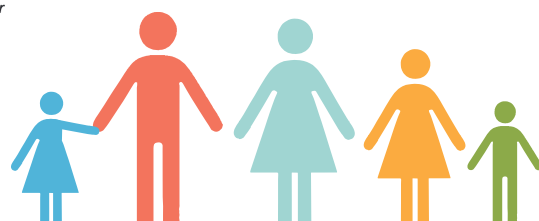




www.actintegration.eu

PRZEWODNIK PO ZAJĘCIA POZALEKCYJNE



TABELE

SPIS TREŚCI



01 Wprowadzenie 3

02 Ramy teoretyczne i Wytyczne dotyczące wdrażania 6

03 Obszary tematyczne 11

3.1 Opowiadanie historii, muzyka i teatr 12

3.2 Kreatywność 17

3.3 Żywność i żywienie 23

3.4 Natura 27

3.5 Sport i rekreacja 29

3.6 Dobre samopoczucie 31

3.7 Sesje informacyjne dotyczące lokalnej historii i
kultury 33

04 Zasoby 36

05 Załączniki 40



Co-funded by
the European Union

Co-funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union. Neither the European Union nor the granting authority can be held responsible for them.

WPROWADZENI



Przegląd Projekt ACTIN

W całej UE toczy się wiele dyskusji na temat imigracji. Obawy, błędne postrzeganie i ogólny brak informacji przyczyniły się do powstania klimatu niepewności co do rozszerzenia wsparcia, usług lub przyjaznej dłoni dla wielu grup nowo przybyłych.

Projekt ACTIN ma na celu wsparcie i wzmocnienie integracji i włączenia dzieci i młodzieży migrantów i uchodźców w edukację, a co za tym idzie, w całe społeczeństwo europejskie. Jako projekt finansowany w ramach unijnego programu AMIF, ACTIN osiągnie to poprzez połączenie wiedzy specjalistycznej z siedmiu krajów europejskich, a także poprzez konsolidację powiązań między uniwersytetami i organizacjami pozarządowymi zaangażowanymi w migrację i edukację.

ACTIN dąży do holistycznego podejścia do edukacji migrantów i wzmocnienia pozycji młodych uczniów-migrantów, ale także odpowiednich interesariuszy, tj. nauczycieli, rodziców migrantów itp. poprzez zastosowanie szeregu działań w formalnych i nieformalnych środowiskach edukacyjnych. **ACTIN dąży do holistycznego podejścia:**

ACTIN dąży do holistycznego podejścia

01 W SZKOLE

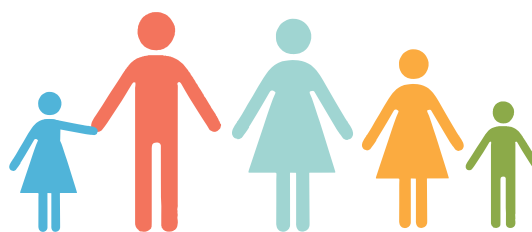
Specjalistyczny zespół ACTIN opracowuje podejścia i działania w zakresie edukacji formalnej, które mają na celu wzmocnienie pozycji młodych uczniów ze środowisk migrantów i uchodźców oraz odpowiednich interesariuszy w kluczowych dziedzinach, takich jak nauka słownictwa i gramatyki, nauka języka i treści oraz świadomość kulturowa w formalnych warunkach edukacyjnych. Nasze podejście opiera się na najnowocześniejszych działaniach związanych z nauką języków obcych, takich jak translanguaging pedagogiczny, koncentracja na formie, działania związane z nauką języka i treści oraz społeczno-kulturowe działania ułatwiające. Działania te wykorzystują innowacyjne metody oparte na dowodach i uwzględniają indywidualną zmienność uczniów w celu promowania agentywności, krytycznego myślenia, indukcyjnego uczenia się i umiejętności analitycznych. ACTIN opracowuje również otwarte zasoby online dla kadry nauczycielskiej i innych specjalistów, a także dla studentów, którzy chcą ćwiczyć swoje języki.

02 W SPOŁECZNOŚCIACH

Z perspektywy edukacji pozaformalnej ACTIN, kierowany przez zespół doświadczonych organizacji pozarządowych, opracowuje trzy kluczowe zasoby i wytyczne dotyczące ich przyjęcia:

1. KAWIARNIE SOLIDARNOŚCIOWE
2. Przedmiot niniejszych wytycznych, AKTYWNOŚĆ EKSTRAKURACYJNA ACTIN
3. SCHEMAT ACTIN BUDDY

ODWIEDŹ NASZĄ STRONĘ INTERNETOWĄ
www.actintegration.eu



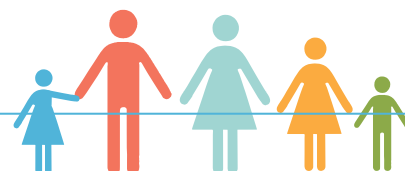
Cele i zadania przewodnika po zajęciach pozalekcyjnych ACTIN

Niniejszy przewodnik służy jako **kompleksowy podręcznik dla moderatorów partnerskich i koordynatorów działań pozalekcyjnych ACTIN** w ramach naszych kawiarni solidarnościowych oraz innych zainteresowanych lub zaangażowanych osób. w projekcie ACTIN.



Głównymi celami Przewodnika są:

- Aby zaoferować instrukcje krok po kroku dotyczące prowadzenia szeregu zajęć pozalekcyjnych, zapewniając, że są one dostępne, przyjemne i edukacyjne.
- Standaryzacja realizacji działań w różnych regionach, zapewniająca wszystkim uczestnikom podobną jakość doświadczeń i możliwości uczenia się.
- Wyposażenie moderatorów w narzędzia niezbędne do skutecznego angażowania dzieci i młodzieży, a także szerszych grup wiekowych, z uwzględnieniem różnorodnych potrzeb i środowisk.
- Pomoc w monitorowaniu i ocenie działań, pomaganie zainteresowanym stronom w mierzeniu skuteczności i dokonywaniu świadomych dostosowań.



Angażując młodzież migrującą i uchodźczą¹ w działania, które odpowiadają ich zainteresowaniom i pochodzeniu kulturowemu, ACTIN stara się promować zarówno wzbogacenie edukacji, jak i integrację społeczną. Osiąga się to poprzez wspólne angażowanie władz lokalnych i regionalnych, instytucji edukacyjnych i stowarzyszeń migrantów w projektowanie i wdrażanie tych działań.

Znaczenie zajęć pozalekcyjnych w Integracja i nauka języków obcych

01 ----- Nauka i praktyka nowych języków -----

Nieformalne otoczenie eliminuje presję występującą w tradycyjnych środowiskach klasowych, umożliwiając dzieciom, młodzieży i dorosłym migrantom i uchodźcom ćwiczenie nowych języków poprzez naturalne interakcje i zabawne zajęcia.



02 ----- Budowanie sieci społecznościowych -----

Działania zaprojektowane z myślą o integracji i współpracy pomagają migrantom i uchodźcom w każdym wieku tworzyć przyjaźnie i sieci, które mają kluczowe znaczenie dla ich rozwoju emocjonalnego i społecznego w nowym kraju.



03 ----- Rozwijaj poczucie przynależności -----

Uczestnictwo w działaniach społeczności pomaga migrantom w każdym wieku poczuć więź z nowym środowiskiem, wzmacniając ich poczucie przynależności i tożsamości.



04 ----- Odkrywanie i rozwijanie nowych umiejętności -----

Od sportu po sztukę, zajęcia te zachęcają dzieci, młodzież i dorosłych do odkrywania różnych umiejętności i hobby, pomagając w ich ogólnym rozwoju i pewności siebie.



¹ Jaka jest różnica między uchodźcą a migrantem? (unrefugees.org)

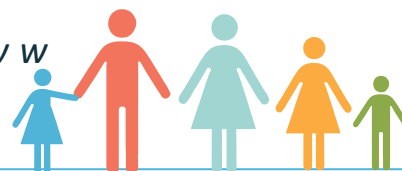
RAMY TEORETYCZNE +

WYTYCZNE DOTYCZĄCE WDRAŻANIA



Koncepcje agencywności, ułatwienia, i uczenie się indukcyjne

*W tej części przedstawiono **trzy podstawowe koncepcje**, które mogą pomóc w projektowaniu i wdrażaniu zajęć pozalekcyjnych w ramach projektu ACTIN. Zrozumienie tych koncepcji może pomóc moderatorom i nauczycielom zaangażowanym w projekt w optymalizacji doświadczeń edukacyjnych i integracji społecznej migrantów i uchodźców w naszych społecznościach.*



01 Agencywność

Aktywność odnosi się do zdolności jednostek do niezależnego działania i dokonywania własnych wyborów. W kontekście naszych zajęć pozalekcyjnych promowanie podmiotowości oznacza umożliwienie migrantom, uchodźcom i lokalnym uczestnikom odgrywania aktywnych ról w kształtowaniu działań i interakcji. Takie podejście zachęca uczestników do wyrażania swoich potrzeb i preferencji, dzielenia się swoimi doświadczeniami i wnoszenia swoich pomysłów, wspierając poczucie własności i kontroli nad procesami uczenia się i integracji społecznej.

Aby zapewnić agencywność w projektowaniu i realizacji naszych zajęć pozalekcyjnych, powinniśmy:

- zachęcanie uczestników do sugerowania i prowadzenia działań.
- zapewnienie uczestnikom możliwości podejmowania decyzji dotyczących organizacji i prowadzenia działań i wydarzeń.
- stworzenie środowiska, w którym informacje zwrotne są aktywnie poszukiwane i cenione przez wszystkich uczestników.

Prowadzenie zajęć pozalekcyjnych polega na kierowaniu działaniami i dyskusjami w sposób zachęcający do uczestnictwa, uczenia się i interakcji bez narzucania kierunku lub wniosków. Nasi moderatorzy zajęć pozalekcyjnych ACTIN odgrywają kluczową rolę w tworzeniu wspierającego środowiska, w którym wszyscy uczestnicy czują się mile widziani i doceniani. Pomogą oni naszym grupom docelowym, w tym mieszkańcom, migrantom i uchodźcom w różnym wieku i o różnym pochodzeniu etnicznym, w radzeniu sobie z różnicami kulturowymi i barierami językowymi, zapewniając, że każdy uczestnik może wnieść znaczący wkład.

Jako partnerstwo będziemy dążyć do:

- szkolenie facylitatorów w zakresie komunikacji międzykulturowej i rozwiązywania konfliktów.
- wspierać stosowanie technik facylitacji, które zachęcają do równego uczestnictwa, takich jak dyskusje w systemie round-robin i zajęcia w małych grupach.
- zachęcanie facylitatorów do bycia uważnymi i responsywnymi, gotowymi do dostosowywania działań w oparciu o dynamikę grupy i informacje zwrotne.

Uczenie się indukcyjne

Indukcyjne uczenie się to podejście skoncentrowane na uczniu, które zachęca uczniów do obserwowania, zadawania pytań i wyciągania wniosków na podstawie swoich doświadczeń. Metoda ta powinna być szczególnie skuteczna w naszych pozaszkolnych warunkach, w których uczestnicy mogą uczyć się na podstawie doświadczeń i spostrzeżeń innych osób. Indukcyjne uczenie się promuje głębsze zrozumienie i zachowanie wiedzy, ponieważ koncepcje nie są jedynie nauczane, ale odkrywane poprzez osobiste i wspólne doświadczenia.

W dalszej części Przewodnika szczegółowo opiszemy, w jaki sposób zasady te można praktycznie zastosować w sugerowanych zajęciach pozalekcyjnych

Aby projektować i realizować zajęcia pozalekcyjne oparte na nauczaniu indukcyjnym, musimy:

- kształtować działania tak, aby zaczynały się od rzeczywistych scenariuszy, nadziei lub pragnień istotnych dla naszych grup uczestników.
- zachęcanie uczestników do wspólnej pracy nad projektami, kreacjami i rozwiązaniami, przy czym facylitatorzy kierują nimi, zadając dociekliwe pytania, a nie udzielając bezpośrednich odpowiedzi.
- wykorzystywać różnorodne indukcyjne działania edukacyjne, takie jak odgrywanie ról, symulacje i historie z życia wzięte, aby zaspokoić potrzeby różnych stylów uczenia się i środowisk.

Rola edukacji nieformalnej w integracji społecznej

Edukacja nieformalna odgrywa kluczową rolę w integracji społecznej dzieci i młodzieży ze środowisk migracyjnych, oferując im wyjątkowe możliwości uczenia się i interakcji poza formalnym środowiskiem klasowym

- Edukacja nieformalna może znacznie zwiększyć pewność siebie i poczucie własnej skuteczności dzieci, młodzieży i dorosłych migrantów, zapewniając im możliwość sprawdzenia swoich umiejętności w ciepłych i przyjaznych sytuacjach i przestrzeniach społecznych. Sukces w tych wysiłkach może pomóc w budowaniu pozytywnego obrazu siebie i silniejszej wiary we własne umiejętności radzenia sobie z nowymi wyzwaniami w nowych społecznościach i krajach.
- Język jest często barierą dla migrantów i uchodźców w każdym wieku, a angażowanie się w formalną edukację może być zniechęcające. Edukacja nieformalna może pomóc przezwyciężyć ten problem, zapewniając swobodną atmosferę sprzyjającą praktyce i nauce. Umiejętności językowe są rozwijane, gdy uczestnicy angażują się w rozmowy podczas zajęć, które znają lub lubią odkrywać, a ich entuzjazm często zwiększa ich zdolność do skutecznej komunikacji w nowym środowisku.
- Edukacja nieformalna zapewnia przyjazne środowisko, w którym uczestnicy-migranci mogą naturalnie wchodzić w interakcje i nawiązywać przyjaźnie z rówieśnikami z różnych środowisk kulturowych. Interakcje te mają kluczowe znaczenie dla budowania szerszej spójności społecznej i bardziej integracyjnych społeczności. Poprzez wspólne działania dzieci uczą się doceniać różne perspektywy i rozwijać wzajemny szacunek, zmniejszając uprzedzenia i wspierając bardziej integracyjną społeczność.
- Nieformalne środowiska pozwalają na bardziej elastyczne i kreatywne podejście do edukacji, co może być szczególnie skuteczne w niwelowaniu różnic kulturowych. Zajęcia mogą być specjalnie zaprojektowane tak, aby zawierały elementy z różnych kultur, pomagając uczestnikom odkrywać podobieństwa i celebrować różnice. Opowiadanie historii, muzyka i sztuka są potężnymi narzędziami w tym kontekście, umożliwiając dzieciom wyrażanie swojej tożsamości kulturowej i uczenie się o innych w pełen szacunek i angażujący sposób.

