

ISSN 2543-6929

MAM DZIECKO W SZKOLE

luty
2018

2

bezpłatny magazyn
dla rodziców, uczniów i nauczycieli
o wspólnych sprawach i problemach

W NUMERZE:

Chorzy przez powietrze *str. 2*

Regulamin konkursu *str. 5-6*

LAGOM
Scenariusz lekcji *str. 10*

6 myślowych kapeluszy
(wg. Edwarda de Bono) *str. 11-12*

... dla młodych
buntowniczek *str. 14-15*



ft. Anna Tyrakowska

Możesz,
jeśli
myślisz,
że
możesz.

Norman Vincent Peale,
amerykański
psycholog i pisarz

Czy można żyć bez czystego powietrza? Czy wyobrażacie sobie, że za kilka lat – jak nic nie zrobimy, będziemy chodzić w maskach antysmogowych? A jak dziecko się spyta czy może pobawić się na podwórku, to odpowiedź poprzedzi sprawdzenie stanu zanieczyszczenia powietrza? Scenariusze filmów science-fiction stają się rzeczywistością. Może wiedza o tym, skąd się bierze smog i jak wpływa na zdrowie nasze i naszych dzieci – wpłynie na podjęcie jakichś radykalnych działań! Za oddychanie zanieczyszczonym powietrzem płacimy bardzo wysoką cenę – nasze organizmy nie dostosują się do smogu na pewno... Mam mieszane odczucia wobec edukacji dzieci

dotyczącej smogu dzieci, bo to nie ich działania przyczyniają się do stanu powietrza w Polsce, choć to one właśnie są najbardziej narażone na konsekwencje zdrowotne. Ale może w nich cała nadzieja?



Dzieciom się podoba!
Innowacyjna odzież szkolna



zobacz: mxd.com.pl

Chorzy przez powietrze

Długo uważano, że smog wpływa tylko na układ oddechowy. Smog to cząsteczki pyły PM10, które są mieszaniną zawieszonych w powietrzu substancji toksycznych, m.in. metali ciężkich, dioksan i furanów. Te cząsteczki są ok. 100 razy mniejsze od ziarenka piasku i łatwo wnikają do płuc. Mniejsze pyły – PM 2,5 przedostają się do pęcherzyków płucnych i wnikają do krwi, tym samym docierają do różnych narządów i przekraczają barierę krew-mózg. Współcześnie mówi się, że smog zwiększa ryzyko zawałów, wywołuje miażdżycę, cukrzycę czy otyłość. Co więcej – z badań medycznych wynika, że smog może zwiększać ryzyko rozwoju ADHD u dzieci, atopowe zapalenie skóry.

Najmłodsze dzieci w Polsce prawdopodobnie nigdy nie oddychały czystym powietrzem.

Jest wiele definicji dla pojęcia „zrównoważonego rozwoju”, ale bodaj najbardziej oddająca sens jest ta, według której jest to taki sposób zaspokajania potrzeb współczesnego pokolenia, który nie ogranicza możliwości

zaspokojenia ich przez przyszłe generacje. A zatem oznacza on nie tylko sprawiedliwość w krótkim okresie, lecz także o wiele głębszą koncepcję sprawiedliwości międzypokoleniowej i umiejętność perspektywicznego myślenia bez pokoleniowego egoizmu. Główny akcent położony tu został na międzypokoleniowy wymiar zaspokajania potrzeb i trwały jego charakter.

26. lutego 2018 Warszawa – jakość powietrza ZŁA

26. lutego 2018 Łódź – jakość powietrza ZŁA

Zanieczyszczenia powietrza mają zły wpływ nie tylko na zdrowie ludzi, ale i na rozwój roślin oraz stan ekosystemów. Zanieczyszczenia trafiają do upraw oraz paszy zwierząt i trują nas podwójnie.

Polska zajmuje niechlubne pierwsze miejsce, jeśli chodzi o zanieczyszczenie powietrza w Europie. Wśród najbardziej zanieczyszczonych miast Europy, w pierwszej 10. znalazły się - Warszawa, Wrocław i Kraków.

Opr. *Małgorzata Taraszkiewicz*

Ważne pojęcia

Powietrze – mieszanina gazów: azotu, tlenu, dwutlenku węgla i pary wodnej, która tworzą powłokę wokół Ziemi, czyli atmosferę ziemską. Jest niewidoczne, czyli bezbarwne; można je sprężyć i może się rozprężyć, dostosowuje się do kształtu zamkniętego naczynia, w którym je umieszczamy (wykorzystujemy to, pompując balon, piłkę lub dętkę koła rowerowego); można zmieniać jego temperaturę, czyli ogrzewać lub oziębiać, podczas ogrzewania powietrze rozszerza się, a podczas oziębiania kurczy się. W powietrzu jest też para wodna (woda w stanie gazowym), jej ilość może się zmieniać, mówi się wtedy o zmianie wilgotności powietrza.

Smog – unosząca się w powietrzu mieszanina pary wodnej, sadzy, pyłów, niespalonej benzyny i ropy oraz gazów, np. tlenków węgla, siarki i azotu. Jego źródłem są spaliny samochodowe oraz dymy z pieców. Nazwa pochodzi od ang. Smoke- dym oraz fog- mgła i powstała w Wielkiej Brytanii, gdzie po raz pierwszy zauważono, że smog może zabijać. Gdy w powietrzu unoszą się zanieczyszczenia: dymy, pyły, spaliny. Jeżeli pojawia się mgła, to taka mieszanina tworzy smog. Jest on bardzo groźny dla ludzi i innych organizmów żywych.

Tlen (O₂) – gaz, który jest składnikiem powietrza (około 21% w powietrzu atmosferycznym). Jest niezbędny do życia ludzi, zwierząt i roślin. Zużywany jest podczas spalania paliw gazowych (gaz ziemny - metan lub z butli gazowych), ciekłych (ropa naftowa, olej opałowy, benzyna) i stałych (węgiel kamienny, brunatny, drewno i torf).

Dwutlenek siarki (tlenek siarki (IV) – SO₂) – Dwutlenek siarki jest bezbarwnym, bardzo silnie toksycznym gazem o duszącym zapachu. Długotrwałe oddychanie powietrzem z zawartością dwutlenku siarki, nawet w niskich stężeniach, powoduje uszkodzenie dróg oddechowych, prowadzące do nieżytych oskrzeli.

Azot – główny składnik powietrza, jednak nie odgrywa żadnej roli w oddychaniu. Azot jest gazem bezbarwnym, bez smaku i zapachu. Nie podtrzymuje palenia i słabo rozpuszcza się w wodzie. Azot jest pierwiastkiem mało aktywnym chemicznie. Tlenki azotu powstające w procesach przemysłowych są niepożądanymi składnikami atmosfery ziemskiej. W połączeniu z wodą dają kwaśne deszcze.

Dwutlenek węgla (tlenek węgla (IV) – CO₂) – bezbarwny gaz (składa się z tlenu i węgla), który jest potrzebny roślinom do wytwarzania pokarmu w procesie fotosyntezy. W dużych ilościach jest szkodliwy dla ludzi i zwierząt.

Zanieczyszczenia powietrza – o zanieczyszczeniu możemy powiedzieć, gdy w składzie powietrza obecne są gazy, ciecze i ciała stałe nie będące jego naturalnymi składnikami lub też występujące w stężeniach nieodpowiadających naturalnemu składowi atmosfery ziemskiej. Są one zarazem najbardziej niebezpiecznym rodzajem zanieczyszczeń, gdyż nie da się ich ograniczyć do określonego obszaru. Z uwagi na swoją mobilność mają możliwość skażenia obszarów na dużych odległościach.

