.

## METODY

praca w parach, dyskusja na forum, world cafe, autorefleksja, rysowanie ( dla dzieci)

## MATERIAŁY

wydrukowane plansze edukacyjne o kobietach, kartki A4 w dowolnych kolorach, małe karteczki, długopisy, flamastry, kartka z wybranymi cytatami, kłębek włóczki

### PIERWSZE SKOJARZENIA (45 MIN)

Osoba prowadząca zaprasza do dobrania się w pary (jeśli jest więcej niż 14 par – niech uczestniczki pracują w grupach).

Każda para (lub grupa) dostaje jedną dowolną planszę (może ją wylosować). Plansz jest 14.

Poproś, by osoby skupiły się na stronie planszy ze zdjęciami. Niech przyjrzą się dokładnie zdjęciom i porozmawiają, zadaj pytania:

- Kogo/co widzicie na zdjęciach?  
Np. samotne kobiety, mamy, babcie, grupę kobiet, kobiety radosne, smutne, zatroskane, podczas pracy, przestrzenie, w których funkcjonują kobiety (jakie to miejsca?), krajobrazy (jakie?).
- Czy na zdjęciach widać jakieś relacje? Jakie?
- Co was zdziwiło, zaskoczyło?
- Czy zauważyłyście jakieś podobieństwa między kobietami przedstawionymi na zdjęciach a wami? Jeśli tak, to jakie?  
Np. tworzą grupy, chcą się rozwijać, pracują, mają rodziny, dbają o siebie, wspierają się nawzajem, lubią ładnie wyglądać, gotują, uczą się, pracują, uśmiechają się, są smutne.

- Czego się dowiedziacie o Sri Lance?  
Np. że była tam wojna domowa, że na wyspie żyją ludzie różnych wyznań (buddyzm, islam) itp.

Na oglądanie zdjęć i rozmowę w małych grupach poświęć ok. 15 min. Potem zaprosz uczestniczki do pokazania zdjęć i podzielenia się refleksjami na forum.

Można też pokazać zdjęcia dzieciom, może pomogą i wezmą udział w pierwszej aktywności? Co widzą na zdjęciach, co przykuwa ich uwagę, co je dziwi, ciekawi?

### GLOBALNE WYZWANIA KOBIET (1,5 H)

Zaprosz teraz uczestniczki do kawiarnianych kręgów, gdzie przy kubku kawy czy herbaty będą mogły bliżej poznać historie wybranych Lankijek i zastanowić się nad siłą drzemącą w kobietach.

Ważne jest zaaranżowanie przestrzeni tak, by sprzyjała rozmowom w niewielkich grupach. Uczestniczki mogą usiąść na podłodze, w małych kręgach, w miarę dużej odległości od siebie, żeby nie zakłócać swoich rozmów. Poprosz, by utworzyły 5 kręgów.

Każdy krąg dostaje jedną planszę.

- Rozmowa z Anomą (garncarstwo)
- Rozmowa z Bamini (suszenie ryb)
- Rozmowa z Ajanti (niepełnosprawność dziecka)
- Rozmowa z Janaki (plantacja herbaty)
- Rozmowa z Dilani (tsunami i hostel)

Uczestniczki mają za zadanie przeczytać własną planszę w kręgu. Poprosz, by na kartkach A4 zrobiły dwie kolumny, a następnie wypisały czynniki, które wpłynęły na los kobiet pozytywnie oraz te zjawiska, rzeczy, okoliczności, które były/są dla kobiet dużym ograniczeniem.

Poinformuj, że jedna osoba w kręgu jest jego gospodynią, notuje na kartce, ma planszę z bohaterką i nie zmienia grupy. Po 20 minutach daj znak, że można przesiąść się do innego kręgu. Uczestniczki przemieszczają się. Mają kolejne 20 minut, żeby zapoznać się z nową historią i sporządzić listę oraz dopisać swoje sugestie, pomysły. Czas na kolejną zmianę.

Po 3 zmianach – czas na podsumowanie.

Zaprosz uczestniczki, by znów usiadły w jednym kręgu i przedstawiły, tak jak siedzą, kobietę, którą poznały.