Kluczowe strategie

- Organizowanie działań grupowych wymagających pracy zespołowej i współpracy.
- Zachęcanie do organizowania wydarzeń społecznych, które angażują rodziny i członków społeczności, wzmacniając sieć wsparcia dla dzieci i młodzieży ze środowisk migracyjnych.
- Korzystaj z gier i projektów, które odzwierciedlają różne środowiska kulturowe, aby promować wymianę kulturową.
- Włączenie elementów dziedzictwa kulturowego do codziennej nauki i wydarzeń specjalnych.
- Ułatwianie organizowania wielokulturowych festiwali, podczas których różne tradycje mogą być prezentowane i podziwiane przez wszystkich.
- Zapewnienie dzieciom możliwości dzielenia się historiami i doświadczeniami z ich krajów ojczystych.
- Wdrażanie systemów językowych, w których
- dzieci posługujące się różnymi językami ojczystymi uczą się od siebie nawzajem.
- Korzystaj z gier fabularnych i symulacyjnych, aby ćwiczyć umiejętności językowe w rzeczywistych kontekstach.
- Zachęcaj do tworzenia grup dyskusyjnych, które koncentrują się na zabawnych i wciągających tematach, umożliwiając dzieciom ćwiczenie nowego słownictwa i wyrażenia bez presji.
- Świątuj małe osiągnięcia i kamienie milowe w ramach aktywności, aby motywować i budować pewność siebie.
- Umożliwienie uczestnikom prowadzenia działań lub części projektów w celu zwiększenia ich umiejętności przywódczych i poczucia własnej wartości.
- Stwórz wspierające środowisko informacji zwrotnej, w którym konstruktywne informacje zwrotne są przekazywane w pielęgnujący sposób.

Planowanie i przygotowanie - Działania dostosowane do wieku i odbiorców

W celu pomyślnego wdrożenia zajęć pozalekcyjnych mających na celu promowanie integracji i nauki języków obcych, kluczowe jest dostosowanie tych inicjatyw do wieku i odbiorców. Skuteczne planowanie i przygotowanie zapewni, że zajęcia będą angażujące, edukacyjne i odpowiednie dla konkretnych potrzeb i zainteresowań uczestników. W tej sekcji przedstawiono strategie tworzenia działań, które dobrze współgrają z różnymi grupami, w szczególności z dziećmi i młodzieżą ze środowisk migracyjnych.

Zrozumienie odbiorców ma kluczowe znaczenie dla pomyślnego zaprojektowania i wdrożenia wszelkich działań edukacyjnych lub integracyjnych. Rozpoznanie różnorodnych środowisk, wieku, umiejętności językowych i tożsamości kulturowej uczestników pozwala organizatorom dostosować działania, które głęboko rezonują, skutecznie angażują i spełniają zamierzone cele edukacyjne i społeczne. Kluczowe kroki do zrozumienia odbiorców:

Strukturyzacja działań - Skuteczna struktura działań ma kluczowe znaczenie dla zapewnienia, że są one angażujące i przyjemne. Poprzez staranne projektowanie działań, które zaspokajają rozwojowe, kulturowe i osobiste potrzeby uczestników, możemy tworzyć wpływowe doświadczenia, które promują uczenie się, rozwój i spójność społeczną. Ważne jest, aby wziąć pod uwagę odpowiedni wiek i potrzebę projektowania działań, które odpowiadają etapom rozwoju i możliwościom uczenia się różnych grup wiekowych.

- Zaczynaj od analizy wieku, pochodzenia, umiejętności językowych i różnorodności kulturowej uczestników. Zrozumienie tych aspektów pomaga w projektowaniu działań, które są nie tylko odpowiednie dla wieku, ale także istotne kulturowo.
- Przeprowadzanie ankiet lub nieformalnych rozmów z uczestnikami i ich rodzinami w celu zebrania informacji na temat ich zainteresowań, wyzwań i oczekiwań. Informacje te mają kluczowe znaczenie dla dostosowania działań do rzeczywistych potrzeb i preferencji odbiorców.
- **Małe dzieci (5-8 lat):** Skoncentruj się na zajęciach obejmujących zabawę i podstawowe sztuki, które pomagają w rozwoju umiejętności motorycznych i przyswajaniu podstawowego języka.
- **Dzieci w wieku przedszkolnym (9-12 lat):** Włączenie bardziej ustrukturyzowanych zajęć, takich jak sporty zespołowe, zajęcia muzyczne lub proste przedstawienia teatralne, które zachęcają do pracy zespołowej, łączności i pierwsze kroki w złożonym użyciu języka.
- **Nastolatki i młodzież (13-18 lat):** Zaangażuj tę grupę w głębsze projekty, takie jak tworzenie filmów, zaawansowane programy muzyczne i teatralne oraz warsztaty opowiadania historii, które badają głębsze tematy, promując krytyczne myślenie i zaawansowane umiejętności językowe.
- **Starsza młodzież i młodzi dorośli (19-30 lat)**
- **Dorośli (31+)**

Wrażliwość kulturowa powinna być brana pod uwagę i uwzględniana we wszystkich działaniach. Musimy upewnić się, że zajęcia szanują i celebryją pochodzenie kulturowe wszystkich uczestników. Ważne jest, aby każde zajęcia pozalekcyjne zawierały elementy z różnych kultur i zachęcały do dzielenia się i uczenia się o różnych tradycjach i praktykach.

Prowadzenie działań - znaczenie wrażliwości, empatii i zabawy

*Prowadząc działania mające na celu integrację i budowanie społeczności w nieformalnych środowiskach edukacyjnych, **ważne jest, aby podchodzić do każdej sesji z wrażliwością, empatią i silnym naciskiem na tworzenie lekkiej i zabawnej atmosfery.** Elementy te mają kluczowe znaczenie dla wspierania integracyjnego, wspierającego i angażującego środowiska, w którym nauka i interakcje społeczne mogą rozwijać się organicznie*

01 Wrażliwość

Wrażliwość w odniesieniu do działań facylitacyjnych zapewnia, że wszyscy uczestnicy czują się szanowani i doceniani, niezależnie od ich pochodzenia kulturowego lub osobistego. Rozumiejąc i szanując różne zwyczaje i style komunikacji, facylitatorzy mogą stworzyć integracyjne środowisko, które promuje autentyczne uczestnictwo i zapobiega nieporozumieniom kulturowym.

- **Świadomość kulturowa:** Działania powinny być prowadzone ze świadomością różnorodności kulturowej uczestników. Ta wrażliwość zapewnia poszanowanie wszystkich zwyczajów, tradycji i stylów komunikacji, zapobiegając nieporozumieniom kulturowym, które mogłyby utrudnić uczestnictwo.
- **Responsywna adaptacja:** Prowadzący muszą być wyczuleni na reakcje i poziom komfortu grupy, gotowi do wprowadzania zmian, aby zapewnić, że wszyscy czują się włączeni i komfortowo.

02 Empatia

Empatia wykracza poza zwykłe zrozumienie i pozwala aktywnie współodczuwać z uczestnikami. Pozwala moderatorom łączyć się na głębszym poziomie, rozpoznając i reagując na emocje i doświadczenia każdej osoby. To połączenie jest niezbędne do budowania zaufania i wspierania wspierającego środowiska uczenia się, w którym uczestnicy czują się bezpiecznie, wyrażając siebie i angażując się w pełni.

- **Zrozumienie indywidualnych potrzeb:** Rozpoznawanie i zaspokajanie indywidualnych potrzeb emocjonalnych i edukacyjnych uczestników buduje relację opartą na zaufaniu, która jest niezbędna do skutecznej nauki i integracji.
- **Wspieranie więzi:** Dzięki empatycznemu zaangażowaniu facylitatorzy mogą zachęcać uczestników do głębszych relacji interpersonalnych, zwiększając spójność grupy i ducha współpracy.





03 Zabawa

Zabawa to uniwersalny język, który przełamuje bariery i usprawnia proces uczenia się. Poprzez nadanie zajęciom przyjemności, uczestnicy są bardziej skłonni do entuzjastycznego zaangażowania, lepszego zapamiętywania informacji i tworzenia pozytywnych skojarzeń z procesem uczenia się. Zabawa służy również jako istotne narzędzie w zmniejszaniu stresu i niepokoju, dzięki czemu nauka jest bardziej dostępna i skuteczna.

- **Zaangażowanie poprzez przyjemność:** Prowadzenie lekkich i przyjemnych zajęć jest kluczem do przyciągnięcia uczestników i utrzymania ich zainteresowania. Zabawne działania zmniejszają bariery uczestnictwa, szczególnie dla tych, którzy mogą wahać się przed zaangażowaniem w bardziej formalne lub ustrukturyzowane ustawienia.
- **Redukcja stresu i dobre samopoczucie:** Włączenie zabawy zmniejsza stres i tworzy pozytywne skojarzenia z procesami uczenia się i integracji, co ma kluczowe znaczenie dla dobrego samopoczucia psychicznego i emocjonalnego.

04 Wdrażanie i utrzymywanie lekkiej, nieformalnej atmosfery uczenia się

Utrzymanie lekkiej i nieformalnej atmosfery uczenia się ma kluczowe znaczenie dla zachęcania do spontanicznego uczestnictwa i sprawiania, że edukacja nie jest obowiązkiem, a bardziej przyjemnym odkryciem. Taka atmosfera pomaga utrzymać środowisko elastyczne i reagujące na potrzeby i nastroje uczestników, promując organiczne doświadczenia edukacyjne, które są zarówno przyjemne, jak i wpływowe.

- **Kreatywne i zabawne uczenie się:** Wykorzystaj zabawę i kreatywność jako podstawowe elementy projektowania aktywności. Niezależnie od tego, czy chodzi o gry, sztukę czy interaktywne opowiadanie historii, metody te sprawiają, że nauka jest angażująca i dostępna.
- **Pozytywne wzmocnienie:** Celebryzuj osiągnięcia za pomocą pozytywnych informacji zwrotnych, tworząc podnoszącą na duchu atmosferę, która wzmacnia naukę i zwiększa pewność siebie.
- **Elastyczność:** Zachowując pewną strukturę, pozwól na elastyczność w dostosowywaniu działań w oparciu o informacje zwrotne od uczestników i dynamikę grupy. Takie podejście zapewnia, że atmosfera pozostaje zrelaksowana i reaguje na potrzeby uczestników.
- **Uroczystości kulturalne:** Zintegruj świąteczne elementy z różnych kultur, takie jak muzyka, taniec i jedzenie, aby zajęcia były przyjemne i edukacyjne. Uroczystości te są doskonałą okazją dla uczestników do dzielenia się i poznawania różnych środowisk kulturowych w zabawnej atmosferze.



Obszary tematyczne

3.1

Strona 12

Opowiadanie historii, muzyka i teatr

3.5

Strona 29

Sport i rekreacja

3.2

Strona 17

Działania twórcze

3.6

Strona 31

Dobre samopoczucie

3.3

Strona 23

Żywność i odżywianie

3.7

Strona 33

Sesje informacyjne dotyczące lokalnej historii i kultury

3.4

Strona 27

Natura





DLaczego opowiadanie historii, muzyka i teatr dla integracji: nauka języka i świadomość kulturowa?

Opowiadanie historii, muzyka i teatr to potężne media, które przekraczają bariery kulturowe i językowe, co czyni je idealnymi narzędziami dla programów integracyjnych. Te praktyki artystyczne są powszechnie znane ze swojej zdolności do ułatwiania zarówno nauki języka, jak i wymiany kulturowej.

01 Opowiadanie historii: Budowanie mostów poprzez narracje

- Opowiadanie historii zapewnia wyjątkową drogę do ekspresji i zrozumienia, umożliwiając osobom z różnych środowisk dzielenie się swoimi doświadczeniami i dziedzictwem kulturowym w osobisty sposób. Opowiadanie historii zachęca do aktywnego słuchania, umiejętności kluczowej dla nauki języka i integracji społecznej.
- Nauczanie oparte na narracji pomaga poprawić zapamiętywanie słownictwa i rozumienie gramatyki skuteczniej niż tradycyjne metody nauczania języków obcych. Podejście to zapewnia kontekst i znaczenie, ułatwiając uczniom zapamiętywanie i używanie nowych konstrukcji językowych.
- Według ostatnich badań opublikowanych w *Journal of Cross-Cultural Psychology*², opowiadanie historii może znacznie zmniejszyć uprzedzenia poprzez wystawienie słuchaczy na różne perspektywy kulturowe i humanizację szerokich kwestii społecznych.

² *Journal of Cross-Cultural Psychology* | SAGE Publications Ltd

- Muzyka jest uniwersalnym językiem, który rezonuje z osobami w każdym wieku i pochodzącymi z różnych środowisk. Odgrywa rolę we wzmacnianiu naszych funkcji poznawczych, poprawie umiejętności językowych i promowaniu spójności społecznej.
- Badania opublikowane w *European Journal of Neuroscience*³ podkreślają, że edukacja muzyczna może poprawić rozwój mózgu, szczególnie w obszarach odpowiedzialnych za przetwarzanie dźwięku, języka i mowy.
- Artykuł *Music, Social Cohesion, and Intercultural Understanding: A Conceptual Framework for Intercultural Music Engagement*⁴, stwierdza, że muzyka jest źródłem zrozumienia kulturowego i miejscem wymiany kulturowej. W świecie, który coraz częściej wymaga, aby ludzie z różnych środowisk żyli razem, drogi zachęcające do międzykulturowej spójności społecznej mają ogromne znaczenie. Niniejszy artykuł opiera się na dowodach na to, że sztuka - a w szczególności muzyka - oferuje wyjątkowe przestrzenie do wspierania wspólnych doświadczeń społeczno-emocjonalnych.

