

# **Akademia Sztuk Migranckich, czyli jak budować wielokulturową społeczność**

**FUNDACJA** Polskie  
Forum  
Migracyjne

Warszawa 2025

# Spis treści

Wstęp

Rozdział 1 - Akademia Sztuk Migranckich i Polsko-Migrancki Klub Wielopokoleniowy! notka o projekcie  
/ Dlaczego integracja jest ważna

Rozdział 2 - Nasze doświadczenia – jak budować mosty międzykulturowe?

- Co sprzyja integracji: sprawdzone metody i dobre praktyki
- Czego unikać: błędy i wyzwania w działaniach integracyjnych

Rozdział 3 - Przykłady skutecznej integracji w naszym projekcie

Rozdział 4 - Mini-scenariusze zajęć Akademii Sztuk Migranckich

Rozdział 5 - Praktyczne wskazówki dla organizacji i osób indywidualnych

Rozdział 6 - O nas – poznaj Polskie Forum Migracyjne

Rozdział 7 - Podsumowanie

## Akademia Sztuk Migranckich

Akademia to realizowany przez naszą Fundację w 2025 roku projekt, którego celem było wspieranie integracji oraz rozwijanie edukacji kulturalnej w międzypokoleniowym i międzynarodowym gronie. Od



początku pomyślana była jako proces oparty na relacjach, spotkaniu i wzajemnym uczeniu się, a nie jedynie cykl pojedynczych wydarzeń.

Projekt przyjął formę całorocznego cyklu warsztatów artystycznych,

rękodzielniczych i wielokulturowych, prowadzonych przez osoby z doświadczeniem migracji mieszkające w Warszawie. Akademia stała się przestrzenią regularnych spotkań, wymiany doświadczeń i odkrywania bogactwa wielu kultur poprzez sztukę oraz wspólne działanie.

Każdemu wydarzeniu towarzyszyła opowieść o codziennym życiu, tradycjach i praktykach kulturowych krajów pochodzenia prowadzących

Akademia Sztuk Migranckich była przede wszystkim okazją do dzielenia się i wymiany doświadczeń. Osoby z doświadczeniem migracji dzieliły się tym, co dla nich ważne i bliskie, swoimi umiejętnościami artystycznymi, rękodziełem i historiami, które zawsze były zakorzenione w kulturze i codziennym życiu. Dzięki temu sztuka stawała się pretekstem do dialogu, wzajemnego poznawania się i budowania relacji opartych na szacunku oraz ciekawości drugiego człowieka.

## Nowe Miejsce

Warsztaty Akademii Sztuk Migranckich odbywały się w nowej przestrzeni - **Centrum Wielokulturowym** w Warszawie, którego aktualnym gospodarzem jest Fundacja Polskie Forum Migracyjne, wraz z organizacjami partnerskimi: Fundacja dla Wolności, Stowarzyszenie Mova - język bez barier, Fundacja Code your Path oraz Stowarzyszenie Mudita. Nowa przestrzeń od początku była tworzona wspólnie - przez osoby prowadzące, uczestników i uczestniczki, wolontariuszy oraz organizacje partnerskie - i stała się żywym doświadczeniem budowania wielokulturowej i wielopokoleniowej społeczności. Bardzo szybko stało się ono bezpieczną, otwartą przestrzenią dla wszystkich osób, które potrzebowały spotkania, rozmowy i poczucia przynależności.

Centrum Wielokulturowe nie było jedynie miejscem spotkań wielu kultur, lecz przestrzenią, w której stopniowo tworzyła się silna społeczność. To tutaj nawiązywały się nowe znajomości, powstawały więzi i relacje wykraczające poza ramy pojedynczych warsztatów, a uczestnicy i uczestniczki wracali, by spotkać się ponownie - nie tylko na zaplanowanych działaniach, ale także po to, by podtrzymywać relacje i być razem poza ramami jednego wydarzenia.

W trakcie realizacji projektu nauczyliśmy się również jako społeczność - reagując na wyzwania, słuchając siebie nawzajem i dostosowując działania do realnych potrzeb uczestników i uczestniczek. Jednym z nich było dbanie o różnorodność tematyczną działań - inicjatywy zgłaszane przez wolontariuszy i osoby ze społeczności często dotyczyły podobnych obszarów. Kolejnym wyzwaniem była wielkość grup. Niektóre warsztaty cieszyły się bardzo dużym zainteresowaniem, jednak nasze doświadczenia pokazały, że czasem lepszym rozwiązaniem jest powtórzenie spotkania dla kolejnej grupy niż przyjmowanie wszystkich jednocześnie. Mniejsze grupy sprzyjają wyższej jakości edukacyjnej, większemu komfortowi uczestników oraz głębszej integracji i budowaniu relacji.

## Mates! Polsko-migrancki klub wielopokoleniowy

Drugim filarem projektu były działania klubu wielopokoleniowego, który stał się przestrzenią regularnych spotkań i pozytywnych interakcji między osobami w różnym wieku i z różnych środowisk kulturowych. Wspólne gotowanie, projektowanie, rękodzieło, taniec, śpiew, spacer oraz wspólne świętowanie były pretekstem do bycia razem, rozmów i wzajemnego poznawania się oraz kultywowania różnych tradycji. W projekcie wzięło udział około 100 osób różnych narodowości, w tym Polki i Polacy.

Spotkania współprowadzili uczestnicy, co umożliwiło im realizację własnych pomysłów i dzielenie się umiejętnościami.



Osoby ze społeczności lokalnej miały okazję budować relacje z osobami z doświadczeniem migracji, ale również prezentować własną kulturę i codzienność. Z kolei migranci i migrantki mogli poznawać polską rzeczywistość w bezpiecznym, przyjaznym gronie oraz występować w roli osób, które wnoszą do wspólnoty wiedzę, kompetencje i inspiracje.