Dwutlenek azotu (tlenek azotu (IV) – NO₂) – gaz o barwie brunatnej i duszącej woni. Toksyczne działanie dwutlenku azotu polega na ograniczaniu dotlenienia organizmu. Obciąża on zdolności obronne ustroju na infekcje bakteryjne, działa drażniąco na oczy i drogi oddechowe, jest przyczyną zaburzeń w oddychaniu, powoduje choroby alergiczne, m.in. astmę - szczególnie u dzieci mieszkających w miastach narażonych na smog. Dwutlenek azotu miejscowo drażni spojówkę oraz śluzówkę i może prowadzić do intensywnego podrażnienia dróg oddechowych oraz płuc.

Ozon (O₃) – związek chemiczny, który zaliczany jest do zanieczyszczeń wtórnych powietrza atmosferycznego. Tlenki azotu są współodpowiedzialne za smog fotochemiczny oraz podwyższoną zawartość ozonu w atmosferze. Może on zmniejszyć wydolność płuc, pogłębiać astmę i inne choroby płuc. Może także powodować skrócenie długości życia.

Pył zawieszony – ang. Particulate Matter, skrót PM, to drobne cząsteczki swobodnie unoszące się w powietrzu. Mogą być pochodzenia naturalnego – np. pył mineralny, aerozol morski, popioły wulkaniczne itp., mogą również stanowić produkt działalności człowieka. Do tej grupy należą np. drobne cząsteczki sadzy powstające w procesie spalania węgla lub innych paliw. Pył bardzo drobny, o średnicach cząstek poniżej 2,5 powoduje duże zagrożenie zdrowotne, ponieważ ze względu na niewielkie rozmiary cząstek może przenikać do najgłębszych części układu oddechowego, do pęcherzyków płucnych i dalej do krwiobiegu.

opr. *Mirosław Łoś, Rafał Jakubowski*

Smog jest bardziej szkodliwy niż myślisz

Choroby, które może wywołać smog

CHOROBY UKŁADU ODDECHOWEGO:

- zapalenie płuc
- zmniejszona czynność płuc
- przewlekła choroba płuc, astma, mukowiscydoza
- kaszel, duszność
- rak

CHOROBY METABOLICZNE:

- insulinooporność
- cukrzyca typu 2 i 1
- zaburzony metabolizm kości

CHOROBY UKŁADU KRAŻENIA:

- nadciśnienie
- zaburzenie rytmu serca
- zawał mięśnia sercowego
- udar

ZABURZENIA ROZWOJU PŁODU:

- zahamowanie wzrostu płodu
- przedwczesne porody
- zmniejszona masa urodzeniowa dziecka

CHOROBY SKÓRY:

- przyspieszone starzenie się skóry
- atopowe zapalenie skóry

CHOROBY NEUROLOGICZNE:

- opóźniony rozwój neurologiczny u dzieci
- choroby neurodegradacyjne
- depresja
- zaburzenia lękowe

(według Amerykańskiego Towarzystwa Chorób Klatki piersiowej
oraz Europejskiego Towarzystwa Pulmonologicznego)



KAMPANIA EDUKACYJNA

Projekt powstał by...

- ... wiedzieć więcej na temat zanieczyszczeń powietrza i tworzącego się smogu,
- ... zdobyć informacje jak radzić sobie w przypadku sytuacji kryzysowej,
- ... dowiedzieć się jak smog wpływa na nasze ciało i umysł,
- ... uświadomić sobie, że za smog odpowiedzialni jesteśmy my sami,
- ... móc dorastać i żyć w miejscu, gdzie powietrze jest czyste,
- ... nauczyć się jak dbać o swoje zdrowie i życie!

Co w ramach projektu?

- Materiały edukacyjne i scenariusze zajęć dla nauczycieli.
- Gra edukacyjna w postaci aplikacji mobilnej, na komputery, tablety i telefony.
- Konkurs dla uczniów szkół w całym kraju, w którym do wygrania są atrakcyjne nagrody...
- ... z finałami w Centrum Nauki Kopernik
- i ogólnopolska konferencja dla nauczycieli już na jesieni!

więcej: kampaniasmog.edu.pl

Organizatorzy



Projekt finansowany ze środków



Rekomendacje





KAMPANIA
EDUKACYJNA



Realizator kampanii

Projekt finansowany ze środków



MINISTERSTWO
EDUKACJI
NARODOWEJ

Regulamin konkursu w ramach Ogólnopolskiej Kampanii Edukacyjnej pod hasłem „Niewłaściwa ochrona przeciwpożarowa i jej wpływ na środowisko oraz czyste powietrze”

(część I – półfinały)

I. Organizator konkursu

Organizatorem konkursu jest realizator kampanii Sławęcińskie Stowarzyszenie Inicjatyw Lokalnych – dalej zwanym organizatorem konkursu.

II. Cel i tematyka konkursu, co się będzie działo i jak się zarejestrować?

1. Podstawowym celem konkursu jest upowszechnienie wiedzy i kompetencji w zakresie zanieczyszczeń powietrza, smogu i dotyczących zachowań prozdrowotnych, bo w każdym bilansie okazują się, że zdrowie jest najważniejsze. Dlatego ważne jest aby rozumieć, że każdy ma wpływ na to w jakim środowisku żyje, jak może dbać o swój kawałek świata i wreszcie – jak dbać o siebie. Każdy może być opiekunem świata, a z czasem i ekspertem na szóstkę! Dbajmy o siebie i innych – troszczmy się o świat, tam gdzie jest nasz dom.
2. Konkurs jest przeznaczony dla uczniów wszystkich etapów nauczania z całej Polski.
3. Konkurs przebiega w dwóch etapach: etap I - półfinały w maju 2018 i etap II – finały w październiku 2018.
4. ETAP I. PÓŁFINAŁY. Czekamy na zgłoszenia drużyn do końca kwietnia 2018. Pamiętajcie o tym, że uczniowie zgłaszają się jako drużyna (min. 2 uczniów – max. 4 uczniów) wraz z nauczycielem – opiekunem. W szkole może powstać wiele drużyn, tyle ile jest chętnych uczniów. Nauczyciel może mieć pod opieką kilka drużyn (nie musi być inny nauczyciel do każdej drużyny).
5. Każda drużyna przybiera własną nazwę.
6. Drużyny zgłaszają udział w półfinałach poprzez wypełnienie formularza, który jest na stronie <http://kampaniasmog.edu.pl/konkurs/>. Każda drużyna wypełnia formularz dla siebie. Jeśli w szkole kilka drużyn bierze udział w konkursie – trzeba wypełnić formularz dla każdej drużyny.
7. Pamiętajcie o zaznaczeniu w formularzu kategorii wiekowej!
8. Najważniejsze to zdążyć nadesłać pracę konkursową do 10 maja 2018 roku, więc pamiętajcie, że przesyłki idą kilka dni. Adres do wysyłki: **MOS Ryaszewko 44, 74-200 Pyrzyce**. Adres e-mail w razie dodatkowych pytań: mosryszewko@gmail.com.
9. Na półfinały jedna drużyna może nadesłać jedną pracę w jednej z podanych poniżej kategorii – trzeba się zdecydować i wybrać:
 - 1) Plakat, rysunek z hasłem promującym zachowania pełne zdrowia, troskę o czyste powietrze, walkę ze smogiem. Rozmiar nadesłanych prac: A4 lub A3. Praca musi być opatrzona metryczką zawierającą imiona i nazwiska uczniów, nauczyciela – opiekuna oraz pełne dane szkoły z telefonem kontaktowym do nauczyciela opiekuna drużyny. Metryczkę prosimy nakleić na odwrotnej stronie.
 - 2) Zdjęcie ilustrujące tematykę konkursu (także metaforycznie). Zdjęcie prosimy przesłać w formacie JPG, pod adres e-mail: mosryszewko@gmail.com. Przesyłając e-mail prosimy wpisać w temacie „półfinały – kategoria 2” oraz podać w treści imiona i nazwiska uczniów, nauczyciela – opiekuna oraz pełne dane szkoły z telefonem kontaktowym do nauczyciela opiekuna drużyny.
 - 3) Projekt ludzika, stworka, czegoś co może stać się maskotką naszej kampanii. Uruchomcie wyobraźnię, może są między Wami przyszli projektanci?! Projekt maskotki może być narysowany, wyklejony lub uszyty. Prosimy, aby projekt na papierze nie przekraczał formaty A3, a prototyp maskotki mieścił się do pudełka na buty (ale nie kozaczki ☺).
 - 4) Kapsuła dla przyszłości... Pole dla Waszej fantazji. Można wykorzystywać różne techniki, jest tylko jeden warunek – całość musi się mieścić w pudełku na buty (ale nie kozaczki ☺).
10. Nadesłane prace będą oglądane, czytane i podziwiane przez 4-osobowe Jury, które wybierze 100 prac łącznie w ramach 4 kategorii tematycznych i 3 kategorii wiekowych. Wybór pracy znaczy, że jej Autorzy są zaproszeni do Finałów konkursu, czyli do Centrum Nauki Kopernik w październiku 2018 roku!