- Teatr może być wykorzystywany jako narzędzie edukacyjne i zapewniać dynamiczne środowisko, w którym uczestnicy mogą odkrywać, odgrywać i poznawać różne sytuacje społeczne i narracje kulturowe. To zabawne i oparte na doświadczeniu działanie partycypacyjne może pomóc w ugruntowaniu nauki języka i zwiększeniu umiejętności empatycznych.
- Wciągająca natura teatru, dramy i odgrywania ról może pomóc naszym uczestnikom ACTIN, mieszkańcom, migrantom i uchodźcom zrozumieć i wczuć się w różne punkty widzenia. Niedawny raport Europejskiej Fundacji Kultury⁵ sugeruje, że projekty teatralne z udziałem wielu grup etnicznych mogą prowadzić do zwiększenia empatii i zmniejszenia napięć społecznych.
- Udział w produkcjach teatralnych, zwłaszcza tych organizowanych przez społeczność lokalną, pozwala również osobom niebędącym rodzimymi użytkownikami języka ćwiczyć język w pełnym kontekście, poprawiając płynność i rozumienie. Czasami wymóg występowania i ćwiczenia w innym języku może pomóc przyspieszyć kompetencje językowe i pewność siebie.

Te praktyki artystyczne są łatwe do zaangażowania i zapewniają rozrywkę, a także są krytycznymi narzędziami wymiany kulturowej, budowania społeczeństw integracyjnych oraz zapewniania różnorodnym głosom i kulturom platformy i miejsca, w którym można je zrozumieć i docenić.

Warsztaty opowiadania historii: Opowieści o domu, rodzinie, nadziejach i marzeniach

WIEK Dzieci (9-12 lat), Nastolatki (13-18 lat), Starsza młodzież (19-30 lat) i Młodzi dorośli (31+)

Warsztaty opowiadania historii mają na celu zaangażowanie dzieci migrantów i uchodźców, nastolatków i ich rodzin, wraz z członkami lokalnej społeczności, w dzielenie się osobistymi narracjami, które rezonują z uniwersalnymi tematami domu, rodziny, nadziei i marzeń. Ułatwiając otwartą wymianę opowieści, warsztaty mają na celu

poprawę umiejętności językowych, wspieranie zrozumienia kulturowego i wzmocnienie więzi społecznych. Struktura warsztatów ma na celu stworzenie wspierającego i integracyjnego środowiska, w którym wszyscy uczestnicy czują się docenieni i wysłuchani.

³ [Naukowcy odkryli, że mózgi dzieci rozwijają się szybciej dzięki treningowi muzycznemu \(usc.edu\)](https://www.usc.edu/news/2019/03/05/musical-training-improves-brain-activity-in-children)

⁴ [Muzyka, spójność społeczna i zrozumienie międzykulturowe: A conceptual framework for intercultural music engagement - Alexander Hew Dale Crooke, William Forde Thompson, Trisnasari Fraser, Jane Davidson, 2024 \(sagepub.com\)](https://www.sagepub.com/journalsPermissions.nav)

⁵ [Sprawozdanie z działalności - ECF - Sprawozdanie roczne \(culturalfoundation.eu\)](https://www.culturalfoundation.eu/)

Cele warsztatów

- Poprzez opowiadanie historii uczestnicy ćwiczą wyrażanie myśli i pomysłów w sposób jasny i pewny w drugim języku, poprawiając zarówno umiejętności językowe, jak i narracyjne.
- Dzielenie się i słuchanie historii z różnych środowisk zwiększa empatię, zmniejsza uprzedzenia i promuje głębsze zrozumienie różnych doświadczeń kulturowych i osobistych.
- Łącząc migrantów, uchodźców i lokalne społeczności, warsztaty pomagają budować silne więzi społeczne, wspierając poczucie przynależności i wzajemnego wsparcia wśród uczestników.

Podstawowe koncepcje edukacyjne

01 Agentywność



Opowiadanie uczestników:

Warsztaty wzmacniają pozycję uczestników, dając im kontrolę nad treścią i przebiegiem ich narracji. Ten samodzielny storytelling wspiera poczucie sprawczości, ponieważ poszczególne osoby wybierają sposób przedstawienia swojego osobistego i

kulturowego pochodzenia.

Możliwości podejmowania decyzji:

Uczestnicy decydują, czy podzielić się swoimi historiami w małych grupach, czy z całym zgromadzeniem, wspierając niezależność i samostanowienie w ramach wspierających warsztatów.

02 Ułatwienia



Wspierające środowisko: Prowadzący odgrywają kluczową rolę w tworzeniu przyjaznej atmosfery, która zachęca do dzielenia się i interakcji. Są oni przeszkoleni w zakresie poruszania drażliwych tematów z empatią i szacunkiem, zapewniając wszystkim uczestnikom poczucie komfortu i wsparcia.

Dyskusje z przewodnikiem:

Moderatorzy prowadzą dyskusje po opowiedzeniu historii, delikatnie kierując rozmowami w celu zbadania wspólnych tematów i różnorodnych doświadczeń. Metoda ta zapewnia, że dyskusje są inkluzywne i konstruktywne, pozwalając uczestnikom zastanowić się nad wspólnymi ludzkimi doświadczeniami, jednocześnie doceniając wyjątkowość kulturową.

03 Indukcyjne uczenie się



Nauka poprzez doświadczenie:

Warsztaty wykorzystują indukcyjne strategie uczenia się, pozwalając uczestnikom czerpać zrozumienie i spostrzeżenia z osobistych historii. Takie podejście pomaga ugruntować naukę, ponieważ uczestnicy łączą informacje emocjonalne i kulturowe z szerszymi koncepcjami.

Wspólne rozwiązywanie problemów:

Podczas dyskusji grupowych uczestnicy wspólnie badają rozwiązania lub odpowiedzi na scenariusze przedstawione w opowieściach, ćwicząc krytyczne myślenie i umiejętności społeczne w kontekście świata rzeczywistego.

Cele warsztatów opowiadania historii

- **Poprawa umiejętności komunikacyjnych:** Poprawa umiejętności opowiadania historii i umiejętności językowych uczestników poprzez ćwiczenia z przewodnikiem.
- **Wspieranie wymiany kulturowej:** Zachęcanie do dzielenia się osobistymi i kulturowymi historiami w celu zwiększenia wzajemnego zrozumienia.
- **Budowanie więzi społecznych:** Wzmacnianie więzi między uczestnikami poprzez dzielenie się osobistymi historiami, które współgrają z uniwersalnymi tematami.
- **Zachęcanie do wyrażania emocji:** Stworzenie wspierającej przestrzeni do wyrażania osobistych nadziei, marzeń i wspomnień.

Docelowi odbiorcy

Dzieci i młodzież ze środowisk migrantów i uchodźców wraz z rodzinami i członkami społeczności lokalnej.

Czas trwania

Około 2-3 godzin, co pozwala na wprowadzenie, opowiadanie historii, dyskusję i refleksję końcową.

Miejsce

Przebieg warsztatów powinien przebiegać w miejscu, które jest odpowiednie, takie jak pomieszczenie domu kultury, prywatny obszar biblioteki, a nawet miejsce na zewnątrz odpowiednie do spotkań.

Potrzebne materiały

- Wygodne miejsca siedzące w kręgu lub półokręgu.
- Sprzęt nagrywający do rejestrowania historii, jeśli wyrażono na to zgodę.
- Notatniki i długopisy dla uczestników, którzy wolą zapisywać swoje myśli.
- Elementy dekoracyjne tworzące przytulną atmosferę.
- Przekąski, aby uczynić środowisko bardziej zachęcającym.



Harmonogram warsztatów opowiadania historii

Czas	Aktywność	Opis
15 minut	Wprowadzenie	- Powitanie i ćwiczenia przełamujące lody, aby wszyscy czuli się komfortowo. Zobacz sprawdzone przykłady w załącznikach, które możesz dostosować. - Krótkie wyjaśnienie celu warsztatów i znaczenia tematów.
15 - 30 minut	Rozgrzewka	Prosty krąg opowieści, w którym każdy uczestnik dzieli się swoim imieniem i ulubionym wspomnieniem z dzieciństwa. Stanowi to precedens do dzielenia się i słuchania.
30-120 minut	Opowiadanie tematyczne	Część A: Indywidualna refleksja (15 minut) - Uczestnicy zastanawiają się nad własnymi doświadczeniami i zapisują kluczowe punkty dotyczące historii, którymi chcą się podzielić, związanych z domem, rodziną, nadziejami lub marzeniami. Część B: Opowiadanie w parach lub małych grupach (30 minut) - Uczestnicy łączą się w pary lub tworzą małe grupy, aby dzielić się swoimi historiami w bardziej intymnym otoczeniu, co może pomóc nieśmiałym uczestnikom poczuć się bardziej komfortowo. Część C: Dzielenie się z większą grupą (15-45 minut) - Wolontariusze dzielą się swoimi historiami z całą grupą. Nie każdy musi dzielić się swoimi doświadczeniami; kluczowy jest szacunek dla osobistego poziomu komfortu.
120-150 minut	Dyskusja z przewodnikami	- Omów wspólne tematy i emocje, które pojawiły się podczas opowiadania historii. - Podkreśl różnorodność doświadczeń, a także podobieństwa, które łączą nas wszystkich.
150-165 minut	Refleksja i zamknięcie	- Uczestnicy zastanawiają się nad tym, czego nauczyli się z historii innych. - Zakończ ćwiczeniem grupowym, które wzmocni poczucie wspólnoty, takim jak stworzenie wspólnego dzieła sztuki lub zdjęcia grupowego. - Zbieranie informacji zwrotnych na temat warsztatów w celu oceny ich wpływu i obszarów wymagających poprawy. - Dostarczanie informacji o przyszłych sesjach lub powiązanych działaniach, aby utrzymać zaangażowanie uczestników.

Uwagi dotyczące wdrażania

- Upewnij się, że facylitatorzy są przeszkoleni w zakresie empatycznego słuchania i wrażliwości kulturowej.
- Przygotuj się do radzenia sobie z emocjonalnymi reakcjami z ostrożnością i profesjonalizmem.
- Prowadzący powinni subtelnie kierować dyskusją, umożliwiając jej naturalny przebieg, zapewniając jednocześnie pełną szacunku i konstruktywną interakcję.

3.2 Kreatywność



Dlaczego kreatywność dla integracji: nauka języka i świadomość kulturowa?

Kreatywność odgrywa kluczową rolę w zwiększaniu wysiłków integracyjnych, szczególnie w zakresie nauki języka, świadomości kulturowej i integracji społecznej. Włączenie kreatywnego podejścia do zajęć pozalekcyjnych zapewnia liczne korzyści, które mogą znacznie wzbogacić proces integracji migrantów i uchodźców.

01 ACTIN Craft w akcji

Wielu migrantów i uchodźców przywozi ze sobą bogactwo umiejętności rzemieślniczych z ich rodzimych kultur, od tradycyjnego tkactwa i garncarstwa po haftowanie i obróbkę drewna. Umiejętności te są silną częścią ich tożsamości kulturowej, a z perspektywy ACTIN potencjalną drogą do integracji, dzielenia się umiejętnościami, a nawet szansą ekonomiczną w nowych społecznościach. ACTIN Craft in Action sugeruje wykorzystanie tych talentów poprzez serię warsztatów, podczas których migranci i uchodźcy w każdym wieku mogą doskonalić swoje umiejętności pod okiem wykwalifikowanych osób z lokalnej społeczności.



Irlandzka artystka gobelinów Francis Crowe prowadziła warsztaty dla migrantek i uchodźczyń i była tak zainspirowana, że stworzyła prowokujące do myślenia dzieło sztuki, które zagłębia się w ważne kwestie społeczne i kulturowe, zatytułowane **"Torn Apart"**. To potężne dzieło bada ludzkie doświadczenie interseksjonalności, nierówności i niesprawiedliwości społecznej, szczególnie przez pryzmat separacji rodzin. Obejrzyj film "Torn Apart" w reżyserii Frances Crowe.

Make it Happen

Jak zorganizować warsztaty rzemieślnicze przy minimalnym budżecie i wsparciu wolontariuszy? Mamy kilka pomysłów, które sprawdzą się w każdym wieku

Warsztaty tradycji włókienniczych

Wykonanie:

Współpraca z lokalnymi rzemieślnikami z branży tekstylnej, którzy mogą zgłosić się na ochotnika do nauczania różnych technik. Wykorzystanie darowanych lub używanych tkanin i tekstyliów. Wspólna kołdra lub gobelin może wykorzystywać materiały ze złomu, aby zminimalizować koszty.

Studio ceramiki i garncarstwa

Realizacja: Współpraca z lokalnym studium garncarskim, które może udostępnić przestrzeń poza godzinami szczytu po obniżonej cenie lub w zamian za reklamę. Wykorzystanie naturalnej gliny lub gliny pochodzącej z recyklingu innych projektów. Wolontariusze mogą zająć się nauczaniem i obsługą pieca.

Tworzenie biżuterii i metaloplastyka

Wykonanie: Pozyskaj niedrogie materiały, takie jak koraliki, druty i metale z recyklingu z darowizn lub centrów recyklingu rzemiosła. Artysci biżuterii mogą zgłosić się na ochotnika do prowadzenia sesji, dzieląc się narzędziami w celu obniżenia kosztów

Obróbka drewna i rzeźbienie

Wykonanie: Wykorzystanie odzyskanego drewna lub skrawków drewna od lokalnych stolarzy lub z placów budowy. Współpraca z emerytowanymi stolarzami lub szkołami stolarskimi w celu pozyskania instruktorów-wolontariuszy. Skoncentruj się na małych projektach, aby ograniczyć zużycie materiałów.

Koszykarstwo i rzemiosło tkackie

Wykonanie: Zbierz naturalne materiały, takie jak trzciny i trawy lub użyj pasków starej tkaniny. Lokalni tkacze lub starsi członkowie społeczności z umiejętnościami tkackimi mogą zgłosić się na ochotnika do nauczania.

Papierowe rękodzieło

Wykonanie: Wykorzystanie papieru z recyklingu, starych czasopism i gazet zebranych od społeczności. Lokalni artyści lub nauczyciele mogą zgłosić się na ochotnika do prowadzenia sesji na temat różnych technik papierniczych.

Tworzenie rzeźb kulturowych

Wykonanie: Użyj materiałów z recyklingu i niedrogiej gliny lub gipsu. Sesje rzeźbiarskie mogą być prowadzone przez lokalnych artystów lub studentów sztuki, którzy chcą zdobyć doświadczenie w nauczaniu lub godzinach pracy społecznej.

Upcykling i zrównoważone rzemiosło

Wykonanie: Organizowanie zbiórek starych mebli, tekstyliów i innych materiałów, które można poddać recyklingowi. Warsztaty prowadzone przez

entuzjastów majsterkowania lub lokalnych rzemieślników mogą skupiać się na przekształcaniu tych przedmiotów w nowe produkty.