### Pytania pomocnicze:

- Czym dana bohaterka się z wami dzieli, o czym mówi?
- Czy czegoś wam w tej historii brakuje?
- Co zwróciło waszą szczególną uwagę?
- Co było dla was trudne?

Na koniec tej aktywności poprosz o przedstawienie list czynników motywujących kobiety do działania, wspierających je oraz tych, które utrudniają rozwój kobiet na Sri Lance.

Zapytaj, co motywuje do działania uczestniczki warsztatu, co im pomaga przezwyciężać trudności? Co hamuje? Czy te czynniki są podobne czy całkiem różne? Niech każda z nich wypisze je na własnej kartce, tak by móc taką listę zabrać ze sobą, mieć ją przy sobie, powiesić w widocznym miejscu itp.

Przykładowa forma listy, która może zostać wypracowana w kręgach:



## MACIERZYŃSTWO DOKOŁA ŚWIATA

(20 MIN)

Uczestniczki zostają w jednym kręgu. Wprowadź je do kolejnej aktywności, mówiąc, że to, co jest nierozzerwalną częścią ich życia, tak jak i poznanych Lankijek, to macierzyństwo. Na pewno to zauważyły, oglądając zdjęcia, czytając rozmowy i dyskutując o nich. Niech jedna z nich przeczyta głośno poniższe cytaty z wybranych rozmów:

*Ciężko mi dbać o dzieci, ale nie mam innego wyjścia. Muszę sobie radzić sama. Żyję teraz dla dzieci. Ich edukacja jest dla mnie priorytetem. Chcę, żeby mogły zadecydować, co będą robić w życiu, żeby miały wybór.* (z rozmowy z Bamini)

*Gdy byłam w ciąży z synem, który teraz przychodzi ze mną tutaj, też pracowałam. Po porodzie nie byłam w stanie zostać miesiąc w domu, nie byłam w stanie usiedzieć. Jak wróciłam, czekało na mnie specjalne pomieszczenie, gdzie mogłam opiekować się synkiem, karmić go a jednocześnie pracować.* (z rozmowy z Anomą)

*Jeśli jest zagrożenie dla zdrowia matek lub dzieci, kobiety dostają zwolnienie na miesiąc przed porodem i trafiają do ginekologa. Urlop macierzyński trwa 72 dni i jest płatny. Po tym okresie większość zbieraczek wraca do pracy, kobiety potrzebują pieniędzy i lubią pracować. Karmienie mlekiem matki jest obowiązkowe do szóstego miesiąca, jeśli kobieta wraca do pracy wcześniej, dziecko pije zebrane wcześniej mleko do butelki.* (z rozmowy z Janaki)

*Jestem samotną matką, ale mam dużo odwagi i samozaparca, bo chcę opiekować się moją córką najlepiej jak mogę (...). Siłę czerpię z tego, że chcę towarzyszyć mojej córce, być przy niej. Piumi uwielbia tańczyć, więc często robimy to w domu, przy muzyce.* (z rozmowy z Ajanti)

Poproś, by uczestniczki napisały na małych karteczkach, co oznacza dla nich bycie matką, macierzyństwo. Na jednej karteczce – jedną odpowiedź. Niech zrobią to na spokojnie. Poproś, by położyły gotowe karteczki przed sobą. Niech przeczytają swoje zapiski na głos.

## Zainicjuj rozmowę:

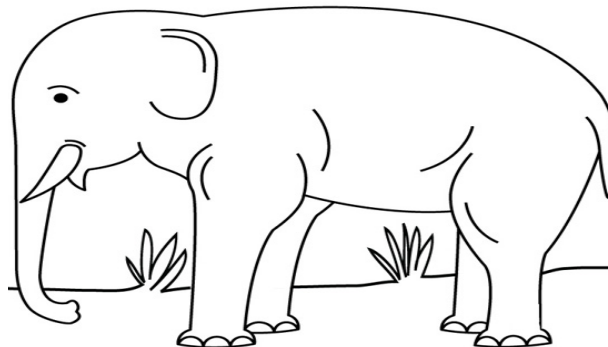
- Czy wiele odpowiedzi się powtarza wśród was?
- Czy bycie matką, podejście do dzieci i wychowania w Polsce i na Sri Lance czymś się różni?
- Z czego wynika takie podejście do dzieci, wychowania, swojej roli?
- Z kultury, wychowania, warunków bytowych?
- Jak jest u was?