11. Drużyny zostaną poinformowane o przejściu do finałów Konkursu wiadomością przez e-mail lub telefon do nauczyciela – opiekuna.
12. Opiekun drużyny otrzyma drugą część regulaminu konkursu, w której będzie szczegółowo opisane jak będzie przebiegał finał konkursu, jakie zadania będą czekały na uczestników i jak się do nich przy-gotować oraz jak dojechać, co będziemy jeść i jakie będą nagrody!
13. Ze zrozumiałych względów w konkursie nie mogą brać udziału osoby powiązane kapitałowo lub osobowo z Organizatorem lub innymi podmiotami biorącymi udział w przygotowywaniu i prowadzeniu konkursu, osobami upoważnionymi do reprezentowania lub wykonującymi w ich imieniu czynności związane z przygotowaniem i przeprowadzeniem procedury oceny lub wyboru laureatów konkursu oraz uczniowie prowadzonej szkoły przez organizatora... ale – jeśli bardzo chcą, to mogą prace wykonać i nadesłać. W tym przypadku – prosimy o opatrzenie przesyłki opisem „praca pozakonkursowa”.
14. Nadesłane prace będą prezentowane i publikowane na łamach czasopisma „Mam Dziecko w Szkole” – bezpłatnego czasopisma dla rodziców uczniów i ich nauczycieli, do pobrania ze strony www.eporadniadlarodzicow.pl – dlatego akceptacja niniejszego Regulaminu zawiera także zgodę na nieodpłatne upowszechnienie nadesłanych prac na różnych nośnikach i stronach www.
15. Niestety prace nadesłane po terminie, czyli po 10 maja 2018 roku (decyduje data stempla pocztowego) nie będą mogły brać udziału w konkursie.
16. Uwaga nadesłane prace nie może naruszać przepisów prawa, a także naruszać praw osób trzecich, w tym w szczególności praw lub dóbr osobistych osób trzecich, a także ogólnie przyjętych norm obyczajowych, w szczególności dotyczy to treści powszechnie uznawanych za wulgarne i obraźliwe, obrażających uczucia innych osób, w tym również uczucia religijne, przedstawiające przemoc albo materiały o tematyce rasistowskiej, a także nie może też naruszać prawa do prywatności, zawierać materiałów chronionych prawami wyłącznymi, zagrażać ani naruszać praw osób trzecich.
17. Decyzje Jury Półfinałów są ostateczne i nie przewiduje się od nich odwołań.
18. Wyniki Półfinałów zostaną ogłoszone na stronie projektu.
19. Na poziomie półfinałów nagrodą jest przejście do finałów 😊
20. Za to w Finałach będą nagrody dla wszystkich, którzy dotrą, zarówno uczniów, jak i nauczycieli. Ponadto będą nagrody dla 10 drużyn finalistów i dla szkół, które reprezentują. Drużyny wezmą udział w trzech zadaniach. Pierwsze zadanie wyłoni 50 drużyn, drugie zadanie – 20 drużyn, trzecie zadanie – 10 zwycięskich drużyn. Finałom będzie towarzyszyć wystawa nadesłanych prac wybranych przez Jury konkursu oraz Maskotka projektu. Po zakończeniu zadań konkursowych – dla uczestników Finałów planowana jest mini konferencja z udziałem przedstawicieli służb ratowniczych i gala połączona z wręczeniem nagród. Szczegółowe informacje zostaną wysłane szczęśliwym Półfinalistom! Zdradzimy tajemnicę, że w finałach liczy się odrobina szczęścia, refleks i wiedza. Dlatego warto trenować – do tego jest przygotowana Gra z prawie 400 zagadkami (kampaniasmog.edu.pl) oraz inne materiały, które będą przekazane nauczycielom.
21. Dane osobowe Uczestników konkursu podlegają ochronie zgodnie z ustawą z dnia 29 sierpnia 1997 r. o ochronie danych osobowych (tj. Dz.U.2016 poz. 922 z późn. zm.)
22. Administratorem danych osobowych jest Organizator.
23. W związku z prowadzeniem konkursu od Uczestników zbierane będą następujące dane:
 - od uczniów – imię i nazwisko, wiek lub klasa.
 - od nauczyciela – imię i nazwisko, adres szkoły, adres e-mail i telefon kontaktowy.
24. Dane osobowe Uczestników będą przetwarzane zgodnie z ustawą z dnia 29 sierpnia 1997 roku o ochronie danych osobowych wyłącznie w celu przeprowadzenia konkursu, komunikowania się z Uczestnikami, wydania Nagród. Uczestnicy mają prawo do wglądu do swoich danych oraz do ich poprawiania i żądania ich usunięcia. Podanie danych osobowych przez Uczestników jest dobrowolne, jednakże konieczne do wzięcia udziału w konkursie. Dane osobowe Uczestników będą przetwarzane nie dłużej niż to będzie konieczne do należytego przeprowadzenia konkursu. Po upływie tego okresu dane osobowe Uczestników zostaną usunięte.
25. Uczestnicy udzielają zgody na przetwarzanie swoich danych osobowych Organizatorowi, wg następującej formuły: „Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych przez administratora danych osobowych tj. Sławęcińskie Stowarzyszenie Inicjatyw Lokalnych z siedzibą w Ryszewko 44, 74-200 Pырzyce, w związku z przeprowadzeniem konkursu, którego dotyczy niniejszy Regulamin, zgodnie z Ustawą z dnia 29.08.1997 r. o ochronie danych osobowych. Przyjmuję do wiadomości, że przekazane dane są konieczne do przeprowadzenia konkursu. Jednocześnie oświadczam, że jestem świadomy faktu, że przekazanie danych jest dobrowolne, przysługuje mi prawo dostępu do treści moich danych, prawo do ich poprawiania oraz do wniesienia żądania zaprzestania ich przetwarzania, jak i wniesienia sprzeciwu wobec ich przetwarzania. Ponadto wyrażam zgodę na kontaktowanie się ze mną drogą elektroniczną w związku z udziałem w konkursie na adres e-mail podany w karcie zgłoszeniowej”. Zgoda jest wyrażona poprzez akceptację Regulaminu.