Edukacja i współpraca w środowisku wielokulturowym są fundamentem naszych działań. Uczymy się od siebie nawzajem, co wzmacnia nasze lokalne społeczności. Klub wielopokoleniowy to nie tylko projekt, to społeczność, która dąży do budowania wzajemnego zrozumienia i akceptacji w różnorodnym świecie. W niniejszej publikacji dzielimy się doświadczeniami z tego niezwykłego doświadczenia. Drugim filarem projektu były działania klubu wielopokoleniowego, który

z czasem stał się ważną, wspólną przestrzenią regularnych spotkań i codziennych interakcji między osobami w różnym wieku oraz z różnych środowisk kulturowych. Wspólne gotowanie, projektowanie, rękodzieło, taniec, śpiew, spacer i wspólne świętowanie tworzyły okazję do bycia razem, rozmów, wzajemnego poznawania się oraz pielęgnowania i odkrywania różnorodnych tradycji. W działaniach klubu uczestniczyły osoby wielu narodowości, w tym mieszkanki i mieszkańcy Polski, współtworząc otwartą i różnorodną społeczność.

Istotnym elementem spotkań było ich współtworzenie przez uczestników i uczestniczki. Dzięki temu mogli oni realizować własne pomysły, dzielić się umiejętnościami oraz brać aktywną odpowiedzialność za kształt wspólnych działań. Osoby ze społeczności lokalnej miały okazję budować relacje z osobami z doświadczeniem migracji, a jednocześnie dzielić się własną kulturą i codziennością. Z kolei migranci i migrantki mogli poznawać polską rzeczywistość w bezpiecznym, przyjaznym gronie oraz występować w roli osób wnoszących do wspólnoty wiedzę, kompetencje i inspiracje.

Edukacja i współpraca w środowisku wielokulturowym stanowią fundament naszych działań. Wzajemne uczenie się i codzienna obecność wzmacniają lokalne społeczności oraz budują poczucie współodpowiedzialności. Klub wielopokoleniowy nie był jedynie projektem, lecz procesem tworzenia społeczności opartej na relacjach, zaufaniu i otwartości, dążącej do wzajemnego zrozumienia i akceptacji w różnorodnym świecie. W niniejszej publikacji dzielimy się doświadczeniami z tej drogi – pełnej spotkań, wyzwań i wspólnego uczenia się.

## Dlaczego integracja jest ważna?

**Integracja migrantów odgrywa istotną rolę w tworzeniu zharmonizowanych i zróżnicowanych społeczności. Wprowadzają oni do lokalnych kultur bogactwo różnorodności, unikalne umiejętności oraz wiedzę. Umożliwienie im aktywnego uczestnictwa w różnych aspektach życia – od pracy po kulturę – sprzyja budowaniu wspólnot opartych na wzajemnym szacunku i zrozumieniu. Taki proces integracyjny nie tylko wzmacnia więzi społeczne, ale także przyczynia się do redukcji napięć, uprzedzeń i marginalizacji.**



Dzięki integracji, migranci mogą wykorzystać swoje talenty i zasoby. Warto dostrzegać, że integracja migrantów to nie tylko kwestia społeczna, ale również ekonomiczna.

Wspieranie ich w procesie adaptacji przynosi korzyści nie tylko im samym, ale całemu społeczeństwu.

Ostatecznie, integracja migrantów może przyczynić się do budowy lepszej przyszłości, w której różnorodność jest postrzegana jako atut, a nie przeszkoda.

Integracja migrantów odgrywa kluczową rolę w długoterminowej stabilności społecznej. Kiedy czują się akceptowani i wspierani przez lokalne społeczności, są bardziej skłonni do angażowania się w życie społeczne oraz inwestowania w swoją przyszłość. Takie podejście nie tylko wzmacnia ich poczucie przynależności, ale także przyczynia się do rozwoju gospodarczego kraju, w którym żyją. Wspieranie integracji migrantów jest zatem korzystne zarówno dla nich samych, jak i dla całego społeczeństwa.



Skuteczna integracja jest kluczowa w zapobieganiu wykluczeniu społecznemu, które może prowadzić do poważnych problemów, takich jak ubóstwo czy przestępczość. Wspólne inicjatywy, takie jak programy edukacyjne czy projekty kulturalne, mogą pomóc w budowaniu zaufania i zrozumienia między różnymi grupami społecznymi.

Budowanie mostów między kulturami przynosi korzyści całym społecznościom lokalnym. Wspólne działania sprzyjają wymianie doświadczeń, wzajemnemu uczeniu się i wzbogacaniu życia społecznego. Integracja nie jest więc wyłącznie kwestią sprawiedliwości społecznej, lecz także świadomą inwestycją w przyszłość – prowadzącą do tworzenia silniejszych, bardziej różnorodnych i odpornych wspólnot, gotowych na wyzwania współczesnego świata.

## Jak budować mosty międzykulturowe?

**Budowanie mostów międzykulturowych jest procesem, który wymaga nie tylko otwartości, ale także aktywnego zaangażowania obu stron. Migranci oraz społeczności przyjmujące muszą współpracować, aby stworzyć przestrzeń, w której każdy czuje się szanowany i zrozumiany. Kluczowym elementem tego procesu jest dialog, który umożliwia wymianę doświadczeń i perspektyw, co z kolei prowadzi do większej tolerancji i akceptacji.**

Inicjatywy, które sprzyjają bezpośrednim kontaktom, takie jak wspólne warsztaty, spotkania kulinarne czy wydarzenia kulturalne, odgrywają istotną rolę w budowaniu relacji między różnymi grupami. Takie działania nie tylko przełamują bariery językowe i kulturowe, ale także pozwalają na dzielenie się tradycjami i wartościami. Wspólne doświadczenia tworzą silniejsze więzi i pomagają w rozwijaniu wzajemnego zrozumienia. Ważne jest, aby te inicjatywy były regularnie organizowane i dostępne dla wszystkich zainteresowanych. Wspólna praca nad projektami, które łączą różne grupy społeczne, nie tylko sprzyja nawiązywaniu relacji, ale także buduje poczucie przynależności do większej społeczności.