## ZAKOŃCZENIE (10 MIN)

Na koniec zaproponuj rundkę z włóczką, w której każda z uczestniczek wymienia jedną cechę wspólną, która łączy ją z jedną z pań ze Sri Lanki. Poproś, aby wymieniła imię bohaterki oraz cechę i rzuciła kłębek do kolejnej osoby. W podsumowaniu podkreśl, że w ten sposób stworzyła się nić powiązań między nimi i Lankijkami.

## POMYSŁY DLA DZIECI

Na spotkaniach w klubie mam są zazwyczaj dzieci do 3 roku życia. Jeśli dzieciom nudzi się podczas rozmów mam, można zaprosić je do pomalowania słonia – zwierzęcia, które zamieszkuje Sri Lankę lub do namalowania/pokolorowania/wyklejenia samej wyspy. Dzieciom nie brakuje fantazji, a uczestniczki już po pierwszej aktywności będą mogły im podpowiedzieć, jakie zwierzęta żyją na Sri Lance czy jakie rośliny ją porastają. Wyspa, której nazwa w sanskrycie oznacza „ośniewiający kraj”, może być dla dzieci źródłem wielu inspiracji. Dobrze jest mieć przygotowane materiały plastyczne.





# ZWIERCIADŁA KOBIECOŚCI

WARSZTAT Z ZAKRESU EDUKACJI GLOBALNEJ

DLA SENIOREK

Z UNIWERSYTETÓW TRZECIEGO WIEKU



# ZWIERCIADŁA KOBIECOŚCI

## WARSZTAT Z ZAKRESU EDUKACJI GLOBALNEJ

### DLA SENIOREK Z UNIWERSYTETÓW TRZECIEGO WIEKU

#### CELE

Zapoznanie się z tradycjami i elementami rzeczywistości Sri Lanki poprzez historie kobiet.

Dostrzeżenie podobieństw i analogii między kobietami na całym świecie.

Przejrzenie się polskich seniorek w zwierciadle historii Lankijek.

Wzbudzenie autorefleksji wokół uniwersalnych wartości w życiu.

#### CZAS: 3 H

#### PRZEBIEG ZAJĘĆ

##### WPROWADZENIE DO SPOTKANIA (15 MIN)

Przedstaw się grupie i wprowadź osoby uczestniczące w tematykę spotkania – opowiedz o projekcie, podziel się podstawowymi informacjami na temat Sri Lanki: możesz zapytać, czy grupa potrafi wskazać ten kraj na mapie, czy wie o nim coś więcej.

Spisz z uczestniczkami krótki kontrakt, umowę – zasady, które będą was obowiązywać w czasie warsztatu.

##### BOHATERKI Z POLSKI (25 MIN)

Rozdaj uczestniczkom kartki z rozpoczętymi zdaniem (Załącznik nr 1). Powiedz, że takie same pytania otrzymały kobiety ze Sri Lanki. Poproś o chwilę refleksji i dokończenie zdań. Dodaj, że następnie chętne osoby będą mogły przeczytać na forum to, co napisały, czym będą chciały podzielić się z grupą.

- Jestem...
- Najważniejsze jest dla mnie...
- Radość sprawia mi...

#### METODY

dyskusja, praca w grupach, praca w parach, burza mózgów, latające flipcharty, autorefleksja

#### MATERIAŁY

zgrany film i rzutnik, głośniki, kartki A4, małe karteczki post-it, długopisy, flipcharty, kapelusz, artykuły plastyczne, wydrukowany Załącznik nr 1 x liczba uczestniczek (czcionka 14 pkt.), plansze edukacyjne z wywiadami, m.in. wywiad z Sarą x liczba par na warsztacie

Po pracy indywidualnej zaprosz uczestniczki do rundki: każda osoba przedstawia się, zaczynając od imienia i odczytuje z kartki to, co chce powiedzieć o sobie grupie.