III. Postanowienia końcowe

25. Regulamin konkursu dostępny jest na stronie internetowej: kampaniasmog.edu.pl
26. Regulamin jest jedynym dokumentem określającym zasady konkursu. Ostateczna interpretacja niniejszego Regulaminu należy do Organizatora.
27. W sprawach nieuregulowanych niniejszym Regulaminem decyduje Organizator.
28. Konkurs nie jest „grą losową” w rozumieniu ustawy o grach hazardowych (Dz. U. z 2016 r. poz. 471 z późn. zm.).
29. Nadesłanie zgłoszenia i pracy na konkurs jest jednoznaczne z akceptacją przez Uczestników warunków niniejszego Regulaminu.
30. Pytania dotyczące konkursu prosimy kierować na adres mailowy: mosryszewko@gmail.com

ZAPRASZAMY DO KONKURSU – CZEKAMY NIECIERPLIWIE NA WASZE PRACE!



Co Ci się udało dzisiaj zrobić dla świata, dla przyrody,
dla własnego zdrowia?



Jaki jest Wasz PLAN?

Podyskutujcie w grupie 4-6 osobowej.

Niech każdy z Was powie co można robić,
aby dbać o czyste powietrze i czyste środowisko.

Opracujcie 12 pomysłów i zapiszcie w tabelce poniżej.

Napisz co powinienes zrobić, co możesz zrealizować jako dziecko.

Napisz co powinieneś zrobić,
kiedy jest ogłoszony
alarm smogowy

1

2

3

LAGOM

SCENARIUSZ LEKCJI dla klas 4-8 SP

1. Skojarzenia. Prosimy aby uczniowie odłożyli telefony i inne urządzenia multimedialne. Na tablicy umieszczamy słowo LAGOM. Co ono może znaczyć? Z jakim krajem się kojarzy? Czy jest tym samym co hygiene?

Wszystkie skojarzenia umieszczamy na tablicy (przydadzą się do tego żółte, samoprzylepne karteczki)

Po chwili zdejmujemy te karteczki, które są najdalej od właściwego znaczenia napisanego słowa.

2. Po kolei odkrywamy przez uczniami pochodzenie i znaczenie LAGOM

(Wcześniej przygotowujemy do tego informacje spisane na kartkach, przyczepiamy je do tablicy, tak aby uczniowie ich nie widzieli, dopiero mówiąc odkrywamy co jest na kartce).

LAGOM TO:

- Szwedzkie słowo, które czyta się (wym. /,la:gom/ LUB „laa-gom”)
- jest ono kontrpropozycją dla duńskiego hyge
- w wolnym tłumaczeniu oznacza „nie za dużo, nie za mało”, „tak akurat”
- gdy zapytamy Szweda jaki ma samochód może określić go jako lagom – czyli w sam raz; gdy zapytamy ile zarabia – odpowiadając lagom będzie miał na myśli, że zarabia tyle, ile trzeba, ale też nie opływa w zbędne luksusy
- lagom to rodzaj filozofii życiowej oddającej skandynawską niechęć do przesady i umiowanie tego, co skromne, proste i praktyczne
- Lagom za sprawą szwedzkiego lekarza dr Bertil Marklunda dotarło też do obszaru zdrowia. Według Marklunda dbanie o dobre zdrowie i świetną kondycję trwającą do późnej starości wynika z prostych nawyków i małych zmian
- Lagom to filozofia równowagi między pracą a odpoczynkiem oraz zasada wprowadzania konsekwentnie małych, prostych zmian. Lagom = „tyle wystarczy”

Więcej na ten temat: <https://pl.wikipedia.org/wiki/Lagom>

3. Dzielimy uczniów na grupy. Każda z grup dostaje duży karton papieru. Na środku pisze słowo „lagom”. Prosimy uczniów, aby

„OBSZARY ŻYCIA W JAKICH MOŻNA ZADBAĆ O LAGOM”

(podpowiadamy: życie towarzyskie, sen, komputery, media społecznościowe, zakupy, przedmioty, pożywienie, zdrowie, przyjaźń, kosmetyki itd. itp.)

Podchodząc do stolików pomagamy wybrać uczniom jeden z wymienionych obszarów. (Rolą prowadzącego jest zadbać, by omawiane obszary nie powielały się).

Jeśli uważamy, że trudno będzie wybrać uczniom proponujemy następujące obszary życia:

- ruch
- odpoczynek i regeneracja
- zdrowie i odżywianie
- optymizm
- towarzystwo

4. Poradnik lagom – co mogę poradzić innym, aby zachować równowagę i umiar w wybranym przez mnie obszarze. Wymyślamy minimum 10 przykładów, mogą być szalone. Forma prezentowania dowolna (czas na przygotowanie prac 15 minut).

5. Prezentacje prac.

6. Lagom po Polsku. Szukamy sposobów jak nazwać ten nurt, żeby nie korzystać z obco brzmiącego słowa „lagom”. Prosimy uczniów o wypisywanie propozycji na małych karteczkach samoprzylepnych, umieszczamy je na tablicy. Przyglądamy się efektom. Jeśli uda się wybrać 2-3 propozycje spośród podanych, zostawiamy tylko je. Jeśli nie – zostają wszystkie.

7. Lagom to także recycling.

Co mogę zrobić jako użytkownik telefonu?

<http://ulicaekologiczna.pl/technologie/telefony-komorkowe-dla-ekoentuzjastow>

8. A co jeszcze mogę zrobić?

A może recyclingowy hotel dla pszczoł? Tego na pewno jeszcze nie robieś



<http://m.greenpeace.org/poland/pl/high/co-robimy/Chronimy-pszczoły/Hotele-dla-dzikich-zapylaczy/>

W ramach przygotowania wykonujemy z uczniami hotele dla pszczoł wg umieszczonego wyżej poradnika.

opr. Zuzanna Taraszkiewicz

Skąd brać kreatywne pomysły?

ASOCJOGRAM

Zdefiniuj problem. Weź kartkę papieru, możliwie dużą. Narysuj pośrodku elipsę i w nią wpisz problem. Od elipsy odprowadź 12 promyków. Każdy promyk to jedno rozwiązanie, które musisz wymyślić. Pracuj tak długo, aż zapiszesz 12 rozwiązań. Pozwól sobie dowolnie fantazjować i nie zabi-
jaj pomysłów przedwczesną krytyką! Możesz:

1. Pisać lewą ręką (wtedy silniej uaktywniasz prawą półkulę mózgu, która odpowiada za kreatywne myślenie)
2. Wyobrazić sobie jakby postąpił w podobnej sytuacji np. James Bond lub agentka Scully, przebojowa ciocia Renia, Kubuś Puchatek lub inne znane ci postacie – prawdziwe i fikcyjne.
3. „Zorientowanym matematycznie” i nie tylko, proponuję pomyśleć jak może być 2 razy lepiej, potem 5 razy, dziesięć razy i sto razy lepiej!
4. „Filozofującym” zaś proponuję zastosować następujące pytania, co by się zmieniło jak by to zmniejszyć, zwiększyć, wydłużyć, skrócić, prze-malować, odwrócić na drugą stronę, pociąć na mniejsze kawałki...

- Co można zrobić, aby to było bardziej wygodne, lżejsze, zdrowe, bez-pieczne, przyjemne, estetyczne itd.
5. Perfekcjonistom radzę zwiększyć liczbę promyków do 20.
 6. I każdemu radzę, aby w czasie rozwiązywania swojego problemu dodali sobie kilka kilogramów odwagi i szukali najlepszego rozwiązania dla siebie!
 7. A teraz podrzyj tę kartkę i zacznij raz jeszcze – sam się przekonasz jak dobre pomysły zaczną się pojawiać po takiej rozgrzewce.

