



# Erasmus+

## **Projekt „Wy-grajmy z wirtuałem”**

### **Program Erasmus +**

Akcja KA1 - Mobilność edukacyjna

Mobilność młodzieży

i osób pracujących z młodzieżą

Realizacja projektu: 9.05 – 08.11.2016 r.

## **Project „Wy-grajmy z wirtuałem”**

**(Let's win against virtual games)**

### **Erasmus+ Programme**

KA1 campaign - educational mobility

Mobility of young people and people working

with the young people

Project implementation: 9.05 – 08.11.2016



## **WY-GRAJMY z wirtuałem**



Międzynarodowa wymiana młodzieży: 18-24.09.2016 r. International Youth Exchange: 18-24.09.2016









## „Wy-grajmy z wirtuałem”

to tytuł projektu trójstronnej wymiany młodzieży z Polski, Francji i Litwy, realizowanego w ramach programu Erasmus + od 9 maja do 8 listopada 2016r. w Europejskim Centrum Kształcenia i Wychowania OHP w Roskoszy oraz w organizacjach z Litwy i Francji. Głównym celem projektu było szukanie przyczyn niskiej aktywności fizycznej wśród dzieci i młodzieży, przewyżnianie skłonności do nadmiernego korzystania ze screen mediów i Internetu, odkrywanie i promowanie ciekawych form aktywnego wypoczynku na świeżym powietrzu z wykorzystaniem piłki oraz promowanie aktywności fizycznej i dobrostanu wśród dzieci i młodzieży.



## „Wy-grajmy z wirtuałem”

is the title of the trilateral exchange of the youth people from Poland, France and Lithuania, carried out under the Erasmus+ Programme from 9 May to 8 November 2016 in the European Education and Training Centre OHP in Roskosz and in institutions in Lithuania and France. The main objective of the project was the search for the causes of low physical activity among children and young people, overcoming the tendency to excessive use of screen media and the Internet, and promoting interesting forms of active rest with the ball in the open air and promoting physical activity and the welfare of children and young people.







Po zakończeniu działań fazy przygotowawczej, w dniach 17 i 18 września 40 młodych osób oraz 6 liderów z 3 krajów przyjechało do Centrum w Roskoszy na międzynarodową wymianę młodzieży. Podczas tygodniowego pobytu uczestnicy nie mieli czasu na nudę, każdy dzień przynosił wiele ciekawych działań i nowych doświadczeń w przyjaznej i życzliwej atmosferze, jaką udało się zbudować młodym ludziom. Po pierwszych próbach komunikacji, ustaleniu zasad i poznaniu terenu nastąpiła integracja uczestników poprzez gry i zabawy zapoznawcze, lodołamacze, rozgrywki sportowe, wybór „cichego przyjaciela”, śpiewanie szlagierów przy gitarze i ognisku. W kolejnych dniach uczestnicy mieli okazję do omówienia, porównania i przedyskutowania wyników przeprowadzonych badań ankietowych oraz zaprezentowania wywiadów przeprowadzonych w swoich krajach wśród dzieci i młodzieży na temat zdrowego trybu życia, uprawiania sportu, spędzania czasu wolnego na aktywności fizycznej i przy ekranach telewizorów, komputerów i smartfonów. Uczestnicy poznawali także od siebie popularne w ich krajach gry na świeżym powietrzu z wykorzystaniem piłek. Ponadto młodzież przygotowała i poprowadziła wieczorek międzykulturowy, podczas którego prezentowała kulturę, historię i geografię swojego kraju, stroje, tańce, zabawy ludowe oraz specjały kulinarne. Podczas wizyty w pobliskiej Białej Podlaskiej uczestnicy przeprowadzili happening, zachęcając wypisanymi na chmurkach hasłami do aktywnego trybu życia, po czym udali się na spotkanie z dr Krzysztofem Piechem, pracownikiem naukowym Zakładu Rekreacji na Wydziale Turystyki i Zdrowia Akademii Wychowania Fizycznego Józefa Piłsudskiego w Warszawie, Filii w Białej Podlaskiej, który oprowadził młodzież po obiektach sportowych uczelni, zaprezentował możliwości wykorzystania dostępnej bazy sportowej oraz opowiedział o działaniach uczelni na rzecz promowania aktywności sportowej wśród studentów i mieszkańców Białej Podlaskiej. Młodzież chętnie zmierzyła się także z wyzwaniem, jakim było dla nich pokonanie 12 metrowego odcinka ścianki wspinaczkowej w Państwowej Szkole Wyższej w Białej Podlaskiej oraz przebycie trasy z pięknym widokiem na Wisłę w parku linowym w Warszawie. Podczas wyjazdu do Warszawy dużą ciekawość uczestników wzbudziło zwiedzanie stadionu Legii wraz z pobytem na trybunach, ławkach rezerwowych, w kabinach dziennikarskich, szatni czy łóżach VIP. Równie interesujące okazało się poznawanie historii Starego Miasta Warszawy oraz zajęcia edukacyjne w Muzeum Sportu i Turystyki.