Kolejnym istotnym aspektem jest stworzenie przestrzeni do wymiany doświadczeń i wspierania migrantów w ich rozwoju osobistym oraz zawodowym. Organizowanie kursów językowych, warsztatów integracyjnych czy programów mentoringowych to sprawdzone metody wspierania w ich adaptacji. Nieoceniona jest też jednoczesna praca społeczności przyjmującej nad zrozumieniem różnic kulturowych, a także podkreślanie podobieństw, które łączą wszystkich ludzi.

### **Weekend Wielokulturowy**

Szczególnym momentem budowania wspólnoty było wspólne świętowanie podczas trzydniowego Weekendu Wielokulturowego, zorganizowanego w czerwcu z okazji Światowego Dnia Uchodźcy. Był to czas intensywnych spotkań, rozmów i działań, które naturalnie łączyły osoby z doświadczeniem migracji oraz mieszkanki i mieszkańców Warszawy wokół wspólnych doświadczeń, ciekawości i otwartości na różnorodność.

Centralnym punktem wydarzenia była wspólna uczta - długi stół, przy którym zasiedli obok siebie seniorzy i dzieci, osoby pochodzące z wielu krajów i kultur, często nieposługujące się tym samym językiem.

Jedzenie, przygotowywane i dzielone razem, stało się uniwersalnym sposobem porozumienia. W tej prostej, codziennej sytuacji widoczne było przełamywanie barier, budowanie zaufania i poczucia bliskości.



Rozmowy, gesty, uśmiechy i wspólne bycie przy stole pokazywały, że wspólnota może rodzić się nawet tam, gdzie brakuje wspólnego języka.

Weekend Wielokulturowy stworzył otwartą i inkluzywną przestrzeń do działania, rozmowy i wzajemnego poznawania się. Doświadczenia zdobyte w trakcie tego wydarzenia, nawiązane relacje oraz partnerstwa stały się ważnym punktem odniesienia dla dalszych działań Fundacji. Wspólne świętowanie pokazało, że integracja dzieje się przede wszystkim w relacjach - w uważnym byciu razem, dzieleniu codzienności i gotowości do spotkania z drugim człowiekiem.



## Co sprzyja integracji?

**Integracja to proces wymagający czasu, zaangażowania i otwartości obu stron. Wspieranie relacji międzykulturowych jest szczególnie ważne w kontekście wyzwań, takich jak bariera językowa, odmienne zwyczaje czy funkcjonujące w różnych kulturach stereotypy. Opierając się na wieloletnich doświadczeniach Fundacji, przedstawiamy porady, które ułatwiają proces integracji, oraz podpowiedzi, czego unikać, aby nie utrudniać budowania pozytywnych relacji.**

**Co pomaga? Otwartość i empatia.** Otwartość to fundament każdej relacji międzykulturowej. Współpraca z migrantami, czyli po prostu osobami, które opuściły swój dom i mieszkają teraz blisko nas, wymaga przyjęcia perspektywy drugiej osoby, zrozumienia jej doświadczeń oraz obaw. Często imigranci mierzą się z poczuciem wyobcowania i niepewności, dlatego warto dawać im przestrzeń do wyrażania siebie.

Przykład: Maria, wolontariuszka w klubie seniora, zauważyła, że jedna z uczestniczek, starsza pani z Ukrainy, rzadko zabierała głos w grupie. Zamiast naciskać, Maria zaczęła angażować ją w drobne rozmowy podczas przerw. Po kilku tygodniach kobieta sama zaczęła dzielić się swoimi opowieściami.



**Wspólne działania.** Aktywności oparte na współpracy, takie jak warsztaty, wspólne gotowanie czy udział w wydarzeniach kulturalnych, są niezwykle skuteczne w przełamywaniu barier. Wspólna praca nad projektem tworzy naturalne sytuacje sprzyjające rozmowom i budowaniu więzi.

**Przykład:** Raz w miesiącu, w soboty, organizujemy brunchy w Centrum Wielokulturowym. Są one okazją do wspólnego gotowania, rozmów i poznawania się w swobodnej, otwartej atmosferze, a także do łączenia działań kulinarnych z innymi aktywnościami, takimi jak wymiana ubrań czy wspólne muzykowanie. Brunchy przyciągają osoby o bardzo różnych historiach i doświadczeniach – każda z nich wnosi do wspólnej przestrzeni coś wartościowego.



Podczas spotkań naturalnie rodzi się dialog między osobami, które wcześniej nie miały okazji się poznać, a wspólne działania sprzyjają budowaniu relacji i poczucia przynależności. Jednym z efektów tych spotkań było także spontaniczne muzykowanie w formie improwizacji – na scenie, a czasem w ruchu. W tym roku wielokulturowa orkiestra, która wyrosła z takich nieformalnych spotkań, po raz pierwszy wystąpiła publicznie, biorąc udział w paradzie podczas Święta Ulicy Stalowej na warszawskiej Pradze.



