wolontariuszka Aleksandra Wróbel  **1. STRONA**

| Championing Diverse Students | Promowanie różnorodności wśród uczniów |
| --- | --- |
| As with any other student in your school or classroom, it is important to respect diversity and individual differences. We encourage you to inquire with students about potential supports or accommodations that would promote a successful learning experience. | W przypadku każdego ucznia w Twojej szkole lub klasie, ważne jest, aby szanować różnorodność i indywidualne różnice. Zachęcamy Cię do dyskusji z uczniami o potencjalnym wsparciu lub zapewnieniu udogodnień, które będzie sprzyjać efektywnej nauce. |
| Supporting Students of the Muslim Faith | Wsparcie uczniów wyznających islam |
| The religious obligations of all Muslims can be summed up in the Five Pillars of Islam, which include the belief in God and his Prophet Muhammad, prayer, charity, fasting, and pilgrimage. | Religijne obowiązki muzułmanów określa pięć filarów islamu, czyli wiara w jednego Boga i jego proroka Mahometa, modlitwa, jałmużna, post i pielgrzymka do Mekki. |
| To be more inclusive of Muslim students’ needs at school, consider offering a quiet space where students can pray throughout the day along with these other suggestions below: | Aby zaspokoić wszystkie potrzeby muzułmańskich uczniów w szkole, rozważ wyznaczenie cichego miejsca, gdzie uczniowie mogliby modlić się przez cały dzień. Przemyśl też nasze pozostałe sugestie: |
| In athletics, ensure students know that they would be allowed to wear other layers of clothing with their uniform (e.g., wearing tights under shorts). Many students may not join a team if they are uncomfortable with the uniform expectations. Check with your state’s athletic association to determine what flexibilities exist for religious accommodations. | W przypadku aktywności fizycznej, upewnij się, że uczniowie wiedzą, że mogą nosić inne warstwy odzieży razem z mundurkiem (np. rajstopy pod szortami). Dużo uczniów może nie chcieć przyłączać się do grupy, jeżeli będą się czuć niekomfortowo z wymaganiami dotyczącymi stroju. Skontaktuj się ze swoim regionalnym stowarzyszeniem sportowym, aby określić elastyczność zasad wobec religijnych przekonań. |
| Be sure students know that they can ask for things that they may need. Many of our past AFS students shared that they were unsure how to express these needs to school staff. | Upewnij się, że uczniowie wiedzą, że mogą pytać o swoje potrzeby. Wielu naszych byłych uczniów przyznało, że nie wiedzieli, jak mogą przekazać swoje potrzeby pracownikom szkoły. |
| Invite students to share about Ramadan with their classmates and school staff. | Zachęć uczniów, aby dzielili się swoją wiedzą o Ramadanie ze swoimi kolegami z klasy i z personelem szkoły. |
| Tips on Creating a Space for Prayer | Rady jak stworzyć miejsce do modlitwy |
| • Post a sign on the wall that signals which direction a student should face to pray. Islam requires Muslims to pray in the direction of the holy Kaaba in Mecca (Qibla). You can use the Qibla Finder app/website for this.  • Not all Muslim females wear a hijab, but during prayers they need a headscarf to pray. Have a few clean headscarves available in case a female student has forgotten hers.  • Ensure no dogs enter this space (e.g., therapy dogs). Students may be afraid or uncomfortable around dogs or in spaces where dogs have been. | • Powieś znak na ścianie, który będzie wskazywał kierunek, w którym uczniowie powinni być zwróceni w trakcie modlitwy. Islam wymaga, aby muzułmanie zwracali się twarzą w kierunku świętej Kabby w Mekce (Qibla). Do tego celu możesz użyć aplikacji/strony internetowej Qibla Finder.  • Nie wszystkie muzułmanki noszą hidżab, ale muszą nałożyć chustę na głowę na czas modlitwy. Przygotuj kilka zapasowych chust, w przypadku, gdyby uczennica zapomniała swojej.  • Upewnij się, że do miejsca modlitwy nie wejdzie żaden pies (np. psy terapeutyczne). Uczniowie mogą się przestraszyć lub czuć się niekomfortowo pośród psów lub w miejscach, w których przebywały zwierzęta. |