On completion of the preparatory phase, on 17 and 18 September, 40 young people and 6 leaders from 3 countries came to the Centre in Roskosz for the international youth exchange. During a week stay, the participants had no time to get bored - each day brought many interesting activities and new experiences in a friendly and welcoming atmosphere which was created by the young people. After the first attempts to communicate, setting out the rules and learning about the area, the participants integrated through the games, icebreakers, sport games, choosing "a silent friend", singing hits to the guitar at the bonfire. In subsequent days, the participants had the opportunity to discuss and compare the results of the survey and present the interviews with children and young people from their countries on a healthy lifestyle, sports, spending free time actively or at TV screens, computers and smartphones, as well as learning from each other about interesting outdoor games with the ball. In addition, the young people prepared and held the intercultural evening during which they presented the culture, history and geography of their country, and also the costumes, dances, folk fun and culinary specialties. During the visit to the nearby town of Biała Podlaska, the participants organized a happening by promoting active lifestyle with catchphrases written on speech bubbles, next they went to a meeting with Krzysztof Piech, PhD, a researcher of the Department of Recreation, Faculty of Tourism and Health at the Jozef Pilsudski University of Physical Education in Warsaw, Branch in Biała Podlaska, who showed the young people around the University, presented the possible use of the available sports base and told about the activities of the University to promote sport activities among the students and residents of Biała Podlaska. The young people willingly faced the challenge of climbing a 12-metre stretch of the climbing wall at the State School of Higher Education in Biała Podlaska and travelling along the route with a beautiful view on the Vistula River in the rope park in Warsaw. During the trip to Warsaw a large curiosity was sparked by visiting the Legia Stadium along with the stay in the stands, substitutes' benches, reporters' sector, the locker room or VIP lounges. Learning about the history of the Old Town of Warsaw and educational classes in the Museum of Sport and Tourism turned out to be equally interesting.







Podsumowaniem zarówno przygotowań jak i wymiany młodzieży była przeprowadzona w dniu 23.09.2016r. konferencja prasowa połączona z piknikiem sportowo-rekreacyjnym dla dzieci, młodzieży i lokalnej społeczności „piłka w grze”, podczas której uczestnicy opowiedzieli o projekcie, realizowanych działaniach, podzielili się swoimi wrażeniami z pobytu, zaprezentowali galerię zdjęć oraz zaprosili przybyłych gości do udziału w przygotowanych grach i zabawach z piłką: chinchinette, balle au capitaine, pétanque (Francja), koszykówka, kwadrat, ziemniak (Litwa), Zośka, szarady, szybki jak błyskawica (Polska).

A summary of both the preparations and the youth exchange was carried out on 23.09.2016 with the press conference connected with sports and leisure picnic for children, young people and the local community, "the ball is in play", during which the participants talked about the project and conducted activities, shared their impressions of the visit, presented the photo gallery and invited to participate in the games and activities with the ball: chinchinette, balle au capitaine, pétanque (France), basketball, square, potato (Lithuania), Zośka, szarady (charades), szybki jak błyskawica (fast as lightning) (Poland).