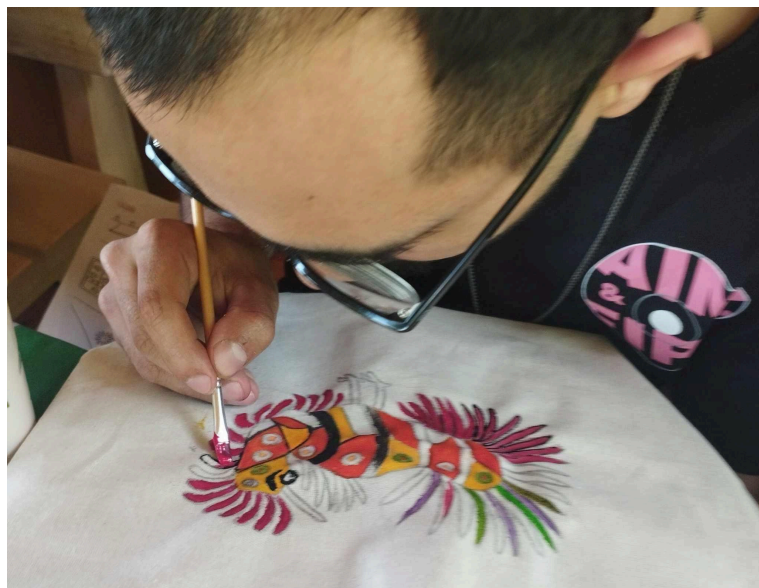
**Aktywności, które umożliwiają wzajemne poznawanie siebie i swoich kultur.** Znajomość tradycji, zwyczajów czy historii drugiej strony pozwala lepiej zrozumieć jej kontekst kulturowy. Warto choćby organizować spotkania tematyczne, podczas których uczestnicy dzielą się opowieściami o swoich krajach, a także wprowadzać elementy edukacyjne w szkołach i organizacjach społecznych. To jedna z ulubionych form spotkań w naszej społeczności. Największą popularnością cieszyły się opowieści o obecnych w różnych kulturach zwyczajach mrozących krew w żyłach, którymi dzieliliśmy się przy okazji Halloween.

**Podkreślanie wspólnych wartości.** Warto koncentrować się na tym, co łączy różne grupy, takich jak chęć budowania przyszłości, dbałość o rodzinę czy zaangażowanie w rozwój lokalnej społeczności. Wspólna akcja sadzenia drzew w parku czy sprzątanie nad Wisłą pozwolą uczestnikom z różnych kultur działać na rzecz dobra wspólnego.

**Co utrudnia integrację? Stereotypy i uprzedzenia.** Podświadome ocenianie innych przez pryzmat stereotypów to jedna z największych przeszkód w budowaniu relacji międzykulturowych. Ważne, aby unikać generalizowania („wszyscy migranci są tacy sami”) i pozwolić każdemu być sobą.

Przykład: W jednej z grup roboczych uczestniczka użyła stwierdzenia „Wiemy, że w waszych kulturach kobiety są mniej aktywne”, co wywołało dyskomfort pozostałych osób. Późniejsza rozmowa pokazała, jak bardzo takie uproszczenia mogą być krzywdzące. **Wywieranie presji na asymilację.** Zamiast oczekiwać, że migranci „dopasują się” do lokalnych zwyczajów, warto budować atmosferę wzajemnej wymiany. Zmuszanie do porzucenia własnej tożsamości kulturowej może prowadzić do poczucia straty i oporu.

Przykład: w jednej z grup próbowano nakłonić migrantów do obchodzenia lokalnych świąt bez wyjaśnienia ich znaczenia i uwzględnienia tego, że zabrania im tego ich religia, co zostało odebrane jako brak szacunku.



**Ignorowanie barier językowych.** Bariera językowa jest jednym z największych wyzwań w procesie integracji. Unikanie dialogu z osobami słabiej mówiącymi w języku lokalnym prowadzi do wykluczenia. Warto zachęcać migrantów do nauki języka, ale jednocześnie ułatwiać im komunikację na miarę ich możliwości. Rozwiązaniem tego problemu mogą być aktywności, które nie wymagają dobrej znajomości żadnego języka, a pozwalają po prostu na wspólne działanie.

## **Przykłady skutecznej integracji w naszym projekcie**

**Przez cały rok mieliśmy okazję spotykać się w najróżniejszych formach i w przeróżnych gronach osób pochodzących między innymi z Ukrainy, Kenii, Boliwi, Kolumbii, Wenezueli, Meksyku, Indii, Iranu, Mongolii, Polski, czy Chin. Oto kilka sposobów spędzania przez nas wspólnego czasu.**

### **Rozwój relacji międzypokoleniowych: przykład klubu seniora**

Integracja międzypokoleniowa jest istotnym elementem budowania wspólnoty, w której doświadczenie, wiedza i pamięć seniorów spotykają się z perspektywą i energią osób młodszych. Klub seniora oraz klub wielopokoleniowy stały się przestrzenią regularnych spotkań pełnych radości, zaangażowania, a czasem także nostalgii, a wspólne działania sprzyjały budowaniu relacji opartych na wzajemnym szacunku i zaufaniu.

W minionym roku seniorki w coraz większym stopniu przejmowały odpowiedzialność za funkcjonowanie klubu. Same inicjowały działania, proponowały tematy spotkań i organizowały wycieczki, korzystając przy tym z organizacyjnego wsparcia Fundacji. Ten proces pokazał, że integracja i animacja społeczna przynoszą trwałe efekty wtedy, gdy grupa stopniowo zyskuje samodzielność, poczucie sprawczości i realny wpływ na kształt wspólnych działań.