Malarstwo i sztuki wizualne

Wykonanie: Zakup farb i płócien luzem lub użycie alternatywnych materiałów, takich jak karton, do malowania powierzchni. Lokalni malarze lub studenci sztuki mogą poświęcić swój czas na nauczanie i nadzorowanie projektów murali.

Maski kulturowe i rekwizyty do występów

Wykonanie: Wykorzystaj niedrogie materiały, takie jak papier-mache, karton i naturalne przedmioty do tworzenia masek. Grupy teatralne lub nauczyciele sztuki mogą zgłosić się na ochotnika do prowadzenia tych warsztatów, które mogą zakończyć się występem społeczności.

Ogólne wskazówki dotyczące zarządzania budżetem i zaangażowania wolontariuszy:

- **Tworzenie sieci kontaktów:** Budowanie silnych relacji z lokalnymi rzemieślnikami, uczelniami artystycznymi, emerytami i ośrodkami społecznymi w celu znalezienia wolontariuszy i darowizn zasobów.
- **Reklama:** Oferowanie korzyści promocyjnych rzemieślnikom i ośrodkom artystycznym, takich jak prezentowanie ich w promocjach wydarzeń, biuletynach społecznościowych i lokalnych mediach.
- **Dzielenie się zasobami:** Zachęcanie do dzielenia się i ponownego wykorzystywania materiałów w warsztatach w celu obniżenia kosztów.

I co najważniejsze.....

- **Zaangażowanie społeczności:** Zaangażowanie społeczności w zbieranie materiałów, pomoc w warsztatach i udział w wydarzeniach w celu rozłożenia ciężaru pracy i wzmocnienia poczucia odpowiedzialności.
- **Nauka języków obcych:** Włącz naukę języka i edukację kulturową do sesji rzemieślniczych, umożliwiając uczestnikom ćwiczenie umiejętności językowych w praktycznym, swobodnym otoczeniu.

Zapewnienie kreatywnego ujęcia może pomóc migrantom i uchodźcom radzić sobie ze stresem związanym z wysiedleniem i integracją. Tworzenie jest znane ze swoich terapeutycznych korzyści, takich jak zmniejszenie lęku i zwiększenie poczucia własnej wartości. Opanowanie i dzielenie się umiejętnościami może znacznie zwiększyć pewność siebie i poczucie spełnienia danej osoby, przyczyniając się pozytywnie do jej ogólnej integracji ze społecznością.





02 ACTIN Fotografia dla ekspresji

Siła fotografii umożliwiająca migrantom i uchodźcom opowiadanie swoich historii, wyrażanie emocji i dzielenie się swoimi perspektywami z szerszą społecznością jest pouczającym przedsięwzięciem.

Aby rozpocząć, warto rozważyć współpracę z lokalnymi fotografami lub klubem fotograficznym, którzy są gotowi poświęcić swój czas i wiedzę. Profesjonaliści ci mogą zapewnić warsztaty i praktyczne sesje szkoleniowe, ucząc uczestników podstawowych umiejętności fotograficznych, takich jak kompozycja, oświetlenie i opowiadanie historii za pomocą obrazów. Korzystając z wypożyczonych lub podarowanych aparatów fotograficznych - nawet prostych smartfonów - uczestnicy mogą zaangażować się w tę formę sztuki bez konieczności posiadania drogiego sprzętu.

Materiały do programu, takie jak statywy i dodatkowe aparaty, można pozyskać z darowizn lub pożyczek od członków społeczności lub lokalnych firm. Aby wyświetlić zdjęcia, należy rozważyć wystawy cyfrowe hostowane online lub wykorzystać przestrzenie społecznościowe, takie

jak biblioteki, kawiarnie i domy kultury, które mogą zaoferować miejsce na ścianie za darmo lub za minimalną opłatą.

Zachęcanie uczestników do odkrywania nowego środowiska poprzez spacer fotograficzny lub przydzielanie projektów, które odzwierciedlają ich osobiste doświadczenia i pochodzenie kulturowe, zakończone wystawą, która celebruje różnorodność i historie w społeczności. Zapewnia to nie tylko platformę do ekspresji i integracji, ale także sprzyja interakcji i zrozumieniu wśród lokalnej społeczności.

Skupiając się na dostępnej technologii i wykorzystując zasoby społeczności, inicjatywa Photography for Expression może wywrzeć znaczący wpływ, umożliwiając jednostkom łączenie się i kreatywne wyrażanie siebie, jednocześnie wspierając głębsze zrozumienie różnych kultur w społeczności.



Warsztaty kaligrafii to wspaniały sposób na zapoznanie uczestników ze sztuką pięknego pisma odręcznego. Kaligrafia to medytacyjna i satysfakcjonująca aktywność, która poprawia umiejętności motoryczne, docenia kulturę i ekspresję artystyczną. Ten warsztat jest odpowiedni dla nastolatków (w wieku 13-18 lat), starszej młodzieży (19-30 lat) i dorosłych (31+) i może być szczególnie atrakcyjny dla osób zainteresowanych sztuką, rzemiosłem i dziedzictwem kulturowym. Zalecamy korzystanie z różnych scenariuszy, które odzwierciedlają różne dziedzictwa kulturowe.

Cele

- **Poprawa umiejętności motorycznych:** Rozwijaj i doskonal umiejętności motoryczne uczestników poprzez precyzyjne ruchy wymagane w kaligrafii.
- **Promowanie uznania dla kultury:** Wprowadzenie różnych stylów kaligraficznych z całego świata, takich jak skrypty arabskie, chińskie lub zachodnie, zwiększające świadomość kulturową i uznanie.
- **Zwiększ cierpliwość i koncentrację:** Zachęcaj

uczestników do angażowania się w szczegółowe, skoncentrowane działania, które wymagają cierpliwości i koncentracji.

- **Ekspresja artystyczna:** Zapewnienie uczestnikom możliwości kreatywnego wyrażania siebie w wyjątkowy i osobisty sposób.

Potrzebne materiały

- Pióra lub pędzle do kaligrafii
- Pojemniki lub kartridże z tuszem
- Wysokiej jakości papier odpowiedni do kaligrafii
- Arkusze ćwiczeń z wytycznymi
- Przykłady kaligrafii z różnych kultur

Miejsce

Cicha sala lekcyjna lub pomieszczenie domu kultury ze stołami i wystarczającą przestrzenią dla uczestników do wygodnej pracy.

Czas trwania

Około 2-3 godzin, co pozwala na wprowadzenie do kaligrafii, czas na praktykę i dzielenie się pracą między uczestnikami.



Zwiedzanie muzeów oferuje wyjątkowe i wzbogacające doświadczenie dla migrantów i uchodźców, zapewniając im bezpieczne możliwości poznania i integracji z kulturą i historią ich nowej społeczności. Wycieczki te nie tylko pomagają w nauce języka, ale także sprzyjają głębszemu zrozumieniu lokalnego krajobrazu kulturowego, wzmacniając zarówno

więzi społeczne, jak i rozwój osobisty. Muzea, jako ostoje edukacyjne, służą jako bramy zarówno do przeszłości, jak i teraźniejszości, co czyni je idealnymi miejscami dla nowo przybyłych, aby połączyć się z dziedzictwem ich nowego domu, zachowując jednocześnie istotę własnej tożsamości kulturowej.

Korzyści z wycieczki do muzeum dla migrantów i uchodźców

Integracja i świadomość kulturowa:

Migranci i uchodźcy zyskują cenny wgląd w lokalną historię i dynamikę kulturową, która kształtuje ich nową społeczność, wspomagając ich proces integracji. Kontakt z różnorodnymi kulturami w muzeach pomaga uczestnikom docenić różnorodność kulturową, w tym zobaczyć własne kultury odzwierciedlone w globalnej narracji.

Nauka języków obcych:

Interaktywne wyświetlacze i instalacje multimedialne w muzeach zapewniają angażujący kontekst do nauki języka, pomagając migrantom i uchodźcom poprawić ich słownictwo i praktyczne umiejętności komunikacyjne. Bogate, kontekstowe ustawienia oferowane przez muzea zwiększają zrozumienie języka, umożliwiając uczestnikom ćwiczenie nowych umiejętności językowych w rzeczywistych scenariuszach.

Powiązania społeczne i Budynek wspólnoty:

Wycieczki do muzeów stwarzają migrantom i uchodźcom możliwość budowania nowych sieci społecznych, wspierając więzi poprzez wspólne doświadczenia kulturowe i dyskusje. Zajęcia grupowe w muzeum zachęcają społeczność do zaangażowania i wsparcia, zapewniając przyjazne środowisko dla wszystkich uczestników.

Postęp edukacyjny:

Muzea oferują dostęp do dodatkowych zasobów edukacyjnych, które pogłębiają zrozumienie przez uczestników różnych przedmiotów akademickich poprzez namacalne, interaktywne doświadczenia edukacyjne. Angażując się w eksponaty muzealne, uczestnicy rozwijają umiejętności krytycznego myślenia i obserwacji, zwiększając swoją zdolność do analizowania i interpretowania informacji.

Dobre samopoczucie psychiczne:

Wystawy prezentujące ludzką kreatywność i odporność mogą inspirować i motywować migrantów i uchodźców, dostarczając im porównywalnych historii pokonywania przeciwności losu. Wciągające i edukacyjne środowisko muzeów oferuje ulgę w stresie i wzbogacenie psychiczne, przyczyniając się do ogólnego dobrego samopoczucia uczestników.

Wizyta w **muzeum ludowym lub dziedzictwa kulturowego** oferuje wyjątkową okazję do zagłębienia się w tradycje, zwyczaje i codzienne życie danej kultury. Muzea te często prezentują lokalne rzemiosło, tradycyjne stroje, narzędzia i historyczne artefakty, które ożywiają historie i osiągnięcia zwykłych ludzi, sprawiając, że nauka kulturowa jest zarówno relatywna, jak i wciągająca. Muzea ludowe mogą być interesującym miejscem do tworzenia poczucia ciągłości i przynależności, szczególnie dla tych, którzy starają się znaleźć swoje miejsce w nowym otoczeniu kulturowym, zachowując jednocześnie własne dziedzictwo.



Warsztaty sztuki sensorycznej mają na celu stworzenie wyjątkowego i integracyjnego doświadczenia artystycznego, które angażuje wiele zmysłów, czyniąc sztukę dostępną i przyjemną dla wszystkich uczestników, w tym osób z wrażliwością sensoryczną lub niepełnosprawnością. Warsztaty te mogą być szczególnie korzystne w integracji różnorodnych społeczności, ponieważ zachęcają do ekspresji i komunikacji za pomocą środków niewerbalnych.

Warsztaty sztuki sensorycznej w ramach inicjatywy ACTIN mogą przynieść znaczne korzyści uczestnikom poprzez poprawę integracji sensorycznej, promowanie ekspresji emocjonalnej i poprawę umiejętności społecznych. Podnoszą również świadomość na temat znaczenia dostępności w sztuce i mogą pomóc przełamać bariery w uczestnictwie w kulturze dla osób z wrażliwością sensoryczną. Warsztaty te zapewniają korzyści terapeutyczne i mogą wzbogacić tkankę kulturową społeczności.

Oto jak skutecznie zorganizować i przeprowadzić takie warsztaty:

Planowanie warsztatów

Wybór miejsca: Wybierz miejsce, które jest dostępne i wygodne, z odpowiednią przestrzenią do poruszania się i różnymi stacjami aktywności. Upewnij się, że środowisko można dostosować do potrzeb sensorycznych, takich jak oświetlenie i kontrola dźwięku.

Przygotowanie materiałów: Wybierz materiały, które bezpiecznie i angażująco stymulują różne zmysły. Obejmuje to materiały dotykowe, takie jak glina, tkanina lub pianka; materiały wizualne, takie jak jasne kolory i światła; materiały słuchowe, takie jak muzyka lub efekty dźwiękowe; a nawet materiały węchowe o niedrażniących zapachach.

Struktura warsztatów:

Zaplanuj ustrukturyzowane działania, które pozwolą zarówno na samodzielną, jak i kierowaną eksplorację materiałów. Aktywności powinny być elastyczne, aby dostosować się do poziomu komfortu i progów sensorycznych uczestników.

Zaangażowanie specjalistów: Zaangażuj specjalistów, takich jak terapeuci zajęciowi, eksperci ds. edukacji specjalnej lub artyści wykwalifikowani w technikach sztuki sensorycznej, aby zaprojektować działania, które są korzystne terapeutycznie i twórczo satysfakcjonujące.

Przygotowanie uczestników: Przekazanie uczestnikom i ich opiekunom (jeśli dotyczy) jasnych informacji o tym, czego mogą się spodziewać podczas warsztatów, w tym o rodzajach aktywności i zaangażowanych materiałach. Pomaga to w zarządzaniu oczekiwaniami i odpowiednim przygotowaniu uczestników do doświadczeń sensorycznych.

Ćwiczenia rozgrzewające: Rozpocznij od prostych, uspokajających czynności, aby wprowadzić uczestników w środowisko sensoryczne. Może to obejmować proste rozciąganie, głębokie oddychanie lub krótką medytację z przewodnikiem.

Stacje rotacyjne: Ustaw różne stacje, które koncentrują się na konkretnych doświadczeniach sensorycznych, pozwalając uczestnikom poruszać się we własnym tempie. Każda stacja powinna mieć jasne instrukcje i personel pomocniczy, który pomoże uczestnikom w razie potrzeby.

Wspólne projekty: Włącz wspólne projekty, które zachęcają do pracy zespołowej i interakcji społecznych, takie jak duży mural lub rzeźba grupowa. Sprzyja to poczuciu wspólnoty i wspólnych osiągnięć.

Wyciszenie i refleksja: Zakończ ćwiczenie przerwą, podczas której uczestnicy mogą się zrelaksować i zastanowić nad swoimi dziełami i doświadczeniami. Zapewnij możliwość uzyskania informacji zwrotnej i wyrażenia swoich odczuć i spostrzeżeń.

Działania po warsztatach

Wystawa lub sesja wymiany: Zorganizuj wystawę lub sesję wymiany, podczas której uczestnicy będą mogli zaprezentować i omówić swoje prace. W ten sposób można uczcić ich osiągnięcia i podzielić się ich twórczą ekspresją z szerszą publicznością.