**2. STRONA**

| What is Ramadan? | Czym jest Ramadan? |
| --- | --- |
| Ramadan is an important holy month observed by Muslims throughout the world as it is one of the Five Pillars of Islam. Ramadan is celebrated during the ninth month on the Islamic lunar calendar and therefore falls at a different time each year. It is a time of personal introspection, spiritual reflection, and increased devotion and worship through prayer and fasting | Ramadan to ważne święto celebrowane przez muzułmanów na całym świecie, ponieważ jest jednym z pięciu filarów islamu. Ramadan jest obchodzony dziewiątego miesiąca według islamskiego kalendarza księżycowego i dlatego każdego roku wypada to w innym czasie. Jest to czas osobistej introspekcji, duchowej refleksji, wzmożonego poświęcenia oraz oddawania czci poprzez modlitwę i post. |
| During Ramadan, Muslims do not eat or drink (including water) from sunrise to sunset. Families usually gather for an early morning meal (called Sahur) before the sun rises and again for an evening meal (called Iftar) after the sun sets. Eid al-Fitr marks the end of Ramadan and is typically observed by attending mosque for prayer followed by a large feast with family and friends. | W czasie Ramadanu muzułmanie nie jedzą i nie piją (nawet wody) od wschodu do zachodu słońca. Rodziny zazwyczaj gromadzą się na wczesny poranny posiłek (Sahur) przed wschodem słońca i ponownie zbierają się na wieczorny posiłek (Iftar) po zachodzie słońca. Eid al-Fitr oznacza koniec Ramadanu i jest zwykle obchodzony przez udanie się do meczetu na modlitwę, po której odbywa się wielka uczta z rodziną i przyjaciółmi. |
| During Ramadan… | W czasie Ramadanu…. |
| Ensure staff and coaches are aware of what Ramadan is and how it may impact the spiritual and physical needs and abilities of students. For example:  • Try not to plan strenuous activities/lessons during this time.  • Be flexible with PE participation and athletic attendance policies as fasting can be physically limiting for students.  • Discourage teachers from using edible treats as incentives or prizes.  • Offer an alternative social space at lunch time in lieu of the cafeteria, as sitting around others who are eating may be difficult.  • Steer clear of comments that may be perceived as negative toward fasting (e.g., “You have to drink water or you will dehydrate.”) | Upewnij się, że personel szkoły jest świadomy, czym jest Ramadan i jak może wpływać na duchowe i fizyczne potrzeby oraz możliwości uczniów. Na przykład: • Staraj się nie planować męczących aktywności/lekcji w tym czasie.  • Bądź elastyczny, jeżeli chodzi o zasady uczestnictwa w zajęciach sportowych, ponieważ post może fizycznie ograniczać uczniów. • Zniechęcaj nauczycieli do stosowania smakołyków jako zachęty lub nagrody. • Zaproponuj alternatywną przestrzeń w porze lunchu zamiast stołówki, ponieważ przebywanie w towarzystwie osób spożywających posiłek może być ciężkie.  • Unikaj komentarzy, które mogą być postrzegane jako negatywne wobec postu (np. “Musisz pić wodę, bo się odwodnisz.”) |
| Be mindful that these practices may look different for each student. You may encounter students who do not fast during Ramadan for personal or health-related reasons (e.g., menstruation or illness). These students will make up these fasting days on their own schedule. Educators should feel comfortable asking students to share how they practice their faith during this time. | Pamiętaj, że te praktyki mogą wyglądać inaczej w przypadku każdego ucznia. Możesz mieć do czynienia z uczniami, którzy nie poszczą w trakcie Ramadanu ze względów osobistych lub zdrowotnych (np. miesiączka, choroba). Będą oni pościć w innym terminie. Nauczyciele powinni czuć się komfortowo, prosząc uczniów o opowiedzenie, jak praktykują swoją wiarę w tym czasie. |
| YES Program | Program YES |
| The Kennedy-Lugar Youth Exchange and Study (YES) Program was established by the U.S. Congress in October of 2002, with the aim of building bridges between citizens of the U.S. and countries around the world, particularly those with large Muslim populations. AFS-USA is a proud supporter of the YES program, hosting more than 250 students in the U.S. each year and sending approximately 36 U.S. students to other countries on the YES Abroad Program. | The Kennedy-Lugar Youth Exchange and Study (YES) Program został założony przez Kongres Stanów Zjednoczonych w październiku 2002 roku, w celu pogłębienia relacji między mieszkańcami Stanów Zjednoczonych i innymi krajami na świecie, w szczególności tych z dużą populacją muzułmanów. AFS-USA dumnie wspiera program YES, goszcząc już ponad 250 uczniów w Stanach Zjednoczonych każdego roku i wysyłając około 36 uczniów z USA do innych krajów w ramach Programu YES Abroad. |
| Scan to access country-specific information on all YES countries! | Zeskanuj, aby otrzymać dostęp do informacji dotyczących poszczególnych krajów objętych Programem YES! |
| Questions? Want to connect with us? | Masz pytania? Chcesz się z nami skontaktować? |