Na zakończenie jeszcze jedna rada.

Tym razem dla tych, którym się w ogóle nie chce pracować nad nowymi, lepszymi rozwiązaniami:

Wyobraź sobie co się stanie jak nie rozwiążesz istniejącego problemu? Jakie będą tego konsekwencje? Co się może stać najgorszego? Jeśli nic – może warto uzbroid się w cierpliwość i trochę przeczekać lub znaleźć, tym razem autentyczny, nowy problem?

Sześć myślowych kapeluszy

(według Edwarda de Bono)

Myśleć na czarno jest łatwo. Każdy to potrafi! Myślenie w innych kolorach, jest nieco trudniejsze. Często wymaga odwagi. Myślenie w różnych kolorach to jak ogólnorozwijająca gimnastyka. Kiedy w myśleniu wykorzystujesz różne kolory - czyli badasz świat z różnych perspektyw, znaczy to, że stosujesz przytomną strategię rozwiązywania problemów i zmiany na lepsze. Wybór należy do Ciebie!

W każdym kapeluszu, w zależności od koloru myśli się nieco inaczej. Zobacz jak czasem odmiennie! I uwaga - niektórzy noszą kapelusze od stóp do głów (cokolwiek to znaczy) i cali są jakby w jednym kolorze.

CZERWIEN: EMOCJE

Czerwień to kolor namiętności, impulsywności. Kolor emocji gwałtownych: wyrażający się ekstremalną rozpaczą lub ekstremalnym zachwytem.

O ludziach Czerwonych mówi się: „on/ona jest taka emocjonalna, że aż to trudno znieść”. Ludzie Czerwoni nie potrafią ukryć swoich emocji; reagują niezwykle silnymi emocjami: wybuchami złości, płaczem, gwałtownym śmiechem, ogromnym lękiem... Reagują według skali „na śmierć lub życie”. Kochają kogoś lub się gwałtownie zaprzyjaźniają. Po czym - równie szybko zrywają kontakty. Na ogół z dość błahego powodu (przynajmniej patrząc na to z zewnątrz).

Jak się łatwo domyśleć, zachowanie ludzi Czerwonych trudno przewidywać, nie wiadomo co im aktualnie zagra. Są męczący dla otoczenia, ale także dla samych siebie. Z reguły oni są albo na „bardzo dużych obrotach”, albo w stanie „depresji”. Wyobraź sobie tylko tę nieustanną huśtawkę nastrojów, te nieustające wybuchy energii!!! Pomyśl czy znasz kogoś takiego?

Na co dzień - funkcjonowanie na takich falach, jest wyczerpujące - ale warto umieć wykorzystywać tę umiejętność szybkiego reagowania do diagnozy pierwszego wrażenia, jakie wywołuje w nas jakiś nowy pomysł, pewna propozycja, nowa sytuacja. Jeśli się nauczymy z tego korzystać - otrzymamy ważny wskaźnik własnego nastawienia.

A więc zamiast reagowania jak pocisk ziemia-powietrze, totalnie rujnując siebie i (czasem) innych - nauczymy się zakładać Czerwony Kapelusz w odpowiedniej chwili, na pewien czas, i zdejmować go kiedy jest już zbyt czarny. Kiedy taki kapelusz jest na głowie, mamy prawo do wyrażania emocji, bez ich uzasadniania. Po prostu „czujemy iż jest tak i tak”. W słowach brzmi to tak: „Kiedy myślę o tym w Czerwonym Kapeluszu, czuję że jest świetny pomysł, chcę to zrobić” lub „... to jakiś makabryczny wymysł, nie podoba mi się to, absolutnie, nie ma mowy, aby się z tym zgodzić!”.

W czerwonym kapeluszu mamy prawo wyrażać swoje odczucia na gorąco, wyrażać to, to odczuwamy w związku z pewną sprawą, pomysłem? Mówić, czy to nam się podoba, czy nie, czy coś budzi niepokój lub zachwyty.

Jak już sobie uświadomisz własne emocje, przejdź do myślenia w innym kapeluszu... Jeśli czujesz wyraźny entuzjazm, posiedź chwilę w kapeluszu czarnym; jeżeli zaś czujesz negatywne emocje - załóż na głowę kapelusz żółty!

Przypomnij sobie, kiedy Ty tak właśnie reagujesz?

CZARNY: PESYMIZM

Kolor czarny kojarzy się z krytyką, przerysowaniem sytuacji zagrożenia, niepowodzenia, z widzeniem spraw jak przez czarne okulary.

Ludzie Czarni uwielbiają krytykować, wskazywać wady, niedociągnięcia, pokazywać braki i zagrożenia, dosłownie mnożą konsekwencje niekorzystnego obrotu spraw. W skrajnych przypadkach - potrafią rozłożyć dowolne przedsięwzięcie udowodniając, że każdy ruch jest bez sensu. Wszystko już było, wszystko już zostało wypróbowane, „prawda jest taka, że to się nie uda, nawet nie warto próbować”. Są po prostu mistrzami w produkowaniu pesymizmu i szukaniu dziury w całym.

Może znasz kogoś pasującego do tego opisu? Po rozmowie z kimś takim, czujesz się po prostu wypompowana i masz ochotę popełnić harakiri.

Generalnie należy im nieco współczuć - wyobraź sobie tylko, jak ciężko żyć dostrzegając tylko cienie, dziury, braki, niedociągnięcia, zagrożenia?

Ale paradoksalnie - właśnie tego możemy się od nich nauczyć. Tylko koniecznie zgodnie z wymogami psychicznego bhp! Więc pamiętaj, zakładaj Czarny Kapelusz, **w odpowiedniej chwili, na pewien czas, i pamiętaj zdjęciu z głowy, kiedy jest już zbyt ciężki!**

Nie ma sytuacji czy rozwiązań idealnych. Przed popełnieniem błędu przeoczenia czegoś ważnego, uchronić nas może szczypta chłodnej analizy, odrobina pesymizmu.

W jakich sytuacjach tak reagujesz?

ŻÓŁTY: OPTYMIZM

Entuzjizm totalny. Słoneczne, hiper-radosne przeciwstawienie pesymistów. Jest coś w powiedzeniu, że „pesymiści to dobrze poinformowani optymiści”, gdyż ci ostatni intensywnie unikają części informacji o stanie zagrożeń i ewentualnych kłopotach. Ludzie Żółci wierzą w sukces i powodzenie. Wiele im się udaje, bo nie załamie ich nawet trzęsienie ziemi, i ciągle próbują, próbują, próbują... Nowe sytuacje, czy problemy oglądają tylko w świetle słonecznym. Widzą tylko zalety, korzyści, wspaniałe perspektywy, nowe horyzonty, świetlaną przyszłość i pasmo sukcesów. Te wspaniałe obrazy konstruują często (niestety) na podstawie jeden tylko aspektu sprawy, który ponosi ich wyobraźnię.

(Jest to mój ulubiony kolor i jako człowiek żółty, już z własnego doświadczenia, dodam, że czysta żółta strategia jest bardzo eksploatująca energetycznie i lepiej zastosować wariant energooszczędny, tj. żółto-iny, w proporcjach 50/50 procent).

Dla niektórych wykorzystanie żółtej perspektywy to bardzo trudne zadanie, zaś dla Czarnych jest to perspektywa nie-do-pomyślenia!

I znowu (pamiętaj o bhp, aby nie utonąć w fantazjach i mrzonkach), posnuj złociste plany, piękne perspektywy i najlepsze rozwiązania mając na głowie Żółty Kapelusz!

Sz szczególnie wtedy, kiedy masz tendencję do widzenia świata w nieco przyciemnionych kolorach!