Podziękuj wszystkim za autorefleksję i zaprosz do obejrzenia podobnego przedstawienia się kobiet ze Sri Lanki.

**Uwaga:** Formuła zwracania się do seniorek – „szanowne panie” czy na „ty” – zależy od umowy i komfortu osoby prowadzącej i uczestniczek.

##### BOHATERKI ZE SRI LANKI (25 MIN)

Obejrzyj z grupą fragment filmu [Planeta Kobieta: Lankijki same o sobie](#) – pierwsze 9 minut, kiedy bohaterki odpowiadają na pytania: „Kim jestem?”, „Co jest dla mnie najważniejsze w życiu?”.

Zaprosz grupę do dyskusji, zadaj pytania:

- Jakie widzicie podobieństwa między tym, co pojawiło się w filmie a tym, co zapisałyście na waszych kartkach?
- Co was łączy, co różni? Z czego wynikają różnice?

Na koniec zauważ, jak wiele łączy uczestniczki warsztatu z Lankijkami, pomimo odległości geograficznej, różnic kulturowych itd. i zaprosz do bliższego zapoznania się z 3 bohaterkami.

## WYBRANE BOHATERKI I TEMATY

### ROLA KOBIETY.

#### BOHATERKA: ANNE-MARIE (40 MIN)

Odczytaj na głos wywiad z Anne-Marie. Następnie zapytaj uczestniczki: Co Anne-Marie mówi o sytuacji kobiet na Sri Lance?

Z jakimi wyzwaniem i problemami borykają się kobiety tam żyjące? (Po wspólnej rozmowie można również przeczytać materiał pomocniczy *Kobiety a rozwój*, który znajduje się na planszy obok wywiadu).

Zapisuj odpowiedzi, które padną na jednej połowce flipcharta. Zatytułuj go: wyzwania Lankijek.

Podziel osoby uczestniczące na 3-4-osobowe grupy, w których będą miały za zadanie porozmawiać przez kilka minut na temat tego, jaka jest rola i jakie są wyzwania/problemy kobiet w Polsce? Poproś, aby efektem pracy grup było kilka konkretnych przykładów wyzwań/problemów, które każda grupa odczyta później na forum.

W czasie prezentowania odpowiedzi zapisuj je na flipcharcie w drugiej kolumnie zatytułowanej: wyzwania Polek.

W podsumowaniu przyjrzyj się z grupą obu kolumnom, popatrzcie, co łączy, a co różni kobiety w Polsce i na Sri Lance? Z czego wynikają te różnice? (Dostęp do edukacji, kultura, pochodzenie, praca itd.) Ważne, by mieć świadomość, że sytuacja kobiet w różnych miejscach na świecie jest konsekwencją wielu czynników: obyczajów, tradycji, kontekstu kulturowego, religii. Zaprosz do przyjrzenia się, jakie wartości i ideały kierują kolejną bohaterką.

**Uwaga:** To temat dosyć newralgiczny, może tu nastąpić zderzenie światopoglądów. Wśród senierek spotkamy zarówno kobiety, które wychodzą z tradycyjnych ról, jak i takie, które się w nich z powodzeniem odnajdują; w jednej grupie mogą znaleźć się panie, które dostrzegają nierówności społeczne i chcą działać na rzecz

zmiany oraz te, które wolą nie poruszać kwestii roli kobiet, np. z obawy przed odrzuceniem przez bliskie otoczenie. Stąd może być to temat konfliktogenny, ale poprowadzony uważnie, może zaowocować interesującą dyskusją lub stać się inspiracją do głębszej refleksji.