## Let's cook together: warsztaty kulinarne, czyli integracja doskonała



Wspólne gotowanie potraw z różnych stron świata okazało się jednym z najbardziej naturalnych i skutecznych sposobów przełamywania barier. Warsztaty kulinarne były okazją do odkrywania nowych smaków, ale także do dzielenia się historiami, wspomnieniami i tradycjami związanymi z kuchnią. Jedzenie stało się wspólnym językiem – zrozumiałym

dla wszystkich, niezależnie od pochodzenia czy znajomości języka – który sprzyjał otwartości, rozmowie i budowaniu relacji w ciepłej, swobodnej atmosferze.

## Spacery i wspólne odkrywanie lokalnego otoczenia

Wspólne spacery i wycieczki umożliwiały uczestnikom odkrywanie lokalnej okolicy w towarzystwie innych osób oraz budowanie relacji w swobodnej, niespiesznej atmosferze. Takie działania sprzyjały poznawaniu nie tylko przestrzeni, w której żyjemy, lecz także siebie



nawzajem – poprzez rozmowy, dzielenie się historiami i bycie razem w ruchu. Przyroda i wspólne przemieszczanie się tworzyły naturalne tło dla spotkań, wzmacniając poczucie przynależności i wspólnej obecności w lokalnej społeczności.

W tym roku jedną z takich inicjatyw były spacery po artystycznej warszawskiej Pradze, oprowadzane przez naszą wolontariuszkę Sophie, które stały się okazją do wspólnego odkrywania lokalnej historii, sztuki i codzienności dzielnicy.

## **Warsztaty DIY - zróbmy to razem!**



projektu wyrażenie siebie poprzez sztukę i rękodzieło. Tworzenie przedmiotów użytkowych lub ozdobnych razem z innymi pozwalało nie tylko na rozwijanie umiejętności, ale także nawiązywanie kontaktów. Kreatywność stała się uniwersalnym językiem, który łączył ludzi bez względu na ich pochodzenie czy doświadczenie. Ulubioną formą zajęć w tej sekcji okazały się warsztaty ogrodnicze.

**Wspólne obchody świąt.** Obchody świąt, zarówno tych lokalnych, jak i pochodzących z krajów migrantów, były ważnym elementem integracyjnym w projekcie Mates! Dzięki wspólnemu świętowaniu uczestnicy mogli dzielić się swoimi tradycjami i dowiedzieć się więcej o kulturze innych. Tego typu wydarzenia budowały atmosferę wzajemnego szacunku i pozwalały na wymianę fascynujących uczestników kulturowych sekretów. W tym roku obchodziliśmy

### **Nieformalna przestrzeń dla rozmów i swobodnych spotkań**

Nieformalne spotkania - wspólne kawy, rozmowy bez scenariusza czy chwile spędzone razem pomiędzy zaplanowanymi działaniami - odegrały bardzo ważną rolę w procesie integracji. Od początku zależało nam na tworzeniu przestrzeni, w której uczestnicy i uczestniczki mogli swobodnie wymieniać się doświadczeniami, nawiązywać relacje i po prostu być razem w przyjaznej, bezpiecznej atmosferze. To właśnie codzienne, spontaniczne chwile często okazywały się najbardziej wartościowe dla budowania wspólnoty i to na nie wiele osób czekało najbardziej.

Zanim Fundacja trafiła do Centrum Wielokulturowego, spotkania odbywały się w różnych miejscach - w Miejscach Aktywności Lokalnej, kawiarniach, parkach czy podczas wspólnych spacerów. Każda z tych przestrzeni była ważna, jednak dopiero własne miejsce pozwoliło na stworzenie stałego punktu spotkań, do którego można przyjść bez zaproszenia i bez konkretnego powodu.

Dziś Centrum Wielokulturowe funkcjonuje także jako otwarta przestrzeń



codzienności. Organizowane są popołudnia z planszówkami, ale można też po prostu wpaść na rozmowę, napić się kawy, popracować lub pobyc z innymi ludźmi. Wiele osób trafiło do Centrum przypadkiem - z ciekawości, podczas jednych warsztatów lub spaceru po okolicy - i zostało z nami na dłużej. Część z nich regularnie wraca na kolejne wydarzenia, dołączyła do grona wolontariuszy lub korzysta z przestrzeni jako miejsca pracy, spotkań i odpoczynku.

Centrum stało się również ważnym miejscem dla lokalnej społeczności - w tym dla sąsiadów i sąsiadek z okolic Placu Hallera. Jednym z najbardziej symbolicznych przykładów jest sąsiad, który niemal codziennie zagląda do Centrum, by rozwiązać krzyżówki, napić się kawy i spędzić czas w towarzystwie innych. Takie historie pokazują, że wspólnota rodzi się z codziennych gestów, obecności i otwartości na drugiego człowieka.

## **Mini-scenariusze zajęć Akademii Sztuk Migranckich**

# Moja Perska Pieczęć – warsztaty z Elaheh

Czas trwania: 3 godziny

Liczba uczestników: do 20 osób

## 1. Powitanie i opowieść o sztuce perskiej (30 min)

Prowadząca wita uczestników i uczestniczki oraz zaprasza do krótkiej opowieści o sztuce Iranu. Przedstawia charakterystyczne motywy obecne w perskiej kulturze wizualnej – ornamenty roślinne, wzór boteh (paisley), symbole słońca, ptaki oraz geometryczne gwiazdy inspirowane zdobieniami architektonicznymi, kaflami i miniaturami. Spotkanie ma formę swobodnej rozmowy, podczas której uczestnicy poznają kontekst kulturowy wzorów i ich znaczenie w codziennym życiu.