Podczas realizacji projektu młodzież przekonała się o tym, jak dużym problemem jest wśród coraz młodszych osób nadmierne korzystanie ze smartfonów i screen mediów oraz doświadczyła korzyści, jakie wynikają ze wspólnego spędzania czasu aktywnie na świeżym powietrzu, poznała ciekawe gry i zabawy z piłką. Uczestnicy uczyli się jak motywować i zachęcać lokalne środowisko do działania, jak wspierać aktywność ruchową dzieci i młodzieży, poznawali inne kultury, tradycje, zwyczaje, dowiedzieli się jak wygląda codzienne życie ich rówieśników z innych krajów europejskich. Dzięki udziałowi w projekcie, młodzież miała możliwość zmienić swoje nawyki i przyzwyczajenia pasywnego spędzania czasu na aktywny, uświadomiła sobie, że ruch jest niezbędny do prawidłowego funkcjonowania i wywiera ogromny wpływ na ciało i ducha. Wspólne realizowanie zajęć uzmysłowiło młodzieży, że nawiązane i potem podtrzymywane przyjaźnie podczas realizacji wspólnych pasji i aktywności są trwalsze i przyjemniejsze, niż kontakty z rówieśnikami jedynie poprzez komunikatory medialne. Uczestnicy nauczyli się jak organizować spotkania międzynarodowe ze wszystkimi ich aspektami i szczegółami oraz spotkania w większym gronie dla lokalnej społeczności, włączając w to przygotowanie scenariusza, przygotowanie zajęć, aktywności, dekoracji, poczęstunku, zadbania o teren i wszystkie potrzebne materiały i eksponaty. Zrewidowali oni także swoje postawy związane z wielokulturowością, nauczyli się współpracy, solidarności, wzajemnego zrozumienia w międzynarodowej grupie.



During the implementation of the project the young people became convinced that excessive use of smartphones and screen media is a major problem affecting ever-younger people and they also experienced the benefits resulting from spending time actively and together in the open air, and they learned interesting ball games. The participants learned how to motivate and encourage the local community, promoting motor activity of children and young people, learned about different cultures, traditions, customs and the daily life of their peers from other European countries. Through the involvement in the project the young people had the possibility to change their habits of spending time passively to spending time actively, and became aware that movement is essential for proper functioning and has a major impact on the body and spirit. Joint implementation of activities made the young people aware that new friendships which were later maintained while pursuing common passions and activities are more durable and fun than the contacts with their peers through instant messaging media. The participants learned how to organize international meetings with all their aspects and details, and large meetings for the local community, including preparation of the scenario, activities, decorations, refreshments, ensuring the site and all the necessary materials and exhibits. They also revised their attitudes towards multiculturalism, learned the cooperation, solidarity and mutual understanding in the international group.



Jednym z rezultatów projektu było poznanie gier z piłką w krajach uczestniczących w projekcie. Wybraliśmy gry, które wydają nam się najciekawsze - serdecznie zapraszamy do zapoznania się z ich zasadami, a po przetestowaniu, wpisania ich na listę ulubionych sposobów spędzania wolnego czasu w swoim gronie. Życzymy udanej zabawy w duchu sportowej rywalizacji, która nie tylko da poczucie miło spędzonego czasu, ale przyczyni się do wzmocnienia więzi i uzyskania lepszej formy.

We invite you to find out about the most interesting games with the ball, in our subjective ranking, in France, Lithuania and Poland.

## FRANCJA/FRANCE

### *La pétanque*



#### Do gry potrzebujemy:

- kule o średnicy 70,5-80 mm i ciężarze 650-800 g i 1 małej drewnianej kulki o średnicy 30 mm zwanej cochonnet (świnka),
- placu pozbawionego trawy, np. utwardzony piasek, żwir
- graczy w zestawieniu: trzech na trzech; dwóch na dwóch lub jeden na jednego.

Zawodnik drużyny rozpoczynającej grę rysuje na terenie gry kółko o średnicy ok. 50 cm, wchodzi do środka i rzuca świnkę na odległość 6 do 10 metrów, następnie rzuca swoją kulę jak najbliżej świnki. Po nim gracze drużyny przeciwnej starają się rzucić swoje kule jak najbliżej świnki.

O kolejności kolejnych rzutów decyduje zasada: rzuca drużyna, której kule znajdują się dalej od świnki niż kule przeciwnika. Kule przeciwnika można także wybijać, by mieć jak najwięcej swoich kul w pobliżu świnki. Gdy wszystkie kule obu drużyn zostały wyrzucone, to przystępuje się do liczenia punktów.

Drużyny dostają po jednym punkcie za każdą kulę będącą bliżej świnki niż kule przeciwnika. Mecz trwa do osiągnięcia przez jedną z drużyn 13 punktów.