Kiedy, gdzie, z kim ogarnia cię złocisty optymizm!

ZIELONY: MOŻLIWOŚCI

Zielony to kolor innowacyjnych badaczy. To budzenie do życia nowych rozwiązań. To jest jak wiosna, kiedy wydaje nam się, że **wszystko się może zdarzyć!** To otwarcie na stałe udoskonalanie siebie i otoczenia. To troska, aby sprawy miały lepszy obrót, doskonalszy wymiar. Ludzie Zieloni, nie godzą się do końca, aby było dokładnie tak jak jest teraz. Uwielbiają wprowadzać zmiany i poprawki. Ich działanie cechuje kreatywność. Są generatorami prowokacyjnych pomysłów. Lubią odwracać kota ogonem, aby sprawdzić czy tak nie wygląda lepiej. Odważnie pytają się: jak może być inaczej, lepiej? Co by było, jakby to było mniejsze, większe, odwrócone na drugą stronę? Jakby to podzielić, połączyć, coś wyeliminować? Jakby dodać jakiś kolor, jakąś cechę? Jakby to było postawione odwrotnie, jakby to znikło, jakby to było wielkie jak góra?

Z wielu szalonych pomysłów, czasem na początku brzmiących zupełnie niedorzecznie, wyprowadzono, po obróbkach i dalszych przemyśleniach, wynalazki, które istnieją i służą nam na co dzień.

Zatem Ludzie Zieloni to innowatorzy, bez nich nie byłoby postępu: koła, nożyczek, komputerów, pralek automatycznych, nowych tkanin na wiosenne sukienki i szybko schnących lakierów do paznokci itp itd...

Pamiętajmy iż wszystko jest w jakimś sensie wymyślone... (Mam na myśli tzw. wynalazki cywilizacyjne). Dobrze jest więc nauczyć się korzystać z tego typu umiejętności i w wyobraźni wypuszczać „balony próbne” - obrazki pewnych stanów rzeczy lub sytuacji, z założeniem jakiejś zmiany. Inaczej mówiąc - sprawdzić jak by to coś, co mamy na myśli, wyglądało z czymś nowym lub bez czegoś.

(Innowatorzy stosują rozmaite zabiegi - eksperymenty myślowe, prowokacje rzeczywistości... aby znaleźć nowe możliwości).

W jakich sytuacjach reagujesz w ten sposób?

BIAŁY: FAKTY

Biały to czystość, sterylność, chłodna logika oparta na faktach, które są sprawdzalne. Liczby, dane - zbadane, zmierzone. Ludzie Biali operują konkretnymi zestawami informacji z dokumentów, analiz, statystyk. Zdecydowanie nie oceniają zdarzeń, tylko je komentują i czynia to na tyle, na ile pozwalają im posiadane przez nich dane, konkretne przepisy.

Strzegą czystości informacji. Nie lubią emocjonalnych reakcji i sądów (według nich nieuprawnionych, bo bez żadnych logicznych podstaw). Za to lubią wszystko przeliczyć, zestawzić, wykazać w odpowiednich rubrykach!

Wygląda to na nieco bezduszny chłód, i tak właśnie jest.

W Białym Kapeluszu zatem sięgasz do odpowiednich analiz, sprawdzasz opisane fakty, wyrażone w liczbach, zyskach, wykresach i słupkach. Korzystasz z kalkulatora, przepisów i sprawdzonych, regulaminowych procedur. Przewidujesz chłodno i bez emocji, co może być, kiedy i ile - mnożąc i dzieląc, bez dodawania fantazji i pobożnych życzeń. Pracujesz trochę jak automat lub komputer.

W jakich okolicznościach myślisz chłodno, na biało?

NIEBIESKI: RÓWNOWAGA

Niebieski jak niebo, które nad nami. To kolor chłodnego, bezstronnego obserwatora, który ogląda z góry to, co się dzieje. Ludzie Niebiescy są zrównoważeni, zorganizowani i refleksyjni. Lubią oglądać sprawy z różnych stron, najlepiej analizując wszystkie możliwe aspekty: pierwsze emocje, wady, zalety, możliwości i fakty!

Kapelusz Niebieski należy nosić stale (np. jako czapkę-niewidkę). Niech stanie się ochroną przed myśleniem przesterowanym w jakąś stronę, jednostronnym, więc zawsze uprzedzonym i niebezpiecznym!!!

Na ogół ludzie mają tendencję do reagowania w pewien określony sposób, niejako dla nich klasyczny. Np. zaczynamy omawiać nowy projekt, z góry wiemy jak zareagują znane nam osoby: pan X - jak zwykle, wypowie się pesymistycznie i skrytykuje wszystkie wysuwane pomysły. A znowu pani Y dosłownie zaleje wszystkich egzaltowanym zachwytem. Natomiast Z i Ż natychmiast opracują listę spodziewanych korzyści i ewentualnych usprawnień diskutowanego projektu. Zgadnij jakiego koloru są X, Y, Z i Ż?

Opr. Małgorzata Taraszkiewicz





DZIELIMY SIĘ PIĘKNYMI MATERIAŁAMI

Z radością przedstawiamy Państwu wyjątkowy dwumiesięcznik „Kosmos dla dziewczynek”, adresowany do czytelników w wieku 7-11 lat. Magazyn wydawany jest pod patronatem polskiej sekcji Ibbi. **To pierwsze w Polsce pismo non-fiction dla dzieci.** Powstało dzięki inicjatywie mam, które chciały mieć pismo takie jak dzieci, które znają: mądre, ciekawe świata, piękne, dobre i odważne.

Na naszej stronie www.kosmosdladziewczynek.pl możecie Państwo zobaczyć jak wygląda najnowszy numer. Można w nim znaleźć m.in. test, który łączy ludzi, zagadki matematyczne, wskazówki jak hodować kurę, żarty i informacje co się dzieje z Twoim ciałem, gdy marzniesz.

Artykuły i materiały zawarte w „Kosmosie dla dziewczynek” mogą być także inspiracją lub gotową propozycją zajęć z dziećmi. Na naszej stronie (zakładka KOSMOS DLA DOROSŁYCH) możecie Państwo **bezpłatnie pobrać materiał do wykorzystania podczas zajęć** plastycznych, lub taki, który pozwoli dzieciom zrozumieć działanie komputera.

z kosmicznymi pozdrowieniami!



FUNDACJA KOSMOS DLA DZIEWCZYNEK



pierwszy
taki magazyn
w Polsce



pozytywne
wzorce, nauka,
humor, emocje



wzmacniamy
zaufanie
do własnych
kompetencji



pomagamy
w rozwoju
umiejętności



wspieramy
poczucie
sprawczości



promujemy
świat wolny od
stereotypów

Marzymy, by ta książka znalazła się na półce każdej dziewczynki

Opowieści na dobranoc dla młodych buntowniczek.

100 historii niezwykłych kobiet

Skąd wziął się pomysł na napisanie „Opowieści na dobranoc dla młodych buntowniczek”, jak autorki przekonały ludzi do przekazania im miliona dolarów na jej publikację, która z bohaterek jest ich ulubioną postacią i dlaczego być buntowniczką to dobrze – o tym w pierwszym w Polsce wywiadzie z **Franceską Cavallo i Eleną Favilli**, autorkami bestsellerowej książki.

Skąd pomysł na napisanie „Opowieści na dobranoc dla młodych buntowniczek”? Na polskim rynku wydawniczym nadal niewiele jest książek dla dziewczynek o silnych kobietach. Ale przecież to nie tylko specyfika polskiego rynku, prawda?