## 2. Prezentacja techniki i przygotowanie projektu (20 min)

Prowadząca prezentuje technikę tworzenia prostych stempeli inspirowanych perskimi motywami. Omawia:

- zasady projektowania prostych, czytelnych wzorów,
- sposoby przenoszenia rysunku na gumkę lub inne miękkie podłoże,
- podstawy bezpiecznego wycinania i pracy z narzędziami.

Uczestnicy przygotowują własne szkice, czerpiąc inspirację z zaprezentowanych motywów lub tworząc autorskie znaki.

### 3. Część praktyczna – rzeźbienie pieczęci (1,5 godziny)

Pod okiem prowadzącej uczestnicy samodzielnie wycinają swoje pieczęcie. Każda osoba pracuje w swoim tempie, eksperymentując z kształtem, symbolem i kompozycją. Prowadząca towarzyszy uczestnikom, udziela wskazówek technicznych i opowiada o znaczeniach wybranych motywów w kulturze perskiej.

### 4. Odbijanie wzorów i praca z kolorem (30 min)



Gotowe pieczęcie są testowane przy użyciu tuszu lub farby. Uczestnicy odbijają swoje wzory na papierze, kartkach lub pocztówkach, tworząc unikalne kompozycje. Ten etap sprzyja rozmowom, porównywaniu efektów i wzajemnej inspiracji.

### 5. Podsumowanie, prezentacja prac i rozmowa (10 min)

Na zakończenie uczestnicy prezentują swoje pieczęcie i opowiadają o wybranych motywach. Prowadząca podkreśla, że każda praca jest osobistą interpretacją perskiej estetyki i przykładem twórczego spotkania kultur. Warsztat kończy się wspólnym zdjęciem i rozmową przy stole.



# Papierowe hinduskie lampy na święto Diwali - warsztaty Pankaja

Czas trwania: 3 godziny

Liczba uczestników: 20 osób

## 1. Powitanie i opowieść o Indiach i tradycji święta Diwali (30 min)

Prowadzący wita uczestników i opowiada o święcie Diwali – jego znaczeniu, tradycjach oraz roli światła w kulturze Indii. Uczestnicy dowiadują się, jak lampiony symbolizują zwycięstwo światła nad ciemnością oraz dobro nad złem. Poczęstunek tradycyjną hinduska herbatą.



## 2. Prezentacja techniki (15 min)

Prowadzący demonstruje krok po kroku proces tworzenia papierowych lampionów:

- wybór i przygotowanie kolorowych papierów
- wycinanie i składanie elementów,
- techniki zdobienia: wzory, tradycyjne motywy i aplikacje,
- montaż i formowanie lampionu.

### 3. Część praktyczna – tworzenie lampionów (2 godziny)

Uczestnicy, pod okiem prowadzącego, samodzielnie wykonują lampiony. Mogą eksperymentować z kolorami i wzorami, inspirując się tradycyjnymi indyjskimi ornamentami. Prowadzący pomaga i doradza w razie potrzeby.

### 4. Podsumowanie, prezentacja efektów i poczęstunek (15 minut)

Na zakończenie prowadzący zaprasza do wspólnego zapalenia świec w lampionach, symbolizujące światło Diwali.



# Haft miłości i przyjaźni - warsztaty z Li

Czas trwania: 3 godziny

Liczba uczestników: 20 osób

## 1. Powitanie i opowieść o kolumbijskim Dniu Miłości i Przyjaźni (30 min)



Prowadząca wita uczestników i opowiada o kolumbijskim święcie El día del amor y la amistad, obchodzonym we wrześniu. Przedstawia znaczenie tego dnia oraz sposoby jego celebrowania w Kolumbii, ze szczególnym uwzględnieniem relacji opartych na przyjaźni, bliskości i wzajemnej trosce. Uczestnicy dowiadują się, w jaki sposób rękodzieło, a w szczególności haft, może być formą wyrażania uczuć oraz tworzenia osobistych, symbolicznych prezentów.

## 2. Prezentacja techniki (15 min)

Prowadząca demonstruje podstawy haftu ręcznego:

- omówienie materiałów i narzędzi potrzebnych do haftowania,
- prezentację podstawowych ściegów,
- sposoby przenoszenia prostych wzorów na materiał,
- techniki personalizowania ubrań i tekstyliów.

### 3. Część praktyczna – tworzenie haftu (2 godziny)



Uczestnicy, pod okiem prowadzącej, samodzielnie wykonują haft inspirowany tematyką miłości i przyjaźni. Mogą personalizować przyniesione przez siebie ubrania lub pracować na przygotowanych torbach materiałowych. Uczestnicy eksperymentują z kolorami, kształtami i symbolami, tworząc własne, unikalne wzory. Prowadząca pomaga i doradza w razie potrzeby.

### 4. Podsumowanie, prezentacja efektów i rozmowa (15 min)

Na zakończenie uczestnicy prezentują wykonane prace oraz dzielą się wrażeniami z procesu twórczego. Warsztat kończy się wspólną rozmową, podkreślającą rolę rękodzieła jako narzędzia budowania relacji i wzmacniania więzi międzyludzkich.

# Meksykańskie piñaty – warsztaty z Danielą

Czas trwania: 3 godziny

Liczba uczestników: do 20 osób

## 1. Powitanie, wprowadzenie i poczęstunek (30 min)

Prowadząca wita uczestników i wprowadza ich w świat meksykańskich piñat. Opowiada o pochodzeniu tej tradycji, jej znaczeniu kulturowym oraz roli piñat w meksykańskich świętach i celebracjach. Uczestnicy dowiadują się, że piñaty są nie tylko elementem zabawy, ale także nośnikiem symboliki i wspólnotowego świętowania. Prowadząca przedstawia również naturalne materiały wykorzystywane podczas warsztatu, w tym tradycyjne engrudo – masę klejącą z mąki pszennej i wody.