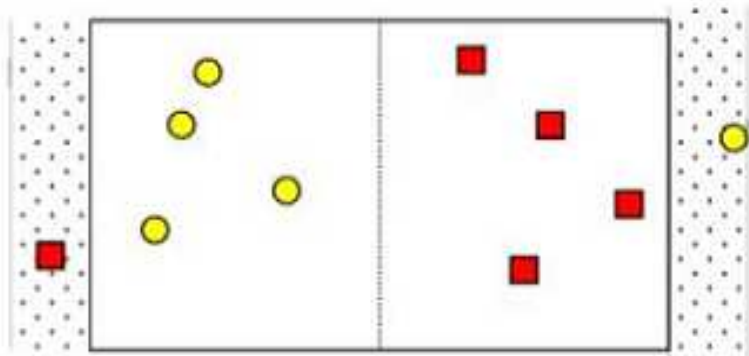
### For the game we need:

- balls with a diameter of 70.5-80 mm and weight of 650-800 g and 1 small wooden ball with a diameter of 30 mm called the cochonnet (piglet),
- grassless site, for example hardened sand, gravel
- players arrangement: three on three, two on two, or one on one.

Starting team player draws a circle with a diameter of 50 cm, steps inside and tosses the piglet at a distance of 6 to 10 metres, then tosses his/her ball as close to the piglet as possible. Next, the players of the opposing team try to toss their balls as close to the piglet as possible. The order of the consecutive tosses is specified by the rule: the team whose balls are farther from the piglet than the opposing team's balls is to toss next. The opponent's balls can also be knocked out in order to have the most of one's balls near the piglet. When all the balls of both teams have been tossed, the points are counted. Teams score one point for each ball that is closer to the piglet than the opponent's balls. The match continues until one of the teams scores 13 points.



## *La balle au capitaine*



### Do gry potrzebujemy:

- piłkę ręczną, najlepiej piankową;
- teren, na którym wytyczymy boisko;
- 2 drużyny po 5-8 graczy.

Każda drużyna wybiera kapitana, który idzie za pole przeciwnika, na określony teren po którym może się poruszać. Celem gry jest przekazanie piłki swojemu kapitanowi. Nie można ruszać się z piłką, gdy złapiemy piłkę zatrzymujemy się i przekazujemy innej osobie z naszej drużyny. Wygrywa drużyna, która zdobędzie najwięcej punktów. Gracz traci piłkę jeśli poruszał się z piłką, rzucił piłkę za boisko lub potrącił przeciwnika.

### For the game we need:

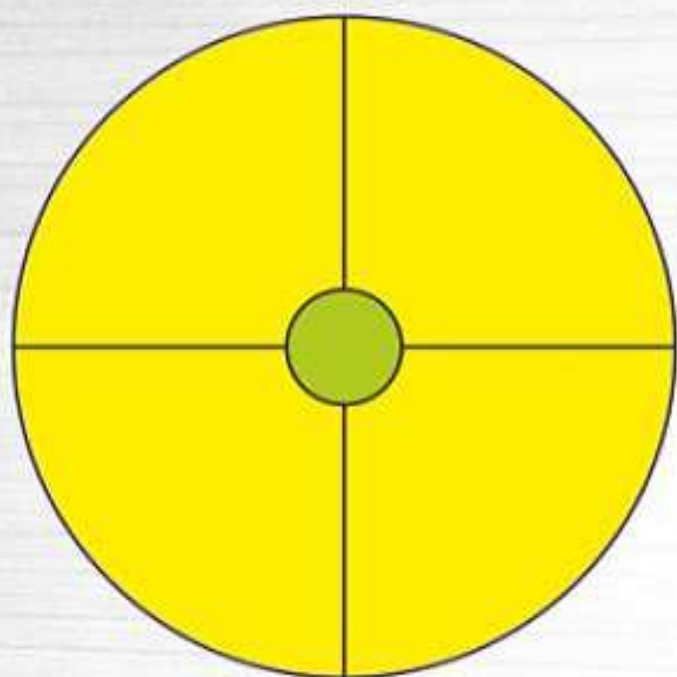
- a handball, preferably a foam handball;
- a site where we mark out the pitch;
- 2 teams of 5-8 players.