– To najważniejszy projekt, nad którym kiedykolwiek pracowałyśmy. Powstał z zakorzenionych w nas głębokich potrzeb. Kwestia równych praw kobiet – to coś, co jest dla nas bardzo ważne. Chciałyśmy, by nasza praca miała wpływ na kobiety, by je wzmacniała. Marzymy, by ta książka znalazła się na półce każdej dziewczynki, bo jesteśmy przekonane, że pomoże im w odważnym marzeniu i zachęci do walki o siebie i o to, co chcą osiągnąć w życiu.

Jakich argumentów użyłyście, by przekonać darczyńców na portalach crowdfundingowych do zrzucenia się na waszą książkę?

– Kampania trwała 8 miesięcy. Kilka miesięcy przed startem kampanii skupiłyśmy wokół siebie środowisko ludzi zainteresowanych budowaniem poczucia własnej wartości wśród dziewczynek. Środki na wydanie książki zbierałyśmy na Kickstarterze i Indiegogo. Zaczęłyśmy kampanię w kwietniu 2016 roku. Zanim jednak zaczęłyśmy zbierać pieniądze, wysłałyśmy testowo kilka tekstów i grafik w newsletterze. Kampania szybko nabrała tempa i „Opowieści na dobranoc...” stały się książką, na którą przekazano najwięcej pieniędzy w całej historii crowdfundingu.

Na wydanie książki zebrałyśmy ponad milion dolarów od 20 tysięcy ludzi z 71 krajów. Zakładałyśmy początkowo zbiórkę 40 tysięcy dolarów, ale to udało się osiągnąć już w ciągu 30 godzin! 29 dnia trwania zbiórki na publikację naszej książki przekazano ponad 675 tys. dolarów i wtedy postanowiłyśmy kontynuować tę zbiórkę. Gdy zobaczyłyśmy, że na liczniku pojawiła się suma miliona dolarów, byłyśmy przeszczęśliwe, że aż tylu ludzi poparło nasz pomysł.

Dlaczego zatytułowałyście swoją książkę „Opowieści na dobranoc dla młodych buntowniczek”? (Oryginalny tytuł: „Good Night Stories for Rebel Girls”). Buntownicza (rebel) ma w języku polskim, podobnie jak w angielskim, raczej negatywne nacechowanie.

– Od kobiet oczekuje się mówienia o pokoju i harmonii, nawet w sytuacji gdy są wiktyimizowane i odmawia im się podstawowych praw. Czujemy, że nie ma potrzeby pisania kolejnych książek dla kobiet o tym jak unikać nieporozumień. Świat potrzebuje książek, które będą zachęcały kobiety

do bicia sobą, nawet jeśli to oznacza bycie nielubianą. Właśnie dlatego użyłyśmy słowa „buntownicza” w tytule książki.

A dlaczego postanowiłyście pisać wyłącznie o kobietach?

– Bo nimi jesteśmy. Nasze doświadczenie zawodowe pozwoliło nam zrozumieć jak ważne jest dla dziewczynek otaczanie się wzorcami kobiet. Silne damskie wzorce pomagają im być bardziej pewnymi siebie i sięgać po odważniejsze cele. Zdałyśmy sobie sprawę, że w 95% książek i telewizyjnych show, wśród których dorastałyśmy, brakowało kobiet jako głównych bohaterów. Przeanalizowałyśmy sprawę i okazało się, że ta sytuacja przez minione 20 lat niewiele się zmieniła. Dlatego postanowiłyśmy same coś z tym zrobić.

W jaki sposób wybierałyście swoje bohaterki? Jakimi kryteriami się kierowałyście?

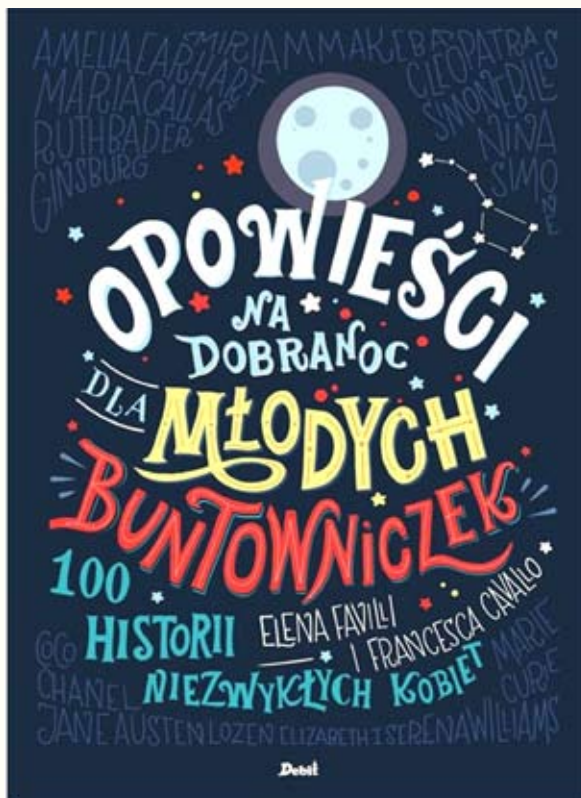
– Chciałyśmy przedstawić kobiety z tylu krajów, z ile uto tylko możliwe, ponieważ w produkcjach mediów dla dzieci brakuje różnorodności nie tylko pod względem płci, ale także pod względem rasy, orientacji seksualnej czy wyznania. Naszym celem było również przedstawienie kobiet różnych zawodów; chciałyśmy mieć: puzonistki, oceanolożki, sędzię, działaczki polityczne, szpiegów, szefowe kuchni, surferki, poetki i piosenkarki rockowe. I na koniec, wybierałyśmy kobiety, których życie osobiste miało w sobie coś, co mogło zainteresować dzieci, na przykład Julia Child, sławna szefowa kuchni, która zaczęła swoją karierę jako szpieg i gotowała ciastka, które miały za zadanie podczas drugiej wojny światowej odstraszać rekiny od podwodnych materiałów wybuchowych.

Ważnym kryterium było również przedstawienie kobiet różnych zawodów; chciałyśmy mieć: puzonistki, oceanolożki, sędzię, działaczki polityczne, szpiegów, szefowe kuchni, surferki, poetki i piosenkarki rockowe. I na koniec, wybierałyśmy kobiety, których życie osobiste miało w sobie coś, co mogło zainteresować dzieci, na przykład Julia Child, sławna szefowa kuchni, która zaczęła swoją karierę jako szpieg i gotowała ciastka, które miały za zadanie podczas drugiej wojny światowej odstraszać rekiny od podwodnych materiałów wybuchowych.

Która z postaci z waszej książki jest wam najbliższa? Która was najbardziej inspiruje?

– W każdej z tych historii jest jakaś częśćka nas. Praca w otoczeniu tak wspaniałych przykładów przywództwa, odwagi i empatii to była prawdziwa magia. Jako że jesteśmy Włoszkami, szczególnie ukochałyśmy sobie historię Lelli Lombardi, zawodniczki Formuły 1, jedynej kobiety w historii, która zdobyła punkty w wyścigu Formuły 1. Lombardi nauczyła się prowadzić, dostarczając wraz z tatą ciężarówką mięso i wędliny w górzystych regionach Piemontu we Włoszech.

Bardzo inspirująca była dla nas również postać Alfonsiny Strady, która wywalczyła sobie prawo do udziału w wyścigu Giro d'Italia, jednym z najcięższych wyścigów kolarskich na świecie.



Dlaczego zdecydowałyście się na pisanie o prawdziwych kobietach, a nie stworzyłyście galerii fikcyjnych postaci? Czy to ma znaczenie, że dziewczynki czytają historie realnych kobiet?