Zbieranie informacji zwrotnych: Zbieranie informacji zwrotnych od uczestników i opiekunów w celu zrozumienia ich doświadczeń i zebrania sugestii dotyczących ulepszenia przyszłych warsztatów.

Dokumentacja i promocja: Dokumentowanie warsztatów za pomocą zdjęć lub filmów (z zapewnieniem poszanowania prywatności i zgody) w celu promowania korzyści płynących z warsztatów sztuki sensorycznej i zachęcania do szerszego stosowania podobnych programów.



Prowadzenie warsztatów



żywienie



DLaczego żywność i żywienie dla integracji: nauka języka i świadomość kulturowa

Jedzenie jest uniwersalnym językiem, który przekracza bariery kulturowe i językowe, co czyni go wyjątkowym narzędziem integracji, nauki języka i świadomości kulturowej. Włączenie żywności i żywienia do programów mających na celu pomoc migrantom i uchodźcom może znacznie zwiększyć ich skuteczność poprzez wspieranie więzi społecznych, ułatwianie komunikacji i wzbogacanie zrozumienia kulturowego.

Odkrywanie roli żywności w integracji

Nie ma większej rzeczy, która łączy nas jako ludzi niż jedzenie. Wszyscy musimy jeść, a większość z nas lubi odkrywać nowe smaki i potrawy. Siedzenie przy stole to coś więcej niż tylko posiłek - to szansa na nawiązanie kontaktu. Dzieląc się różnymi potrawami, dzielimy się również próbami i kłopotami naszego dnia. Jedzenie z innymi otwiera rozmowy, pomaga nam odkryć wspólną płaszczyznę i stanowi nieocenioną okazję do poznania kultur i życia innych osób.

W kontekście ACTIN, gdy nasi migranci i uchodźcy angażują się w lokalne składniki i wypróbują nowe przepisy, mają szansę ćwiczyć swoje umiejętności językowe i poznawać lokalne zwyczaje w naturalnym i przyjemnym otoczeniu. Rodzaj wspólnych doświadczeń kulinarnych, o których piszemy na kolejnych stronach, pomaga przełamać bariery, umożliwiając nawiązywanie przyjaźni i głębszą integrację ze społecznością.

ACTIN Globalna kuchnia - gotuj i rozmawiaj

Stworzenie serii ACTIN Global Cuisine Cook and Talk oferuje angażującą inicjatywę kulinarną zaprojektowaną w celu uczczenia różnorodnych tradycji kulinarnych przywiezionych do społeczności przez migrantów i uchodźców z całego świata. Ta seria zaprasza uczestników do wspólnego gotowania, dzielenia się posiłkami i angażowania się w znaczące rozmowy o jedzeniu, kulturze i osobistych historiach.

Każda sesja może koncentrować się na potrawach z różnych krajów, zapewniając platformę wymiany kulturowej i wzajemnego zrozumienia poprzez uniwersalny język jedzenia. Gotując i rozmawiając, uczestnicy nie tylko doskonalą swoje umiejętności kulinarne, ale także pogłębiają swoje uznanie dla globalnych kultur, wspierając poczucie wspólnoty i integracji. Dla inspiracji, oto kilka najlepszych praktyk w tej dziedzinie.

Sligo Global Kitchen - Irlandia rozpoczął się jako projekt artystyczny wspierany przez The Model, centrum sztuki współczesnej w Sligo w Irlandii. Został on zainicjowany w celu stworzenia przestrzeni dla osób żyjących w bezpośredniej opiece społecznej, aby mogły gotować, jeść i spotykać się z lokalną społecznością.

Kluczowe elementy

Zaangażowanie społeczności: SGK regularnie organizuje posiłki otwarte dla publiczności, na które każdy może przyjść i skosztować różnorodnych potraw, wspierając ducha społeczności i wymianę kulturową.

Wzmocnienie pozycji poprzez uczestnictwo: Uczestnicy na zmianę prowadzą sesje gotowania, prezentując potrawy ze swoich krajów, co wzmacnia ich pozycję poprzez docenienie ich wiedzy kulturowej i umiejętności kulinarnych.

Wpływ: SGK przekształciło się w tętniącą życiem inicjatywę społeczną, w której ludzie z wielu różnych środowisk kulturowych spotykają się, aby dzielić się swoją tradycyjną kuchnią z mieszkańcami i innymi migrantami. Pomogło to zmniejszyć izolację społeczną, której często doświadczają osoby objęte bezpośrednią opieką, jednocześnie wzbogacając krajobraz kulturowy lokalnej społeczności.



www.facebook.com/foodsies/



"MMM... wielokulturowe gotowanie: Mieszanie smaków - dopasowywanie narodów w Ioannina's Kitchen - Grecja

Symposium Ioannina's Kitchen "MMM...multicultural Cooking: Mixing Flavours - Matching Nations" to dynamiczne wydarzenie kulinarne odbywające się w Ioanninie w Grecji, które celebrowa wielokulturowe gotowanie i budowanie społeczności. Inicjatywa ta została zaprojektowana w celu zniwelowania podziałów kulturowych i wspierania jedności poprzez wspólne doświadczenie gotowania i jedzenia.

Najważniejsze wydarzenia

Warsztaty wymiany kulturalnej:

Wydarzenie obejmuje warsztaty kulinarne, podczas których uczestnicy uczą się nawzajem, jak przygotowywać potrawy z ich ojczystych krajów, ułatwiając wymianę tradycji kulinarnych i historii.

Integracja społeczności:

Angażując zarówno miejscowych, jak i migrantów, Kitchen Symposium wzmacnia spójność społeczną i pomaga nowo przybyłym poczuć się mile widzianymi członkami społeczności.

Symposium kończy się publiczną ucztą, na której prezentowane są wielokulturowe potrawy przygotowane podczas warsztatów, przyciągając szersze zaangażowanie opinii publicznej i uwagę mediów na pozytywny wpływ takich interakcji kulturowych. Wydarzenie było otwarte dla publiczności, a uczestnicy mieli okazję skosztować specjałów z Syrii, Iraku, Sierra Leone, Grecji, a także przepisu od żydowskiej społeczności Romaniotes w Ioanninie.

[Jedzenie łączy: Świątowanie wielokulturowego gotowania na sympozjum kuchennym w Ioanninie - EPIC-UP \(\[epicamif.eu\]\(http://epicamif.eu\)\)](#)

ACTIN Heritage Recipe Exchange to żywy, edukacyjny i przyjemny sposób na wspieranie integracji i celebrowanie bogatej gamy żywności i kultur w danej społeczności. Zapewnia platformę do opowiadania historii, uczenia się i nawiązywania kontaktów, dzięki czemu jest cennym dodatkiem do każdej inicjatywy integracji kulturowej. ACTIN Heritage Recipe Exchange to działanie mające na celu uczczenie różnorodności kulturowej i wspieranie integracji społeczności poprzez dzielenie się tradycyjnymi

przepisami. Uczestnicy są zachęceni do przynoszenia przepisów ze swoich środowisk kulturowych, przygotowywania ich razem i dzielenia się historiami związanymi z tymi potrawami. To ćwiczenie pomaga uczestnikom poznać różne kuchnie, techniki gotowania i kontekst historyczny różnych potraw. Ta aktywność jest odpowiednia dla wszystkich grup wiekowych, ale jest szczególnie wciągająca dla rodzin, entuzjastów kulinariów i osób zainteresowanych historią kultury.

Cele

Docenianie kultury: Zwiększenie zrozumienia i docenienia różnych kultur poprzez ich tradycje kulinarne.

Ćwiczenia językowe: Rozwijaj umiejętności językowe, gdy uczestnicy wyjaśniają przepisy, terminy kulinarne i historie związane z jedzeniem w nowym języku.

Integracja społeczna: Wspieranie więzi i przyjaźni między różnymi członkami społeczności poprzez wspólne gotowanie.

Możliwości edukacyjne: Nauczanie informacji żywieniowych, umiejętności gotowania i bezpiecznego obchodzenia się z żywnością.

- Przestrzeń kuchenna odpowiednia do gotowania i spożywania posiłków. Przybory kuchenne i wyposażenie.
- Składniki do przepisów (w razie potrzeby uczestnicy mogą przynieść określone produkty).
- Drukowane karty z przepisami (patrz następna strona) lub platforma cyfrowa do udostępniania i dokumentowania przepisów.

Miejsce

Kuchnia w domu kultury, szkolna klasa ekonomii domowej lub dowolne odpowiednie miejsce z zapleczem kuchennym.

Czas trwania

Około 3-4 godzin, w tym czas na gotowanie, jedzenie i dyskusję.

Czas	Aktywność	Opis
30 min	Wprowadzenie i konfiguracja	Uczestnicy przedstawiają swoje przepisy i dzielą się kulturowym znaczeniem lub osobistymi historiami z nimi związanymi.
2 godziny	Sesja gotowania	Uczestnicy gotują swoje potrawy w małych grupach, pomagając sobie nawzajem i ucząc się od siebie nawzajem pod okiem szefa kuchni lub doświadczonego gospodarza.
30 min	Dzielenie się posiłkami i dyskusja	Wszyscy siedzą razem, aby cieszyć się przygotowanymi posiłkami, dyskutując o smakach, składnikach i zastosowanych technikach gotowania.
30 minut	Refleksja i informacje zwrotne	Uczestnicy zastanawiają się nad tym, czego się nauczyli, wymieniają się informacjami zwrotnymi i omawiają, w jaki sposób doświadczenie to wpłynęło na ich zrozumienie różnych kultur.

.....

.....

Porcje:

[illegible][illegible][illegible]

3.4 Natura



Dlaczego natura dla integracji: nauka języka i świadomość kulturowa

Objęcie natury zapewnia wyjątkową i wzbogacającą ścieżkę integracji migrantów i uchodźców w nowych społecznościach. Działania oparte na naturze oferują spokojne i neutralne otoczenie, które może złagodzić stres związany z adaptacją. Wspólne doświadczenia na świeżym powietrzu, takie jak piesze wędrówki lub ogrodnictwo, mogą pomóc przełamać bariery kulturowe i promować wzajemne zrozumienie. Wychodząc na zewnątrz, uczestnicy wkraczają w świat nauki i więzi, gdzie natura służy zarówno jako klasa, jak i pomost między kulturami.

01

Przyrodnicze spacery i wędrówki z przewodnikiem

Spacer i wędrówki z przewodnikiem oferują migrantom i uchodźcom, w tym rodzinom z dziećmi, możliwość odkrywania różnorodnych krajobrazów ich nowych środowisk, jednocześnie ucząc się o lokalnych roślinach i systemach ekologicznych. Te wycieczki z przewodnikiem powinny być wzbogacone o dyskusje na temat rodzimej flory, tradycyjnych zastosowań roślin i lokalnych wysiłków na rzecz ochrony przyrody, pogłębiając więź uczestników z ich nowym domem. Dostosowane zajęcia dla dzieci, takie jak polowanie na padlinożerców, mogą sprawić, że te spacer i wędrówki będą edukacyjne i wciągające dla wszystkich grup wiekowych, wspierając poczucie zachwytu i szacunku dla



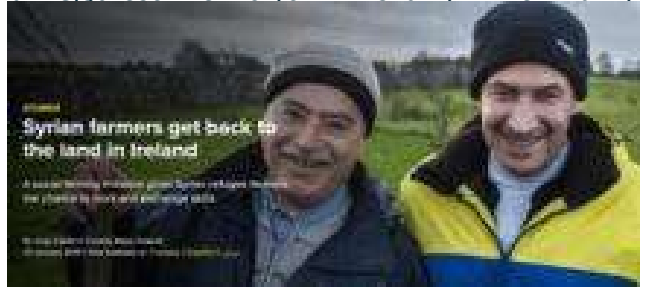
Choć nie opiera się na naturze, **L'Alternative Urbaine à Bordeaux** oferuje interesujący model szkolenia osób z dala od zatrudnienia, takich jak migranci, aby stać się miejskimi "przewodnikami turystycznymi".

02 Projekty ogrodnicze i rolnicze, np. rolnictwo społeczne

Projekty ogrodnicze i rolnicze, w tym rolnictwo społeczne, oferują migrantom i uchodźcom praktyczny i terapeutyczny sposób na nawiązanie kontaktu z nowym środowiskiem i społecznością. Inicjatywy te zapewniają przestrzeń, w której osoby mogą uczyć się umiejętności rolniczych, angażować się w aktywność fizyczną i czerpać terapeutyczne korzyści z pracy z ziemią. Uczestnicy mogą uprawiać rośliny rodzime zarówno dla ich nowych, jak i pierwotnych domów, wspierając poczucie ciągłości i przynależności. Projekty te zachęcają również społeczność do interakcji i współpracy, tworząc sieć wsparcia, w ramach której dzielona jest wiedza kulturowa i techniki rolnicze. W rezultacie ogrodnictwo i rolnictwo mogą pomóc ułatwić migrantom i uchodźcom transformację, zapewniając im poczucie celu, więzi ze

społecznością i satysfakcję z wkładu w nowe społeczeństwo.

W hrabstwie Mayo w Irlandii 10-tygodniowa inicjatywa rolnictwa społecznego dla syryjskich uchodźców daje uchodźcom możliwość wymiany umiejętności rolniczych z lokalnymi rolnikami,



(UNHCR)

03 Wycieczki po dzikiej przyrodzie

Wycieczki po dzikiej przyrodzie mogą zapewnić ukierunkowane doświadczenie edukacyjne, które pozwala migrantom i uchodźcom stanąć twarzą w twarz z lokalną dziką przyrodą, pod przewodnictwem lokalnych ekspertów, którzy wyjaśniają zachowania zwierząt, wyzwania związane z ochroną przyrody i ich rolę ekologiczną. Wycieczki te często prowadzą do dyskusji na temat szerszych kwestii środowiskowych, pomagając nowo przybyłym docenić globalne i lokalne wysiłki na rzecz ochrony dzikiej przyrody i inspirując ich do aktywnego uczestnictwa w tych inicjatywach. Najważniejsze wskazówki dotyczące organizacji i uczestnictwa w wycieczkach przyrodniczych:

Przygotowanie i edukacja: Przed wyruszeniem na wycieczkę wśród dzikiej przyrody należy upewnić się, że wszyscy uczestnicy zostali poinformowani o rodzajach zwierząt, które mogą zobaczyć, ich znaczeniu dla lokalnego ekosystemu oraz wszelkich wytycznych dotyczących bezpieczeństwa. Edukacja na temat lokalnej dzikiej przyrody może wzbogacić doświadczenie i sprzyjać głębszemu docenieniu.