Each team selects the captain, who goes to the opponent's field, to the specified area where he/she can move around. The aim of the game is to pass the ball to his/her captain. You cannot move with the ball, when you catch the ball, you stop and pass the ball to another person on your team. The team that scores the most points is the winner. The player loses the ball if he/she moved with the ball, threw the ball out of the pitch or bumped against the opponent.





# La chinehinette



## Do gry potrzebujemy:

- utwardzony teren na którym rysujemy kredą koło o średnicy ok. 10 m podzielone na 4 części w środku rysujemy małe koło, które będzie zarezerwowane dla sędziego;
- piłka nożna
- 5-9 graczy

Sędzia zajmuje miejsce na środku a po 1-2 graczy w każdym polu. Sędzia rzuca piłkę do jednego z graczy, który musi odesłać ją na pole innej ekipy, przy tym tolerowane jest jedno odbicie o ziemię i dwa dotknięcia piłki lub 2 odbicia o ziemię i 1 dotknięcie piłki. Można też przekazać piłkę osobie z drużyny bez odbijania od ziemi, która odbije ją do innego pola. Gra toczy się do 5 fauli, potem osoba, która przegrała zamienia się miejscem z sędzią.

## Faul następuje wtedy gdy:

- piłka jest rzucona poza teren gry lub na swoje pole;
- piłka jest rzucona do środkowego koła;
- nastąpiło zagranie ręką;
- nastąpiło więcej niż 2 odbicia w swoim polu, więcej niż 2 dotknięcia piłki lub 1 odbicie na swoim polu pomiędzy 2 dotknięciami piłki.

## For the game we need:

- a hardened site on which we draw a chalk circle with a diameter of approx. 10 m divided into 4 parts, in the middle we draw a small circle, which will be reserved for the referee;
- a football
- 5-9 players

The referee stands in the middle, 1-2 players stand in each field. The referee tosses the ball to one of the players who must return it to field of another team, the ball is allowed to bounce on the ground once and be touched twice or bounce on the ground twice and be touched once. You can also pass the ball to your teammate without bouncing the ball on the ground and the teammate will bounce the ball on another field. The game is played to 5 fouls, then the person who has lost takes the place of the referee.

## The foul occurs when:

- the ball is tossed out of the game site or to one's own field;
- the ball is tossed into the middle circle;
- the ball has been played with a hand;
- the ball has bounced more than twice on one's own field, the ball has been touched more than twice or the ball has bounced once on one's own field between the two touches of the ball.





# LITWA/LITHUANIA



*Krepšinis*



Koszykówka na Litwie to coś więcej niż sport, nazywana jest drugą religią. Litwini po prostu kochają koszykówkę i odnoszą w niej wiele sukcesów doskonale znają zasady tej gry i wiedzą jacy zawodnicy grają w poszczególnych klubach a w swoich ogródkach instalują małe kosze, do których dzieci rzucają piłkę.

## Do gry potrzebujemy:

- boisko z twardą i płaską powierzchnią, o wymiarach: 28x15m z linią środkową, kołem wyznaczającym środek boiska o promieniu 1,8 m. Polem rzutów za 2 punkty jest obszar, znajdujący się pod koszem przeciwnika, ograniczony linią w kształcie półkola. Polem rzutu za 3 punkty jest pozostały obszar boiska;
- 2 pięcioosobowe drużyny;
- piłkę do koszykówki.

Celem każdej z tych drużyn jest zdobywanie punktów poprzez celne rzuty piłki do kosza przeciwnika. Przeciwnik powinien zapobiegać zdobywaniu punktów drugiej drużynie. W meczu zwycięża drużyna, która zdobędzie więcej punktów. Mecz składa się z 4 kwart, z których każda trwa 10 minut.



Basketball in Lithuania is more than just sport, it is called the second religion. Lithuanians simply love basketball and are successful in it, they know the rules of this game perfectly well and know which players are playing in various clubs, they have small baskets in their yards for children to practice basketball.

## For the game we need:

- a pitch with a hard and flat surface, with dimensions: 28x15m with the centre line, a circle in the middle of the pitch with a radius of 1.8m A 2-point arc is at the opponent's basket. A 3-point area in the remaining area of the pitch.
- 2 teams of 5 players;
- a basketball.

The goal of each of teams is to score points by shooting a ball into the opponent's basket. The opponent should prevent the other team from scoring points. The winner of the match is the team that scores the most points. The match consists of four quarters, each of which lasts 10 minutes.