### WARTOŚCI/DUCHOWOŚĆ.

#### BOHATERKA: SARA (25 MIN)

Poproś, żeby osoby dobrały się w pary. Rozdaj plansze – każda para dostaje planszę z wypowiedzią Sary i na tej podstawie ma za zadanie wypisać ideały i wartości, jakimi kieruje się w życiu bohaterka. Zachęć uczestniczki do przeczytania materiału pomocniczego *Gdzie buddyzm spotyka chrześcijaństwo, islam i hinduizm*, jeśli czas na to pozwoli. Gdy uczestniczki skończą wypisywanie, poproś, aby każda z par wymieniła po jednej wartości, która towarzyszy bohaterce w jej życiu.

Następnie zaprosz grupę do burzy mózgów, której celem ma być stworzenie listy uniwersalnych zasad życia, wspólnych dla ludzi bez względu na ich pochodzenie, kulturę czy religię. Zapisuj padające z sali pomysły na flipcharcie, na koniec powieś go w widocznym miejscu. Podsumuj, podkreślając uniwersalność pewnych wartości, takich jak chęć życia w pokoju, posiadania pracy, rodziny itp. Przechodząc do kolejnej aktywności, możesz podkreślić, że prawdopodobnie każda z uczestniczek warsztatu ma swoje ugruntowane poglądy, wartości i ideały, na które wpłynęły ich przeróżne doświadczenia życiowe. Czerpiąc teraz z tych doświadczeń, powspominacie trochę, ale najpierw przyjrzyjcie się kolejnej bohaterce.

### WSPOMNIENIA.

#### BOHATERKA: DILANI - REHABILITANTKA

#### (30 MIN)

Pokaż zdjęcia i przeczytaj na głos wywiad z Dilani oraz materiał pomocniczy *Tradycje ślubne na Sri Lance*.

Zapytaj uczestniczki, które z tych tradycji najbardziej im się spodobały?

Zaprosz je do zadania „Ach, co to był za ślub”



– w 3-osobowych grupach mają podzielić się swoimi ślubnymi wspomnieniami, ale także poopowiadać sobie ciekawe anegdoty czy przywołać inne tradycje związane z tą uroczystością. W tym czasie między grupami krążą 3 flipcharty zatytułowane następująco:

- tradycje przedślubne,
- tradycje związane z ubiorem,
- tradycje związane z zabawą weselną.

Co 5 minut czas przenosi flipcharty między grupami, które mają dopisywać kolejne informacje do poszczególnych tradycji.

W podsumowaniu zapytaj: Czy zwyczaje przedślubne i ślubne na Sri Lance są podobne do tych, które mamy w Polsce i które uczestniczki pamiętają ze swoich ślubów?

### **ALTERNATYWNIE:**

#### **TWÓRCZOŚĆ, SZTUKA LUDOWA.**

#### **BOHATERKI:**

#### **REHANA – ZAJĘCIA ARTYSTYCZNE**

#### **I ANOMA – GARNCARSTWO (1,5 H)**

Podziel grupę na 2 zespoły, w każdym z nich jedna osoba czyta historię na głos (w grupie pierwszej – Rehany, w drugiej – Anomy), po czym grupy mają za zadanie streścić sobie nawzajem w kilku zdaniach usłyszaną historię bohaterki.

Zapytaj uczestniczki, jaką rolę pełnią działania artystyczne, twórczość w życiu bohaterek?

Zaproś uczestniczki do kolejnego zadania, tym razem ma to być praca ręczna – niech każda z uczestniczek wykona jakiś przedmiot z motywem inspirowanym Sri Lanką (np. coś z filcu lub kartkę okolicznościową). To ćwiczenie jest wykonywane jeżeli mamy więcej czasu, który możemy przeznaczyć na prace ręczne.

### **ZAKOŃCZENIE (10 MIN)**

Kapelusz marzeń – każda z uczestniczek na kartce zapisuje, co chciałaby przekazać innym kobietom na świecie, czego chciałaby im życzyć. Kiedy uczestniczki skończą pisać, zbierz wszystkie karteczki do kapelusza i odczytaj spisane wiadomości na głos.

## **KIM JESTEŚ?**

Jestem...

## **CO JEST DLA CIEBIE NAJWAŻNIEJSZE W ŻYCIU?**

Najważniejsze jest dla mnie...

## **CO SPRAWIA CI RADOŚĆ?**

Radość sprawia mi...