– Jako dzieci poznawaliśmy siebie i otaczający nas świat poprzez bajki, które słyszałyśmy. Bajki, które opowiadamy dziewczynkom, pokazują im ich możliwości w bardzo ograniczony sposób. Ilustracje towarzyszące tym bajkom w jeszcze węższym zakresie pokazują, jak dziewczynki powinny wyglądać. To wpływa na brak pewności siebie i poczucie wiecznego bycia w błędzie. Ta plaga dotyka je najpierw w szkole, a potem w życiu zawodowym. Badania wskazują, że dziewczynki są mniej pewne siebie niż chłopcy już w pierwszej klasie, mimo, że otrzymują lepsze stopnie niż oni. Nadszedł już czas zmienić narrację na temat kobiecości. I o tym są właśnie „Opowieści na dobranoc dla młodych buntowniczek”. Nasze opowiadania mówią o prawdziwych kobietach, które osiągnęły nadzwyczajne wyniki w każdej dziedzinie, jaką możecie sobie wyobrazić. Są one źródłem ogromnej inspiracji, zachęcają dziewczynki do dążenia do celu, uczenia się i marzenia bez narzucania sobie ograniczeń.

Czy każda dziewczynka musi być „buntowniczką”?

– Dziewczynka powinna być tym kimkolwiek chce. Wierzmy, że samo słowo „buntownicza” nie niesie ze sobą negatywnych skojarzeń, jest raczej opisem osoby, która nie jest zadowolona z pewnych aspektów społeczności, w której żyje, i decyduje, że ma wystarczająco dużo siły, by coś zmienić. Według jednej z definicji słowo „buntownicza” oznacza: „stawiająca opór lub stojąca przeciwko jakiemuś autorytetowi lub tradycji”. Dlaczego miałyby to być złe?

Nasza książka ma za zadanie inspirować i wzmacniać zarówno dziewczynki, jak i chłopców, przekonać ich, że oni również mogą zmieniać świat. Dziękujemy za możliwość rozmawiania o tym.

No właśnie, czy tę książkę mogą czytać również chłopcy? Czy może ich zainteresować?

– Oczywiście! Z naszego doświadczenia wiemy, że „Opowieści na dobranoc...” nie są odbierane przez chłopców jako książka nie dla nich. To raczej my dorośli mamy z tym problem. Byłoby cudownie, gdyby dzieci dorastały w świecie, w którym chłopcy nie oceniali tej książki jako mniej wartościowej tylko dlatego, że ma w tytule słowo „dziewczynki”. Wygląda na to, że wielu chłopców z tym podejściem się zgadza.

Jak, waszym zdaniem, powinniśmy wzmacniać dziewczynki, by były pewne siebie i silniejsze?

– Jest wiele sposobów, ale najważniejsze, by samemu być wzorem dla swoich dzieci. Równy podział obowiązków między mamą i tatą jest bardzo ważny. Upewnijcie się, że nie ma zadań tylko dla chłopców i tylko dla dziewczynek. To cenna lekcja dla waszych dzieci. Napisałyśmy o tym krótkiego e-booka, zatytułowanego „Jak wychować pewną siebie dziewczynkę”.

A wracając do waszej książki, ilustrowało ją aż 60 artystek z całego świata. Nigdy nie słyszałam o podobnej publikacji, która skupiłaby wokół siebie aż tyle utalentowanych graficzek. Jak do tego doszło?

– Wybór kobiet graficzek był celowy. Uważamy, że to nasz obowiązek, by pozwolić dojść do głosu tym wspaniałym dziełom, które tworzą na co dzień artystki z każdego zakątka świata. Zależało nam również na przedstawieniu szerokiego wachlarza stylów każdej z nich, który wynika z ich różnych osobowości. Media mają skłonność do pokazywania kobiet w bardzo uproszczony sposób. My chcemy pokazać, że kobiecość ujawnia się bardzo różnorodnie, tak jak nie ma jednego sposobu bycia kobietą, lub dziewczynką – buntowniczką.

Czytelnicy dopytywali o kolejne postacie kobiet i dlatego zdecydowałyście się na wydawanie drugiej części „Opowieści na dobranoc...”. Czy przyszło wam do głowy, że na tym nie koniec?

– To prawda. Gdy „Opowieści na dobranoc dla młodych buntowniczek” trafiły do księgarń, czytelnicy nie przestawali zasypywać nas pytaniami o kolejny tom. Wskazywali nam także swoje propozycje kandydatek na bohaterki następnej książki. Posiadanie tak zaangażowanych czytelników z ponad 70 krajów było najlepszym sposobem na dotarcie do kolejnych niesamowitych biografii kobiet. Opowiadania z drugiej części to w 100% historie podsunęte nam przez czytelników.

Czy rozważałyście kiedykolwiek wydanie swojej książki tzw. tradycyjną metodą? Czy próbowałyście zainteresować nią wydawców? Jeśli nie, to z jakich powodów zdecydowałyście się ją opublikować w inny sposób?

– Ochrona naszej wolności przy tworzeniu unikalnego produktu to powód, dla którego zdecydowałyśmy się zwrócić o pieniądze na portalach crowdfundingowych. Ta wolność nie wytrzymałaby w zderzeniu z twardymi badaniami, które dyktowałyby nam jak sprzedać jak największą liczbę egzemplarzy. To jest to kim jesteśmy – nie boimy się dzielić się naszymi przekonaniami i do tego samego przekonujemy naszych czytelników!

Z Eleną Favilli i Franceską Cavallo rozmawiała **Sylvia Preiss**

<http://wydawnictwo-debit.pl/glowna/439-opowieści-na-dobranoc-dla-młodych-buntowniczek-100-historii-niezwykłych-kobiet.html>

Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży

116 111

Połączenie darmowe

Projekt „Pracownie Uczenia się w każdej szkole” to najlepszy prezent dla uczniów

Projekt „Pracownie Uczenia się w każdej szkole” skierowany jest do wszystkich szkół zainteresowanych podwyższaniem efektów kształcenia, czyli uzyskaniu wysokich wyników uczenia się u dzieci i większej satysfakcji zawodowej u nauczycieli.

Efekty gwarantowane na 95%!

Zainteresowane szkoły mogą zakupić podstawowy pakiet materiałów do przeprowadzenia warsztatów dla uczniów z zarządzania własnym procesem uczenia się. Ale to nie wszystko, ponieważ każda szkoła, która zakupi pakiet podstawowy ponadto otrzymuje:

- Materiały szkoleniowe dla nauczycieli – gratis!
- Opiekę merytoryczną - konsultacje osobiste z trenerami – gratis!
- Materiały na zebrania z rodzicami – gratis!
- Inspiracje, zaproszenia na ciekawe wydarzenia – gratis!



Bycie uczniem w szkole można porównać do wykonywania pracy: zawód-uczeń. Jak do każdej pracy trzeba być odpowiednio przygotowanym: wyposażonym w wiedzę o samym procesie uczenia się, w narzędzia uczenia się i wiedzę o sobie samym... Tylko wtedy uczeń staje się aktywnym uczestnikiem własnej edukacji, w dodatku zaradnym edukacyjnie i odpowiedzialnym za jego wynik. Pomóż uczniom opanować tajniki zawód – uczeń i pomóż im poznać samych siebie.

Jesteś zainteresowany?

Informacja na temat Pracowni Uczenia się – zobacz na www.eporadniadlarodzcow.pl

Tu także możesz pobrać moduł 5 pt. PRZESTRZEŃ SZKOŁY.

Inspiracje do kreowania szkoły jako miejsca integracji międzyludzkiej, uczenia się i rozwoju.

Chcesz wiedzieć więcej - napisz do nas e-mail: mamdzieckowszkole@eporadniadlarodzcow.pl