# Kvadratas



Pole, na którym odbywa się gra dzielimy na dwa równe kwadraty. Potrzebujemy do gry lekkiej piłki np. do siatkówki. Uczestnicy gry dzielą się na dwie drużyny – od kilku do kilkunastu osób w drużynie. Jeden uczestnik z każdej drużyny idzie na przeciwległy koniec kwadratu drugiej drużyny, ta osoba pozostaje na swoim miejscu do końca gry, rzuca ona piłkę przez cały kwadrat, starając się zbić uczestników przeciwnej drużyny, jeśli się to uda, piłka zostaje przy tej drużynie, a uczestnik drużyny przeciwnej wypada z gry. Jeśli piłka zostanie złapana przez uczestnika drugiej drużyny, starają w podobny sposób zbić uczestników przeciwnej drużyny. Gra jest skończona, gdy w jednym z kwadratów zostaną zbici wszyscy uczestnicy.

The field on which the game is played is divided into two equal squares. For the game we need a light ball, for example a volleyball. The participants of the game are divided into two teams of a few to a dozen or so players in a team. One player from each team goes to the opposite end of the square of the opposing team, this person remains there until the end of the game and throws a ball over the entire square trying to knock down the opposing team players; if he/she succeeds, the ball stays on this team, and the opposing team player is out of the game. If the ball is caught by the opposing team player, they try to knock down the other team players in a similar way. The game is over when all the players on one of the squares are knocked down.



# Bulvės

Gracze stają w kole w taki sposób, aby można było piłkę odbijać rękami, jak w siatkówce. Osoba, która nie odbiła piłki, siada do środka koła i znajduje się w kole dopóki ta osoba lub ktoś z siedzących nie złapie piłki. Jeśli komuś ze środka uda się złapać piłkę, wtedy wszystkie osoby ze środka wracają do koła, a osoba od której złapano piłkę idzie do środka. Grać można w nieskończoność.



The players form a circle in such a way that they can pass the ball with their hands just like in a volleyball. A person who fails to pass the ball goes to sit in the middle and stays there as long as he/she or another person sitting in the middle catches the ball. If anyone sitting in the middle of the circle manages to catch the ball, all the participants sitting in the middle return to the circle and the person from whom the ball was caught goes to sit in the middle. You can play indefinitely.





# POLSKA/POLAND



## Zośka



Gra w zośkę ma długą tradycję w Polsce, najbardziej popularna była w latach 50-60tych. Potrzebny jest tylko kawałek przestrzeni, buty i oczywiście zośka, czyli mała szmaciana lub wełniana piłka wypełniona piaskiem lub ziarnem.

Zaproś przyjaciół do wspólnej gry, to prosta zabawa dla wszystkich. W kilka osób ustawcie się w okręgu i odbijajcie zośkę do siebie tak, aby nie spadła na ziemię. Wszystkie chwytaki dozwolone: kopcie butami, kolanami, liczy się tylko ilość podań – im więcej, tym lepiej. Przy każdym spotkaniu próbujcie pobić swój rekord.

Playing Zośka has a long tradition in Poland, it was the most popular in the 1950s and 1960s. You need a piece of space, shoes and of course a zośka, that is a small rag or woolen ball filled with sand or grain.

Invite your friends to play together, it is a simple game for everyone. Several players form a circle and try to pass zośka to one another without grounding it. No holds barred: you can kick with shoes or knees, the only thing that counts is the number of passes - the more, the better. Try to beat your own record at every meeting.



## Szarady



### Do gry potrzebujemy:

- boisko lub wydzielony teren podzielony na pół
- piłka do siatkówki
- 2 drużyny po kilka osób

Dwie piłki umieszczamy za polami. Zadaniem drużyny jest zabranie piłki przeciwnikom i przeniesienie jej za swoje pole, gry się to uda, drużyny dostaje 1 punkt. Osoby jednak są bezpieczne tylko na swoim polu. Gdy wbiegną na pole przeciwnej drużyny, mogą być „zamrożeni” przez dotknięcie. Muszą wtedy stanąć i czekać, aż „odmrozi” ich ktoś ze swojej grupy. Gra trwa do czasu zdobycia przez jedną z drużyn 5 punktów.