Szanuj dziką przyrodę: Zawsze zachowuj bezpieczną odległość od zwierząt, unikaj karmienia dzikich zwierząt i utrzymuj niski poziom hałasu, aby zminimalizować zakłócenia. Poszanowanie naturalnego środowiska dzikich zwierząt ma kluczowe znaczenie dla ich dobrego samopoczucia i prawdziwego doświadczenia obserwacyjnego.

04 Działania na rzecz ochrony różnorodności biologicznej, np. pszczelarstwo

Działania na rzecz ochrony bioróżnorodności, takie jak pszczelarstwo, są szczególnie korzystne dla migrantów i uchodźców, ponieważ zapewniają praktyczne umiejętności i łączą ich z nowym środowiskiem. Zaangażowanie w pszczelarstwo pomaga migrantom i uchodźcom poznać lokalną różnorodność biologiczną i praktyki środowiskowe, jednocześnie poprawiając umiejętności językowe poprzez praktyczne działania i interakcję z lokalnymi ekspertami.

Bees and Refugees to organizacja zajmująca się sprawiedliwością środowiskową, która opracowała interesujący model promowania pszczelarstwa jako rzemiosła, działalności budującej społeczność i praktyki terapeutycznej zarówno dla uchodźców, jak i lokalnych społeczności w Londynie.

www.beesandrefugees.org.uk

05 Wyprawy wędkarskie

Wyprawy wędkarskie są szczególnie korzystne dla starszych migrantów i uchodźców, oferując relaksujący sposób na poznanie lokalnych zasad połowów i zaangażowanie się w życie społeczności. Działania te są odpowiednie dla osób starszych, ponieważ zapewniają spokojne, cierpliwe środowisko idealne dla tych, którzy mogą docenić wolniejsze tempo aktywności. Wielu uchodźców z regionów przybrzeżnych Syrii pochodzi ze środowisk, w których rybołówstwo jest źródłem utrzymania lub praktyką kulturową. Takie pochodzenie może ułatwić ich integrację z nowymi społecznościami, zwłaszcza tymi położonymi w pobliżu zbiorników wodnych, gdzie

rybołówstwo jest powszechne. Uczestnicy tego typu działań mogą dowiedzieć się o zrównoważonych praktykach połowowych, lokalnych gatunkach i przestrzeganiu przepisów połowowych, które mają kluczowe znaczenie dla ochrony środowiska i legalnego rybołówstwa.

Włączenie praktycznych działań, takich jak wędkarstwo, do nauki języka może sprawić, że proces będzie bardziej angażujący i skuteczny, szczególnie dla starszych migrantów i uchodźców, którzy mogą uznać, że praktyczne i kulturowo znane konteksty zwiększają ich zdolność do przyswajania nowego języka i wiedzy kulturowej.

3.5 Sport i rekreacja



Dlaczego sport i rekreacja dla integracji: nauka języka i świadomość kulturowa

Zajęcia sportowe i rekreacyjne stanowią dynamiczną platformę integracji, szczególnie skuteczną dla migrantów i uchodźców uczących się nowego języka i aklimatyzujących się w nowej kulturze. Działania te w naturalny sposób sprzyjają interakcjom społecznym i duchowi zespołowemu, tworząc przyjazne środowisko, w którym łatwiej jest pokonać bariery językowe.

01 Przygoda i eksploracja

Przygody i działania eksploracyjne, takie jak wspinaczka skałkowa, biegi na orientację i spływy kajakowe, zapewniają migrantom i uchodźcom ekscytujący sposób na zaangażowanie się w nowe środowisko. Te wyzwania na świeżym powietrzu zachęcają uczestników do wyjścia ze swoich stref komfortu, wspierając rozwój osobisty i odporność. Dzięki tym zajęciom uczestnicy mają doskonałą okazję do rozwijania umiejętności językowych, postępując zgodnie z instrukcjami, komunikując się z członkami zespołu i angażując się w rozwiązywanie problemów.

Gdy działania obejmują osoby z szerszej społeczności, nauka oparta na przygodzie zostaje przeniesiona na inny poziom, pomagając rozwijać zaufanie, pracę zespołową i przywództwo, co czyni ją skutecznym narzędziem wymiany kulturowej i integracji społeczności.



Uczynienie tradycyjnego sportu przyjaznym

Tradycyjne sporty, takie jak futbol gaelicki, krykiet czy bule, mogą odgrywać znaczącą rolę we wspieraniu integracji społeczności, jeśli są dostępne dla uchodźców i migrantów. Organizując sesje "wypróbuj" i kładąc nacisk na wymianę kulturową, a nie na rywalizację, sporty te stają się sposobem dla nowo przybyłych na połączenie się z lokalnymi tradycjami, naukę nowych umiejętności i nawiązywanie przyjaźni w nowych społecznościach. Aby stworzyć środowisko sprzyjające integracji, organizatorzy powinni oferować jasne, proste instrukcje, zapewniać wsparcie językowe i zachęcać do udziału osoby na wszystkich poziomach umiejętności. Oto kilka dodatkowych wskazówek, jak sprawić, by tradycyjne sporty były przyjazne dla uchodźców i migrantów:

Wrażliwość kulturowa: Należy pamiętać o różnicach kulturowych w zachowaniu, skromności i kontakcie fizycznym podczas zajęć.

Wsparcie językowe: W miarę możliwości korzystaj z pomocy wizualnych i dwujęzycznych instrukcji, aby upewnić się, że wszyscy rozumieją zasady i mogą pewnie uczestniczyć w zajęciach.

Zasady włączające: W razie potrzeby nieznacznie zmodyfikuj zasady, aby uwzględnić różne poziomy umiejętności i doświadczenia, promując zabawne i wspierające środowisko.

Mieszanka miejscowych i imigrantów: Zachęcaj lokalnych uczestników do dołączenia, zapewniając zrównoważoną mieszankę miejscowych i przybyszów w celu wspierania wymiany kulturowej.

Zapewnienie sprzętu: Upewnij się, że sprzęt jest dostępny dla wszystkich, zwłaszcza dla tych, którzy mogą nie znać wymaganego sprzętu lub nie mieć do niego dostępu.

Wielokulturowe wydarzenia sportowe/pikniki

Wielokulturowe wydarzenia sportowe i pikniki tworzą otwarte i przyjazne środowisko dla migrantów, uchodźców i mieszkańców, którzy mogą łączyć się poprzez swobodne zajęcia i wspólne posiłki. Wydarzenia te łączą sporty takie jak piłka nożna, siatkówka czy frisbee z elementami społecznymi, takimi jak pikniki, na które uczestnicy przynoszą tradycyjne potrawy ze swoich kultur. Nieformalny charakter tych spotkań zachęca do uczestnictwa osoby w każdym wieku i o różnych umiejętnościach, zapewniając platformę do nauki języka i wymiany kulturowej. Organizowanie rodzinnych gier i mieszanie zespołów pomaga przełamać bariery i sprzyja zrozumieniu i przyjaźniom w swobodnej atmosferze.

sposobem na rozpoczęcie wielokulturowego wydarzenia sportowego lub pikniku jest zorganizowanie zabawnego ćwiczenia przełamującego lody w celu przedstawienia uczestników. Proste gry, takie jak "Human Bingo", w których uczestnicy zadają sobie nawzajem pytania, aby znaleźć podobieństwa (np. "Znajdź kogoś, kto mieszkał w więcej niż trzech krajach"), mogą rozgrzać grupę. Zachęca to do interakcji, pomaga ludziom czuć się bardziej komfortowo i tworzy integracyjną atmosferę przed rozpoczęciem zajęć sportowych. Te małe wysiłki pomagają budować więzi i nadają przyjazny ton całemu dniu. Więcej świetnych pomysłów na przełamanie lodów znajduje się w załączniku.



Sztafeta kulturowa może być świetnym przykładem wielokulturowej gry rodzinnej na takie wydarzenia. Ta sztafeta może obejmować uczestników wykonujących zabawne zadania reprezentujące różne kultury. Na przykład jeden etap może obejmować balansowanie tradycyjnym koszem na głowie, inny może polegać na podskakiwaniu podczas noszenia przedmiotu związanego z symbolem kulturowym lub rzucaniu małą piłką do kosza reprezentującego lokalny sport. Mieszanie elementów kulturowych z różnych środowisk tworzy zabawną i edukacyjną grę, która zachęca do pracy zespołowej i doceniania kultury.



Dlaczego dobre samopoczucie dla integracji: nauka języka i świadomość kulturowa

Skupienie się na dobrym samopoczuciu ma zasadnicze znaczenie dla udanej integracji, szczególnie w przypadku migrantów i uchodźców, którzy stoją przed poważnymi wyzwaniami związanymi z adaptacją do nowego środowiska. Zajęcia poprawiające samopoczucie - takie jak joga, uważność i dyskusje grupowe - pomagają uczestnikom radzić sobie ze stresem, poprawiają zdrowie psychiczne i wzmacniają odporność emocjonalną. Zajęcia te zapewniają również możliwość ćwiczenia języka w relaksującym i wspierającym otoczeniu.

01 — Zrozumienie zdrowia psychicznego i wsparcia w społeczności

Dla migrantów i uchodźców zrozumienie usług w zakresie zdrowia psychicznego w ich nowej społeczności ma kluczowe znaczenie dla ich dobrego samopoczucia i udanej integracji. Wiele osób może zmagać się ze stresem, traumą lub wyzwaniami związanymi z dostosowaniem kulturowym, które wpływają na ich zdrowie psychiczne. Dostarczanie jasnych informacji o lokalnych zasobach zdrowia psychicznego, takich jak usługi doradcze, grupy wsparcia lub programy odnowy biologicznej, umożliwia jednostkom poszukiwanie pomocy w razie potrzeby.

Edukacja uczestników na temat kulturowego postrzegania zdrowia psychicznego w ich nowej społeczności również promuje lepsze zrozumienie, zmniejszając stygmatyzację i zachęcając do pozytywnych strategii radzenia sobie, gdy przystosowują się do nowego środowiska.

Rusztowanie emocjonalne i społeczne

Rusztowanie emocjonalne i społeczne obejmuje zapewnienie niezbędnych struktur wsparcia, aby pomóc migrantom i uchodźcom dostosować się do nowych społeczności. Obejmuje to wsparcie emocjonalne, wspieranie poczucia przynależności i budowanie sieci społecznych. Rusztowanie emocjonalne i społeczne odgrywa kluczową rolę w nauce języka i świadomości kulturowej, zapewniając wspierające środowisko, w którym migranci i uchodźcy czują się komfortowo i pewnie angażując się w nowe języki i kultury.

Wsparcie emocjonalne zmniejsza niepokój i promuje pozytywne nastawienie, które jest niezbędne do przyswajania nowych informacji. Szkielet społeczny, taki jak sieci społecznościowe lub grupy rówieśnicze, oferuje rzeczywiste możliwości praktyki językowej i wymiany kulturowej. Struktury te tworzą bezpieczne przestrzenie do popełniania błędów i uczenia się poprzez interakcję, ostatecznie zwiększając zarówno biegłość językową, jak i integrację kulturową.

ACT and Connect for Integration (ACTIN) Buddy Scheme odgrywa kluczową rolę poprzez tworzenie wspierających, edukacyjnych (nieformalnych) i wzajemnych relacji między migrantami, uchodźcami i mieszkańcami. Dzięki temu programowi obie grupy mogą się rozwijać, rozwijając znaczące kontakty i angażować się we wzajemne uczenie się, tworząc integracyjne środowisko, które wzmacnia odporność i więzi społeczne.



Budowanie odporności

Budowanie odporności ma kluczowe znaczenie dla migrantów i uchodźców. Wzmacnianie odporności obejmuje rozwijanie emocjonalnych i psychologicznych narzędzi niezbędnych do stawiania czoła trudnościom, dostosowywania się do zmian i odradzania się po niepowodzeniach. Poprzez zajęcia grupowe i dyskusje, migranci i uchodźcy w każdym wieku mogą być upoważnieni do rozpoznania i docenienia swojej wewnętrznej siły.

**Działanie związane z budowaniem odporności:
Koło rozwiązywania problemów**

Cel: Budowanie odporności poprzez wspólne rozwiązywanie problemów, wspieranie siły emocjonalnej i krytycznego myślenia. **Działanie:**

1. Utwórz krąg z uczestnikami.
2. Każda osoba zapisuje wyzwanie, przed którym stanęła (osobiste lub związane z integracją).
3. Grupa na zmianę dzieli się swoimi wyzwaniami.
4. W miarę dzielenia się każdym wyzwaniem grupa wspólnie sugeruje możliwe rozwiązania lub strategie radzenia sobie.
5. Wspólnie zastanówcie się, jak te strategie można zastosować w rzeczywistych sytuacjach.