## 2. Prezentacja techniki (15 min)

Prowadząca demonstruje krok po kroku proces tworzenia tradycyjnej meksykańskiej piñaty:

- przygotowanie konstrukcji piñaty,
- tworzenie i nakładanie warstw papieru z użyciem engrudo,
- formowanie kształtu,
- podstawowe zasady zdobienia i przygotowania piñaty do dalszego suszenia.



### 3. Część praktyczna – tworzenie piñat (2 godziny)



Każdy uczestnik tworzy własną piñatę od podstaw, pracując z papierem i naturalną masą klejącą. Uczestnicy samodzielnie budują formę i nakładają kolejne warstwy papieru, eksperymentując z kształtem i strukturą. Prowadząca towarzyszy pracy, udziela wskazówek technicznych i dba o komfort oraz bezpieczeństwo uczestników.

### 4. Prezentacja prac i zakończenie (15 min)

Na zakończenie uczestnicy prezentują swoje piñaty i dzielą się wrażeniami z procesu twórczego. Prowadząca podsumowuje warsztat, podkreślając znaczenie piñat jako elementu meksykańskiej tradycji, wspólnego świętowania oraz międzypokoleniowego przekazywania kultury.

# Kitenge Kulture – malowanie toreb w stylu kenijskim

## - warsztaty z Pascalią

Czas trwania: 3 godziny

Liczba uczestników: 20 osób

### 1. Powitanie, wprowadzenie i poczęstunek (20 min)



Prowadząca wita uczestników i zaprasza ich do wspólnego rozpoczęcia spotkania w atmosferze rozmowy i wymiany. Podczas wprowadzenia opowiada o tkaninach kitenge – charakterystycznych dla Afryki Wschodniej, Środkowej i Zachodniej – znanych z intensywnych kolorów i wyrazistych wzorów. Uczestnicy dowiadują się, że kitenge to nie tylko materiał użytkowy, lecz także nośnik znaczeń, historii i wartości, wykorzystywany zarówno w

codziennym życiu, jak i podczas uroczystości oraz wydarzeń wspólnotowych. Wzory obecne na tkaninach często odnoszą się do przysłów, relacji społecznych, duchowości lub ważnych momentów życia.

### 2. Prezentacja techniki i symboliki wzorów (15 min)

Prowadząca prezentuje charakterystyczne motywy inspirowane stylistyką kitenge oraz omawia ich znaczenie w kontekście kultury kenijskiej.

Wyjaśnia:

- rolę koloru i rytmu w afrykańskim wzornictwie,
- znaczenie motywów geometrycznych, roślinnych i symbolicznych.
- sposoby planowania kompozycji na torbie materiałowej,
- techniki ręcznego malowania na tkaninie oraz pracy z farbami.

### 3. Część praktyczna – malowanie toreb (2 godziny)

Każdy uczestnik otrzymuje torbę materiałową, którą samodzielnie projektuje i ozdabia, czerpiąc inspirację z kenijskich wzorów kitenge. Uczestnicy eksperymentują z kolorami, kształtami i symbolami, tworząc własne interpretacje motywów i opowiadając poprzez wzór osobiste historie. Praca przebiega w swobodnej, sprzyjającej rozmowom atmosferze. Prowadząca służy wsparciem, doradza w kwestiach technicznych oraz przybliża znaczenie poszczególnych elementów wizualnych.



### 4. Prezentacja prac i zakończenie (25 min)



Uczestnicy prezentują wykonane torby, dzieląc się wrażeniami i opowiadając o wybranych wzorach oraz ich znaczeniu. Prowadząca podsumowuje warsztat, podkreślając rolę kitenge jako elementu tożsamości kulturowej, narzędzia opowiadania historii oraz sposobu budowania relacji i wspólnoty ponad podziałami kulturowymi.

## Praktyczne wskazówki

### Jak zaczynać projekty integracyjne?

Rozpoczynając projekty integracyjne, kluczowe jest zrozumienie potrzeb zarówno migrantów, jak i społeczności lokalnej. Ważne jest zaangażowanie przedstawicieli obu grup już na etapie planowania działań, aby wspólnie wypracować cele i formy wsparcia. Małe, łatwe do zrealizowania inicjatywy, takie jak warsztaty czy spotkania integracyjne, są doskonałym punktem wyjścia, który pozwala zbudować zaufanie i bazę do bardziej zaawansowanych działań.



## **Jak radzić sobie z różnicami i konfliktami kulturowymi?**

Różnice kulturowe są naturalną częścią integracji, a ich zrozumienie wymaga cierpliwości i otwartości. W przypadku konfliktów kluczowe jest stworzenie bezpiecznej przestrzeni do rozmowy, w której obie strony mogą wyrazić swoje potrzeby i obawy. Warto także korzystać z pomocy mediatorów kulturowych lub osób z doświadczeniem w pracy międzykulturowej, które pomogą znaleźć wspólne rozwiązania i uniknąć eskalacji napięć.

## **Inspirujące historie uczestników: co zadziało, co zmieniło życie?**



Jednym z poruszających doświadczeń projektu była inicjatywa Ubuntu in Warsaw, prowadzona przez Pascalię H. Nyamitę. Punktem wyjścia była afrykańska filozofia Ubuntu, wyrażająca się w myśli „I am because You are”, traktowana nie jako teoria, lecz jako praktyka wspólnego bycia i działania. W ramach cyklu warsztatów realizowanych we współpracy z Fundacją Polskie Forum Migracyjne osoby o różnych doświadczeniach i pochodzeniu spotykały się w bezpiecznej, otwartej przestrzeni dialogu opartego na empatii, wzajemnej trosce i współodpowiedzialności.