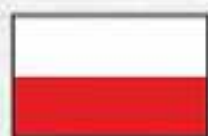




### For the game we need:

- a pitch or an area divided in half
- a volleyball
- 2 teams of several players

Two balls are placed behind the fields. The goal of the team is to take the opponent's ball and put it behind one's own field; when the team succeeds, it scores 1 point. The players however are safe only on their own field. When they enter the opponent's field, they can be "frozen" with a touch. They must stand still and wait until someone from their team "defrosts" them. The game continues until one of the teams scores 5 points.



## Szybki jak błyskawica



Okolo 10 do 15 uczestników stoi w kole. Jeden z nich rzuca piłkę do kogoś innego, ale tak, by odbiła się ona raz od ziemi, zanim wpadnie w ręce drugiego uczestnika. Jedna osoba „błyskawica”, stoi pośrodku. Próbuje w jakikolwiek sposób dotknąć piłki. Jeżeli się jej to uda, zamienia się miejscami z tym, kto rzucał piłką.

### Szybki jak błyskawica (fast as lightning)

About 10 to 15 participants form a circle. One of them thrown the ball to someone else, the ball however has to bounce once on the ground before it is caught by another participant. One person, "the lightning", stands in the middle. The lightning tries to touch the ball in any way. If the lightning succeeds, he/she changes places with the participant who threw the ball.





Zamień internet na piłkę,  
a przekonasz się, jak wiele zyskasz!

**WYGRAJ**  
**Z WIRTUALEM:)**





**Organizacja goszcząca / Host organisation:  
POLSKA / POLAND**



Europejskie Centrum Kształcenia i Wychowania OHP w Roskoszy  
Roskosz 23, 21-500 Biała Podlaska  
<http://eckiw-roskosz.ohp.pl/>

**Organizacje partnerskie / Sending organisations:**

**FRANCJA / FRANCE**



EREA FRANCOISE DOLTO  
40 rue Edouard Pied, 79450 Saint Aubin le Cloud  
<http://ereadolto.fr/>

**LITWA / LITUANIA**



Vilniaus technologijų, verslo ir žemės ūkio mokykla  
Parko g. 2, LT-14147 Baltosios Vokės k.,  
[www.vtvzum.lt](http://www.vtvzum.lt)

**Uczestnicy projektu/Project participants:** Jordan Gastichet, Wendy Gelin, Lucie Gibaud, Mateo Juin, Remi Largeau, Valentine Leveque, Anthony Moraud, Pierre Berthonneau, Clement Bodin, Chloe Bouteille, Audrey Chandivert-Allain, Alexandre David, Alison Dieko, Bastien Dupuis, Gwladys Faure, Adeline Gaborit, Inesa Wojtkiewicz, Wanesa Bedulskaja, Julia Wieseiczik, Inesa Szczerbo, Karina Stankiewicz, Lolita Klimowicz, Andrzej Chmielewski, Jerzy Babicz, Elwin Zubaczewskis, Dariusz Lukaszewicz, Raimundas Kawaliuskas, Donatas Bedulskij, Gabriela Hołownia, Mariola Bosacka, Karolina Wojtowicz, Klaudia Marczuk, Paulina Dębowska, Aleksandra Chmielewska, Józef Skrzypiec, Ireneusz Zajęc, Mateusz Stempniewski, Mateusz Szymula, Karol Sacharczuk, Andrzej Głowacki.

**Liderzy/Leaders:** Cédric Chaigne, Véronique Pellegrin, Honorata Gawrylowskienie, Janina Weliczkienie, Aneta Zajęczkowska, Joanna Romaniuk

**Koordynator projektu/Project coordinator:** Maja Hince

Publikacja sfinansowana z funduszy Komisji Europejskiej w ramach programu Erasmus+. Publikacja została zrealizowana przy wsparciu finansowym Komisji Europejskiej. Publikacja odzwierciedla jedynie stanowisko jej autorów i Komisja Europejska oraz Narodowa Agencja Programu Erasmus+ nie ponoszą odpowiedzialności za jej zawartość merytoryczną.  
**PUBLIKACJA BEZPŁATNA**

Publication financed with funds from the European Commission under the Erasmus +. This publication has been realized with the financial support of the European Commission. This publication reflects the views only of the authors and the European Commission and the National Agency for Erasmus + no responsibility for the information contained therein.  
**FREE PUBLICATION**