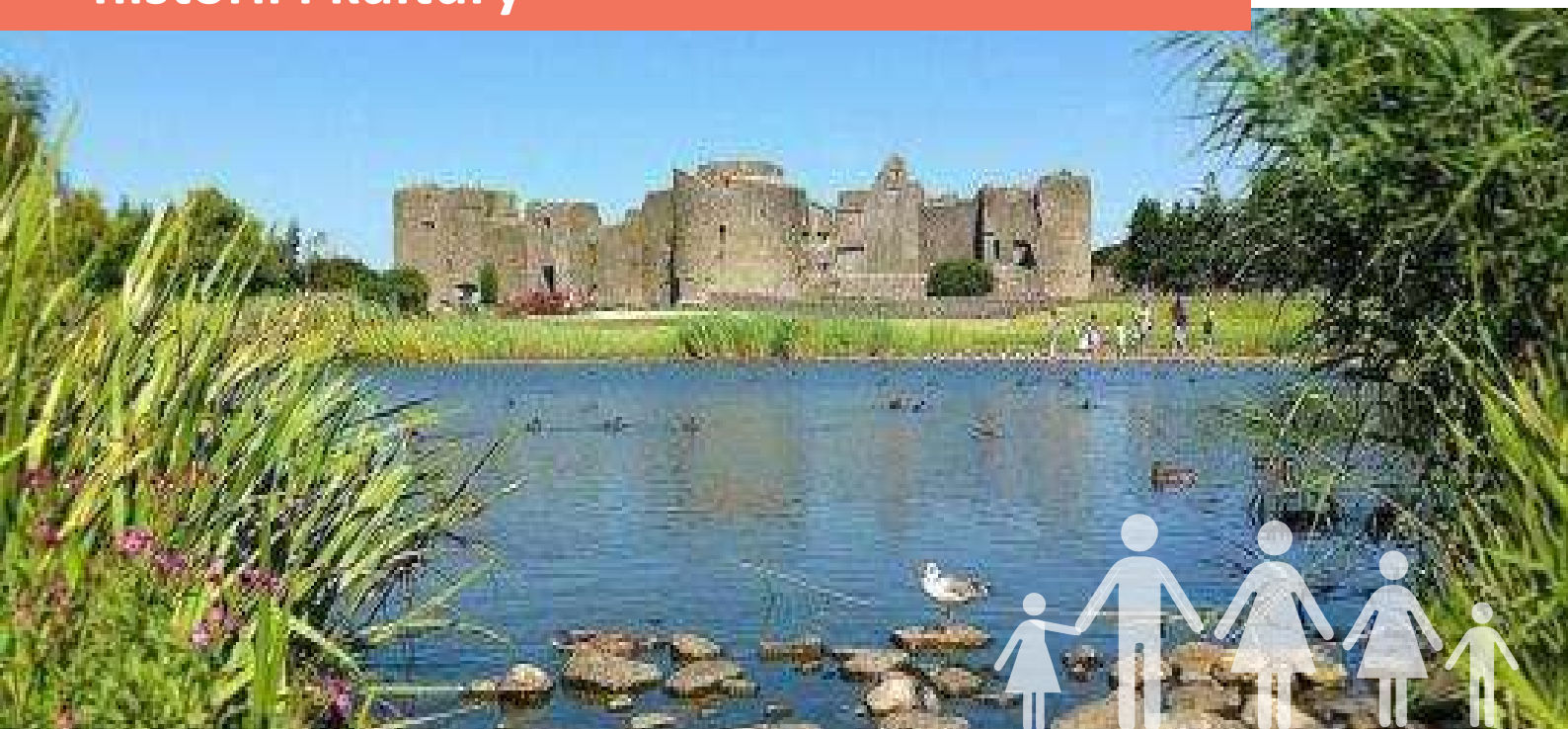
Uważność i joga

Uważność i joga to potężne narzędzia do promowania równowagi emocjonalnej, łagodzenia stresu i ogólnego dobrego samopoczucia. Dla migrantów i uchodźców praktyki te oferują uspokajający sposób radzenia sobie z psychicznymi i emocjonalnymi wyzwaniami integracji, takimi jak trauma, lęk lub niepewność.

Ćwiczenia mindfulness pomagają osobom pozostać obecnym i radzić sobie z przytłaczającymi uczuciami, podczas gdy joga zachęca do fizycznego relaksu i jasności umysłu. Włączenie uważności i jogi do codziennej rutyny buduje odporność i sprzyja głębszej więzi z samym sobą, ostatecznie wspierając zdrowie emocjonalne i płynniejszą adaptację do nowych środowisk.

Najważniejsze wskazówki dotyczące integracji uważności i jogi w działaniach ACTIN

1. **Rozpocznij od oddychania:** Rozpocznij każdą sesję od prostych ćwiczeń oddechowych, aby pomóc uczestnikom skupić się i zrelaksować. Nadaje to spokojny ton przyszłym działaniom.
2. **Uważne chwile:** Wprowadzaj krótkie ćwiczenia uważności podczas przerw w zajęciach. Zachęć uczestników do skupienia się na otoczeniu, zmysłach lub doznaniach fizycznych, aby uzyskać chwilę uziemienia.
3. **Zakończ delikatnym rozciąganiem:** Zakończ zajęcia delikatnym rozciąganiem jogi lub poza relaksacyjnymi, aby pomóc uczestnikom zrelaksować się i zastanowić nad minionym dniem. Pomaga to promować relaks fizyczny i jasność umysłu.



— Dlaczego sesje informacyjne dotyczące lokalnej historii i kultury dla INtegracji: nauka języka i świadomość kulturowa?

Sesje informacyjne dotyczące lokalnej historii i kultury oferują migrantom i uchodźcom głębsze zrozumienie ich nowego środowiska.

Sesje te zapewniają cenny wgląd w tradycje, wartości i kontekst historyczny społeczności, pomagając uczestnikom lepiej poruszać się po normach społecznych i zwyczajach.

01 — Prezentacja lokalnej historii i kultury

Prezentacje lokalnej historii i kultury oferują migrantom i uchodźcom angażujący sposób na poznanie tradycji, wydarzeń historycznych i wartości kulturowych, które kształtują ich nową społeczność. Prezentacje te mogą obejmować kluczowe momenty historyczne, lokalnych bohaterów, festiwale i ewolucję norm społecznych, zapewniając uczestnikom bogate tło do zrozumienia lokalnej tożsamości.

Oferują również praktyczną platformę do nauki nowego słownictwa związanego z historią i kulturą, wspierając zarówno rozwój języka, jak i głębszą świadomość kulturową.

Kilka przydatnych wskazówek dotyczących prowadzenia prezentacji lokalnej historii i kultury:

- 1. Zachowaj interaktywność:** Zachęcaj do zadawania pytań i dyskusji w trakcie prezentacji, aby uczynić ją bardziej angażującą i promować aktywne używanie języka. Włączenie elementów multimedialnych, takich jak zdjęcia, filmy lub artefakty, może również usprawnić naukę i sprawić, że doświadczenie będzie bardziej niezapomniane.
- 2. Dostosowanie do odbiorców:** Dostosuj prezentację do poziomu znajomości języka i pochodzenia kulturowego uczestników. Unikaj skomplikowanej terminologii i pamiętaj o wyjaśnieniu wszelkich odniesień kulturowych, które mogą być nieznane, dzięki czemu treść będzie dostępna dla wszystkich.

02 Piesze wycieczki po mieście (również połączone z nauką języka)

Piesze wycieczki po mieście zapewniają migrantom i uchodźcom praktyczny sposób na odkrywanie nowego otoczenia przy jednoczesnym doskonaleniu umiejętności językowych. Podczas gdy uczestnicy odwiedzają kluczowe punkty orientacyjne, lokalne sklepy i miejsca historyczne, uczą się nowego słownictwa w rzeczywistych warunkach.

Dzięki przewodnikowi wyjaśniającemu lokalną historię i kulturę, uczestnicy mają szansę ćwiczyć słuchanie i mówienie w lokalnym języku. Wycieczki te służą jako cenne doświadczenie edukacyjne i pomagają budować więzi w społeczności, wspierając integrację kulturową.

Po każdym przystanku uczestnicy powinni być zachęceni do zadawania pytań, co sprzyja głębszemu zrozumieniu praktyk kulturowych przy jednoczesnym ćwiczeniu umiejętności językowych. Przykładowe pytania mogą brzmieć:

Co reprezentuje ten posąg lub pomnik?

Jakie wydarzenia kulturalne lub festiwale są tutaj obchodzone?

Jak zmienił się ten obszar na przestrzeni lat?

integracją kulturową, to:

Landmark Bingo: Uczestnicy otrzymują karty do gry w bingo z różnymi lokalnymi punktami orientacyjnymi lub symbolami kulturowymi. Gdy grupa odwiedza każdą lokalizację, uczestnicy mogą zaznaczać je na swoich kartach, zachęcając zarówno do nauki języka, jak i świadomości kulturowej.

Wyzwanie fotograficzne: Daj uczestnikom listę miejsc lub obiektów o znaczeniu kulturowym, które mają znaleźć i sfotografować podczas wycieczki. Pomaga to poprawić słownictwo i zrozumienie lokalnej kultury, oferując jednocześnie element interaktywny.

Połowanie na zwierzynę: Utwórz listę wskazówek (w lokalnym języku) związanych z lokalnymi punktami orientacyjnymi, praktykami kulturowymi lub znakami ulicznymi. Uczestnicy pracują w zespołach, aby rozwiązać wskazówki, ćwicząc swoje umiejętności językowe w rzeczywistych kontekstach.

Interaktywne opowiadanie historii: Na każdym przystanku uczestnicy są zachęceni do opowiadania krótkich historii historycznych o danej lokalizacji własnymi słowami. Promuje to słuchanie, rozumienie i mówienie.

Inne działania, które warto rozważyć, w tym piesze wycieczki po mieście z nauką języka i

03 Wyprawy na stanowiska archeologiczne

Wyprawy do stanowisk archeologicznych oferują migrantom i uchodźcom wyjątkową okazję do nawiązania kontaktu z historią ich nowego otoczenia, jednocześnie poszerzając ich wiedzę językową i kulturową.

- Zwiedzanie starożytnych ruin, zabytków i muzeów archeologicznych pomaga uczestnikom zrozumieć głęboko zakorzenione dziedzictwo regionu.
- Te wycieczki służą jako wciągające doświadczenie edukacyjne, w którym uczestnicy mogą poznać specjalistyczne słownictwo związane z historią, archeologią i lokalną kulturą.
- Dzięki wycieczkom z przewodnikiem angażują się w rozmowy o dawnych cywilizacjach, technikach architektonicznych i wydarzeniach historycznych, wspierając bogatsze zrozumienie lokalnej kultury, jednocześnie ćwicząc umiejętności językowe w znaczącym kontekście.
- Wyprawy te zachęcają również uczestników do refleksji nad własnym dziedzictwem kulturowym, rysując podobieństwa z nową kulturą, której są teraz częścią.



Poznaj moje miasto/miejsca - lokalna młodzież/dzieci/dorośli pokazujący swoje wyjątkowe miejsca i opowiadający o mieście z ich perspektywy, ich historii.

Inicjatywa Meet My City zaprasza lokalną młodzież, dzieci i dorosłych do dzielenia się swoimi ulubionymi miejscami w mieście, oferując przyszłym osobistą i unikalną perspektywę na lokalną historię i kulturę. Lokalni przewodnicy mogą przedstawić miejsca o znaczeniu osobistym lub historycznym, pomagając migrantom i uchodźcom poznać miasto od podstaw. Takie podejście sprzyja głębszej wymianie kulturowej i zapewnia angażującą platformę do ćwiczenia umiejętności językowych poprzez interakcję w świecie rzeczywistym.

Studium przypadku: Les Éclaireurs Urbains w Bordeaux

Doskonałym przykładem takiego podejścia jest inicjatywa *Les Éclaireurs Urbains* w Bordeaux we Francji. Program ten szkoli lokalnych mieszkańców, w tym zmarginalizowane populacje, do prowadzenia miejskich spacerów, prezentując ich własne dzielnice poprzez własne doświadczenia. Uczestnicy oferują unikalny wgląd w miasto, odkrywając ukryte skarby, które tradycyjne wycieczki często pomijają. Poznając miasto oczami jego mieszkańców, migranci i uchodźcy mogą nawiązać kontakt na bardziej osobistym poziomie, zyskując głębsze zrozumienie zarówno miejsca, jak i ludzi. Więcej informacji na temat tego programu można znaleźć na stronie [Les Éclaireurs Urbains](#).

Ten model wycieczek prowadzonych przez społeczność zapewnia wzbogacające doświadczenie, w którym krzyżują się nauka języka, zrozumienie kulturowe i osobiste opowiadanie historii.



Sahay

A true quiet force, Sahay is a woman whose sweetness is perceived as quickly as her intelligence. Originally from Cuba and a historian by training, she offers us a reading of the Capuchins at Sainte-Croix with this double perspective. Expect to take a trip around the world, listening to the diversity of sounds that abound in the neighborhood and sometimes going back in time with it.

Wytyczne dotyczące prowadzenia aktywności Meet My City:

- Wybór i szkolenie lokalnych przewodników:** Wybierz lokalnych mieszkańców, takich jak młodzież, dorośli, a nawet seniorzy, którzy są pasjonatami swojego miasta. Zapewnij im podstawowe szkolenie w zakresie prowadzenia wycieczki, upewniając się, że koncentrują się na osobistych historiach, faktach historycznych i ciekawych spostrzeżeniach na temat miejsc, które prezentują.
- Promowanie opowiadania historii:** Zachęcaj lokalnych przewodników do dzielenia się swoimi osobistymi powiązaniami z miejscami, które przedstawiają. Ten element opowiadania historii sprawia, że doświadczenie jest bardziej powiązane i angażujące dla uczestników, promując głębsze zrozumienie kulturowe.
- Tworzenie zróżnicowanych tras wycieczek:** Współpracuj z przewodnikami, aby wybrać różnorodne miejsca, w tym dobrze znane zabytki, ukryte perełki i obszary o znaczeniu kulturowym. Mieszanka popularnych i osobistych lokalizacji zapewni przyszłym bardziej wszechstronne doświadczenie miasta.
- Interaktywna praktyka językowa:** Zachęcaj uczestników wycieczek do angażowania się w rozmowy z lokalnymi przewodnikami. Ta interakcja będzie sprzyjać praktyce językowej w świecie rzeczywistym, pomagając migrantom i uchodźcom doskonalić umiejętności słuchania i mówienia w nieformalnym i znaczącym kontekście.
- Dostosowanie pod kątem dostępności:** Upewnij się, że trasy są dostępne dla wszystkich uczestników, biorąc pod uwagę możliwości fizyczne, znajomość języka i wszelkie inne specyficzne potrzeby grupy. Dzięki temu każdy poczuje się komfortowo.
- Podsumowanie i refleksja:** Po zakończeniu wycieczki stwórz uczestnikom przestrzeń do refleksji nad tym, czego się nauczyli. Zachęć ich do dzielenia się swoimi przemyśleniami lub zadawania pytań, co jeszcze bardziej wzmocni naukę języka i wymianę kulturową.
- Połącz z innymi aktywnościami:** Połącz wycieczkę z aktywnościami takimi jak pikniki lub warsztaty, aby wydłużyć czas interakcji między uczestnikami a lokalnymi przewodnikami, wzmacniając więzi powstałe podczas wycieczki.
- Te wytyczne pomogą uczynić z Meet My City aktywność zarówno edukacyjną, jak i wzbogacającą dla wszystkich zaangażowanych.