Spotkania te pokazały, że wartości Ubuntu mogą znajdować zastosowanie w pracy społecznej, edukacji oraz działaniach kreatywnych i cyfrowych. Wspólna refleksja i wymiana doświadczeń stały się impulsem

do dalszych działań, w tym do międzynarodowej inicjatywy Be Ubuntu Game Jam, łączącej doświadczonych twórców gier z Afryki i Europy wokół idei odpowiedzialnych społecznie projektów inspirowanych Celami Zrównoważonego Rozwoju ONZ. Droga, która zaczęła się od lokalnych spotkań i rozmów, doprowadziła do pomysłu docenionego na arenie międzynarodowej – wybranego w ramach globalnego naboru idei TEDx. Ta historia pokazuje, że uważne, wspólnotowe działania mogą mieć wpływ wykraczający daleko poza miejsce, w którym się zaczynają.

## O nas - poznaj Polskie Forum Migracyjne

**Fundacja Polskie Forum Migracyjne (PFM) działa od 2007 roku, wspierając osoby z doświadczeniem migracji i wspierając budowanie kompetencji międzykulturowych w Polsce. Zależy nam na budowaniu społeczności opartych na wzajemnym zrozumieniu, które potrafią korzystać na swojej różnorodności.**

Działania fundacji mają charakter kompleksowy: oferujemy wsparcie w obszarach zdrowia psychicznego, informacji, doradztwa i pomocy prawnej, edukacji, rynku pracy oraz integracji. Pracujemy dwutorowo: prowadzimy działania bezpośrednie i wspieramy rozwój rozwiązań systemowych prowadząc rzecznictwo oparte na bezpośrednim doświadczeniu.

Wyróżnia nas kompleksowość usług, zaangażowany i kompetentny zespół oraz otwartość na niestandardowe wyzwania. Ceniśmy sobie własną elastyczność. Bardzo chętnie angażujemy się w partnerstwa, współpracę i wspólne poszukiwanie systemowych rozwiązań.

W PFM postrzegamy migrację jako naturalny, stały element rzeczywistości. Wiemy, że w najbliższych dekadach zjawisko to będzie się nasilać, z powodu obecnych i przyszłych konfliktów, ale też na skutek zmian klimatu. Doświadczenie migracji bywa po ludzku trudne: zarówno

dla osób migrujących jak goszczących ich społeczności.

Często też budzi emocje i obawy. Dlatego często prowadzimy działania dwutorowo: pomagamy osobom migrującym odnaleźć się w nowej rzeczywistości, a Polakom – zbudować wspólnie z migrantami społeczności, w których wszyscy czują się dobrze i bezpiecznie. Budowanie różnorodnych wspólnot i poczucia bezpieczeństwa w dynamicznie zmieniających się społecznościach – to w naszym przekonaniu największe globalne wyzwanie na najbliższy czas.



Zabiegamy o przestrzeganie Podstawowych Standardów Humanitarnych, opieramy naszą pracę na zasadach humanitaryzmu, bezstronności, neutralności i niezależności. Zmierzamy do pracy zgodnie ze Standardami, a zatem zabiegamy, aby:

- 1) nasza praca była adekwatna do potrzeb,
- 2) nasza praca była efektywna i dostępna wtedy, gdy jest potrzebna,

- 3) Fundacja wspierała rozwiązania systemowe,
- 4) Fundacja uwzględniała głos i perspektywę odbiorców przy planowaniu działań.
- 5) działała sprawna możliwość składania skarg i zażaleń i innej informacji zwrotnej - a także, by były one rozpatrywane, a wnioski z nich wyciągane i wdrażane w życie,
- 6) nasze usługi były kompleksowe,
- 7) zespół stale podnosił swoje kwalifikacje,
- 8) warunki pracy w Fundacji były dobre, pozwalały pracownikom i pracowniczkom na rozwój i zapewniały potrzebne wsparcie,
- 9) zespół Fundacji był dobrze zarządzany.

**Integracja osób z doświadczeniem migracji to dla nas nieustające wyzwanie, ale też szansa i źródło olbrzymiej satysfakcji. Kluczem do sukcesu jest empatia, otwartość na dialog, na różnice oraz gotowość do wspólnego działania. Unikanie stereotypów i uprzedzeń, dbałość o wzajemny szacunek to wartości, które powinny przyświecać każdej inicjatywie integracyjnej. Warto pamiętać, że nawet najmniejsze gesty mogą mają moc zmieniać życie zarówno migrantów, jak i społeczności lokalnych. Na koniec pragniemy dodać, że integracja to proces, który wymaga czasu i cierpliwości. Jednorazowe wydarzenia to za mało – potrzebne są długofalowe programy, które budują zaufanie i wzajemne zrozumienie. Mamy nadzieję kontynuować nasze działania w Centrum Wielokulturowym, którego nasza Fundacja będzie gospodynią od stycznia 2025. Zapraszamy serdecznie. Wszyscy się zmieścimy!**



**Dane kontaktowe:**

Fundacja Polskie Forum Migracyjne  
Centrum Wielokulturowe  
ul. Jagiellońska 54  
03-463 Warszawa  
tel. +48 692-913-993  
email: [info@forummigracyjne.org](mailto:info@forummigracyjne.org)  
KRS 0000272075

[forummigracyjne.org](http://forummigracyjne.org)

Dofinansowano ze środków Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego pochodzących z Funduszu Promocji Kultury

Redakcja: Katarzyna Sawko  
Koordynacja projektu: Katarzyna Bartosik

Warszawa, 2025



**Ministerstwo Kultury  
i Dziedzictwa Narodowego**

---

Dofinansowano ze środków Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego pochodzących z Funduszu Promocji Kultury