ZASOBY



Listy materiałów i dostaw

Aby zapewnić sprawną realizację różnorodnych działań opisanych w niniejszym przewodniku, ważne jest, aby zebrać różnorodne materiały i zasoby, które można dostosować do każdego konkretnego warsztatu. Poniżej znajduje się ogólna lista zasobów ułatwiająca przygotowanie i organizację

- 1. Siedzenia i wygoda** - krzesła, poduszki lub przenośne maty do aktywności wewnątrz i na zewnątrz.
- 2. Nagrywanie i dokumentacja** - Kamery lub smartfony do rejestrowania działań (za zgodą uczestnika). Notatniki i długopisy do refleksji lub robienia notatek.
- 3. Materiały artystyczne i rzemieślnicze - Podstawowe** materiały: farby, pędzle, papier, materiały z recyklingu (tkaniny, drewno, plastik). Pióra do kaligrafii i tusz na potrzeby konkretnych warsztatów.
- 4. Sprzęt sportowy** - piłki (do piłki nożnej, koszykówki), śliniaki drużynowe, pachołki i podstawowy sprzęt sportowy. Butelki z wodą lub stacje nawadniające.
- 5. Materiały kulinarne i spożywcze** - Przybory kuchenne i składniki do wielokulturowych zajęć kulinarnych. Przybory do serwowania, talerze i sztućce do wspólnych posiłków.
- 6. Materiały sensoryczne i do uważności** - maty do jogi, poduszki i muzyka do ćwiczeń uważności. Materiały dotykowe, takie jak tkanina lub glina do sensorycznych zajęć plastycznych. Notatniki do refleksji.
- 7. Technologia i wyświetlanie** - Projektor i głośniki do prezentacji lub pokazów wideo. Platformy cyfrowe lub aplikacje do wielojęzycznego wsparcia podczas wydarzeń.
- 8. Logistyka ogólna** - apteczki pierwszej pomocy, filtry przeciwsłoneczne i inne artykuły bezpieczeństwa. Napoje, takie jak woda, przekąski i lekkie posiłki dla uczestników. Identyfikatory imienne lub plakietki dla interakcji i zaangażowania uczestników.

Wytyczne dotyczące bezpieczeństwa

Zapewnienie bezpieczeństwa i dobrego samopoczucia wszystkich uczestników jest podstawowym priorytetem każdego działania w ramach inicjatywy ACTIN.

Każdy partner prowadzący działania musi ściśle przestrzegać istniejących protokołów swojej organizacji dotyczących zarządzania ryzykiem, zdrowia i bezpieczeństwa oraz ochrony dzieci. Gwarantuje to, że wszystkie działania są prowadzone w bezpiecznym, integracyjnym i wspierającym środowisku. Ważne jest, aby partnerzy przeprowadzali dokładną ocenę ryzyka, posiadali odpowiednie środki pierwszej pomocy i zapewniali przestrzeganie wytycznych dotyczących ochrony dzieci, szczególnie podczas pracy z młodymi uczestnikami. Środki te są niezbędne do wspierania bezpiecznej przestrzeni, w której uczestnicy mogą angażować się pewnie i wygodnie.

Ponadto każda organizacja powinna dostosować procedury bezpieczeństwa do swoich potrzeb:

- charakter działalności, biorąc pod uwagę lokalizację (wewnątrz lub na zewnątrz)
- fizyczne potrzeby uczestników
- rodzaje używanych materiałów lub sprzętu.

Współpraca z urzędnikami ds. zdrowia i bezpieczeństwa oraz jasna komunikacja z uczestnikami na temat protokołów bezpieczeństwa przyczyni się do sukcesu działań.

Szablony monitorowania i oceny

Monitorowanie i ocena działań ACTIN ma zasadnicze znaczenie dla zapewnienia, że cele każdego warsztatu lub wydarzenia są osiągnięte, zapewniając jednocześnie cenny wgląd w obszary wymagające poprawy.

Proces ten pozwala partnerom śledzić postępy, mierzyć wpływ i dokumentować sukces działań wspierających integrację, naukę języka i świadomość kulturową.

Każda organizacja powinna korzystać ze standardowych szablonów monitoringu i ewaluacji ACTIN w celu zbierania informacji zwrotnych zarówno od uczestników, jak i moderatorów. Zapewnia to spójność w gromadzeniu danych i pomaga ocenić, czy działania osiągają zamierzone rezultaty.

Szablony monitorowania powinny rejestrować obserwacje w czasie rzeczywistym dotyczące zaangażowania uczestników, frekwencji i ogólnego przebiegu działań.

Z drugiej strony szablony ewaluacyjne powinny koncentrować się na wynikach i wpływie działań, gromadząc opinie uczestników na temat tego, co działało dobrze, a co można poprawić.

Oba szablony są niezbędnymi narzędziami do oceny powodzenia działań i informowania o przyszłych dostosowaniach w celu zwiększenia skuteczności projektu ACTIN.

Kluczowe aspekty do monitorowania:

- Obecność i punktualność uczestników.
- Poziomy zaangażowania i uczestnictwa.
- Przestrzeganie protokołów BHP.
- Ogólna organizacja i jakość ułatwień.
- Natychmiastowa informacja zwrotna na temat zadowolenia i efektów uczenia się.

Kluczowe aspekty do oceny:

- Zadowolenie uczestników z aktywności.
- Postrzegane korzyści kulturowe i językowe.
- Wpływ na integrację społeczną i więzi z innymi.
- Sugestie dotyczące przyszłych działań lub ulepszeń

Monitorowanie działań ACTIN

Formularz ten powinien zostać wypełniony przez moderatorów lub organizatorów bezpośrednio po każdym działaniu ACTIN. Pomaga on śledzić aspekty logistyczne, zaangażowanie uczestników i wszelkie wyzwania napotkane podczas wydarzenia. Należy go wypełnić na koniec każdej sesji, aby zapewnić dokładną i terminową dokumentację.

Kryteria	Uwagi
Nazwa i data działania	
Lokalizacja	
Imię i nazwisko moderatora(ów)	
Liczba uczestników (oczekiwana vs rzeczywista)	
Grupy wiekowe uczestników	
Punktualność (czy uczestnicy byli na czas?)	
Poziomy zaangażowania (skala 1-5)	
Rodzaj uczestnictwa (aktywne, obserwacyjne, mieszane)	
Działania zakończone (zgodnie z harmonogramem?)	
Przestrzeganie protokołów BHP (szczegółowe informacje na temat zastosowanych środków)	
Włączenie różnorodnych perspektyw kulturowych	
Natychmiastowa informacja zwrotna od uczestników (wszelkie komentarze, pozytywne lub negatywne)	
Wyzwania napotkane przez moderatora(ów)	
Ogólny przebieg działania (płynność, opóźnienia, problemy)	
Wszelkie dodatkowe uwagi lub spostrzeżenia	

Ocena działań ACTIN

Formularz ten jest przeznaczony dla uczestników do wypełnienia po zakończeniu aktywności, najlepiej pod koniec wydarzenia lub wkrótce potem. Pozwala on uczestnikom zastanowić się nad swoimi doświadczeniami, dostarczając informacji zwrotnych na temat satysfakcji, efektów uczenia się kultury i języka oraz sugestii dotyczących ulepszeń. Prowadzący mogą dystrybuować fizyczne kopie lub korzystać z wersji online, aby uczestnicy mogli przesłać swoje odpowiedzi.

Nazwa działania:

Data działania:

Kryteria	Uwagi
Imię i nazwisko uczestnika (opcjonalnie)	
Grupa wiekowa uczestników	
Najbardziej przyjemny aspekt aktywności	
Zadowolenie z aktywności (Czy aktywność spełniła Twoje oczekiwania? Tak/Nie)	
Co było dla ciebie wyzwaniem?	
Kulturowe i językowe wnioski na wynos (opisz nowe spostrzeżenia)	
Oceń swoje zadowolenie (skala 1-5)	
Jak komfortowo czułeś/czułaś się angażując się w tę aktywność? (Skala 1-5)	
Czy działanie pomogło Ci poczuć się bardziej związanym ze społecznością? (Tak/Nie)	
Sugestie dotyczące ulepszenia tej lub przyszłych aktywności	
Wszelkie dodatkowe uwagi	

Załączniki



Studia przypadków udanej integracji poprzez działania

Studia przypadków zawarte w tym przewodniku przedstawiają innowacyjne inicjatywy w całej Europie, które wykorzystują kreatywne, kulinarne i oparte na społeczności działania w celu wspierania integracji, wymiany kulturowej i spójności społecznej wśród migrantów, uchodźców i społeczności lokalnych.

Francis Crowe's Tapestry Workshop:

Cel: Warsztaty dla migrantek i uchodźczyń, inspirujące do stworzenia "Torn Apart", gobelinu poruszającego tematy separacji rodzin, nierówności i sprawiedliwości społecznej.

Wpływ: Angażuje uchodźców w twórczą ekspresję, badając ważne kwestie społeczne i kulturowe.

Sligo Global Kitchen (Irlandia):

Focus: Posiłki społecznościowe dla osób objętych bezpośrednią opieką, wspieranie wymiany kulturowej i wzmocnienie pozycji poprzez gotowanie.

Wpływ: Tworzy tętniącą życiem przestrzeń społeczną, zmniejszając izolację społeczną i wzbogacając lokalny krajobraz kulturowy.

"MMM... wielokulturowe gotowanie: Mixing Flavours - Matching Nations"

(Grecja): Focus: Warsztaty kulinarne i wydarzenia publiczne w Ioannina's Kitchen Symposium, które niwelują podziały kulturowe.

Wpływ: Wzmacnia spójność społeczną i pozwala uczestnikom dzielić się tradycjami kulinarnymi, czego kulminacją są publiczne uczyty celebrujące wielokulturową kuchnię.

L'Alternative Urbaine à Bordeaux (Francja):

Cel: Szkolenie zmarginalizowanych populacji, w tym migrantów, aby stali się przewodnikami miejskimi, prezentującymi dzielnice poprzez swoje osobiste doświadczenia.

Wpływ: Promuje zrozumienie kulturowe i osobiste opowiadanie historii, jednocześnie zapewniając migrantom cenne umiejętności.

Rolnictwo społeczne w hrabstwie Mayo (Irlandia):

Główny cel: Syryjscy uchodźcy wymieniają się umiejętnościami rolniczymi z lokalnymi rolnikami przez okres 10 tygodni.

Wpływ: Zwiększa integrację społeczności i zapewnia praktyczną wymianę umiejętności w zakresie rolnictwa.

Bees and Refugees (Londyn, Wielka Brytania):

Focus: Pszczelarstwo jako praktyka terapeutyczna i działanie budujące społeczność zarówno dla uchodźców, jak i społeczności lokalnych.

Wpływ: Promuje sprawiedliwość środowiskową i oferuje uchodźcom znaczący sposób na zaangażowanie się w nowe społeczności.

Załącznik do działań związanych z lodołamaczem

Lodołamacze odgrywają kluczową rolę w tworzeniu otwartego i przyjaznego środowiska, szczególnie w działaniach mających na celu wspieranie nauki języka i świadomości kulturowej migrantów i uchodźców. Pomagają przełamać początkowe bariery, ułatwiają uczestnikom dynamikę grupy i zachęcają do interakcji, przygotowując grunt pod znaczącą komunikację i głębsze więzi międzykulturowe. W osobnym załączniku zebraliśmy listę lodołamaczy i wskazówek, z których można skorzystać. Są to:

- Lodołamacze ACTIN - wspólne rysowanie dla dzieci
- Lodołamacze ACTIN - Aktywność na mapie
- Lodołamacze ACTIN - Historie imion
- Lodołamacze ACTIN - Gra w piłkę
- Lodołamacze ACTIN - Gra w lustro
- Lodołamacze ACTIN - Nie śmieć się
- ACTIN Lodołamacze - Emoji Emocje

Słowniczek terminów

Aktywność - zdolność jednostek do niezależnego działania i dokonywania własnych, wolnych wyborów, szczególnie w kontekście działań edukacyjnych.

Ochrona bioróżnorodności - wysiłki mające na celu ochronę i zarządzanie różnorodnością gatunków w ekosystemie, często obejmujące praktyczne umiejętności, takie jak pszczelarstwo.

Buddy Scheme - program, w którym nowoprzybyli są łączeni w pary z lokalnymi wolontariuszami, aby pomóc w nauce języka, integracji i świadomości kulturowej.

Wrażliwość kulturowa - świadomość i pełne szacunku uznanie różnych środowisk i tradycji kulturowych podczas działań lub interakcji.

Ułatwianie - proces kierowania dyskusjami lub działaniami w sposób zachęcający do uczestnictwa i uczenia się bez narzucania wniosków.

Indukcyjne uczenie się - podejście skoncentrowane na uczniu, zachęcające uczestników do wyciągania wniosków z własnych obserwacji i doświadczeń.

Edukacja nieformalna - praktyki edukacyjne, które mają miejsce poza tradycyjnymi salami lekcyjnymi, często bardziej zrelaksowane i partycypacyjne.

Sztuka sensoryczna - warsztaty artystyczne mające na celu zaangażowanie wielu zmysłów, dzięki czemu sztuka jest dostępna dla uczestników z wrażliwością sensoryczną.

Rolnictwo społeczne - inicjatywa, w ramach której praktyki rolnicze są wykorzystywane do promowania integracji migrantów i uchodźców poprzez angażowanie ich w społeczne projekty rolnicze.

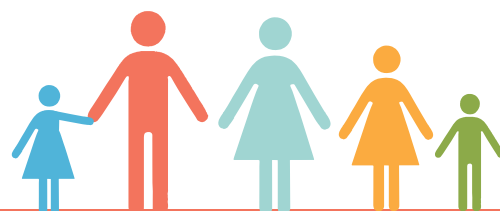
Integracja społeczna - proces włączania nowo przybyłych, takich jak migranci i uchodźcy, do nowego społeczeństwa zarówno pod względem społecznym, jak i kulturowym.

Solidarity Cafes - inicjatywa społeczna skupiająca się na nieformalnych działaniach edukacyjnych i integracyjnych dla migrantów i uchodźców.

Kompetencje transkulturowe - zdolność do skutecznego angażowania się i pracy w różnych kontekstach kulturowych, szczególnie istotna w programach integracyjnych.

Translanguaging - podejście pedagogiczne, które wykorzystuje wiele języków w środowisku edukacyjnym w celu zwiększenia zrozumienia i umiejętności językowych.

actin
ACT and connect for INtegration:
language learning & cultural awareness



Śledź naszą podróż



www.actintegration.eu



Co-funded by
the European Union

Co-funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union. Neither the European Union nor the granting authority can be held responsible for them.