



# BROŽÚRA PLNÁ PRÍBEHOV

2021

Číslo projektu 2019-2-UK01-KA205-062270



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

mensajada  
EXPANDING  
HORIZONS



Promimpresa srl

active  
youth

aproximar  
CORPORACIÓN

icep



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

#### Partneri

**Merseyside Expanding Horizons Limited**

Spojené kráľovstvo (koordinátor)

**AGIS, NOTE et INNOVE**

Francúzsko

**Promimpresa SRL**

Taliansko

**Asociacija „Aktyvus jaunimas“**

Litva

**Aproximar – Cooperativa de Solidariedade Social**

Portugalsko

**ICEP, s. r. o.**

Slovensko

#### Autori a prispievatelia

**Maria Szilard, Alice Mechoulam, Sarah Harou, Angelina Mahé**

AGIS, NOTE et INNOVE – Francúzsko

**Nicola Daley, Anna Bellan, Cinzia Miatto, Marta Lázaro Echavarren**

Merseyside Expanding Horizons – Spojené kráľovstvo

**Sophia Raineri, Augustas Romanovskis, Adriana Lavrukaitytė**

Active Youth – Litva

**Tatiana Morais, Patrícia Gonçalves, Joana Portugal, Tiago Leitão** Aproximar –

Portugalsko

**Roberta Montagno, Beniamino Torregrossa, Emmanuela Riggi**

Promimpresa – Taliansko

**Marta Rakociova, Anna Barseghyan, Cataldo Riggi**

ICEP – Slovensko



*Tento projekt bol financovaný s podporou Európskej komisie v rámci programu E+. Táto publikácia vyjadruje len názory autora a Komisia nenesie zodpovednosť za akékoľvek použitie informácií v nej obsiahnutých.*



# OBSAH

## 04

Úvod a metodika

## 05 – 16

Príbehy

### 05

Kultúrny šok

### 06 – 07

Osobný rozvoj

### 08

Výzvy

### 09

Skúsenosti

### 10 – 11

Diskriminácia

### 12 – 13

Migrácia

### 14

Dôstojnosť a tolerancia

### 15

Inklúzia

### 16

Covid-19

## 17

Závery

# ÚVOD

## A METODIKA

Táto brožúra je súčasťou projektu Youth Connections. Youth Connections je projekt spolufinancovaný z programu Erasmus+, ktorého cieľom je vytvoriť silné prepojenie medzi mladými utečencami, žiadateľmi o azyl a migrantmi a mládežou EÚ prostredníctvom tvorivej práce a kultúrnych aktivít zameraných na podporu sociálnej inklúzie.

Táto brožúra je výsledkom seminárov a aktivít, ktoré partneri zorganizovali s miestnymi mladými ľuďmi a migrantmi. Je to zbierka príbehov o osobných skúsenostiach účastníkov v procese ich začleňovania a adaptácie na novú krajinu.

Partnerstvo prijalo metodiku rozprávania príbehov. Rozprávanie príbehov vytvára hravé prostredie, v ktorom sa ľudia pochádzajúci z rôznych prostredí môžu vyjadriť a prezentovať svoju kultúru a presvedčenie, väčšinou neurážlivým spôsobom. V takomto prostredí je ľahšie zbližovať migrantov a hostiteľskú komunitu s cieľom vzájomne sa spoznať, zdieľať kultúrne hodnoty a vypočuť si životné príbehy.

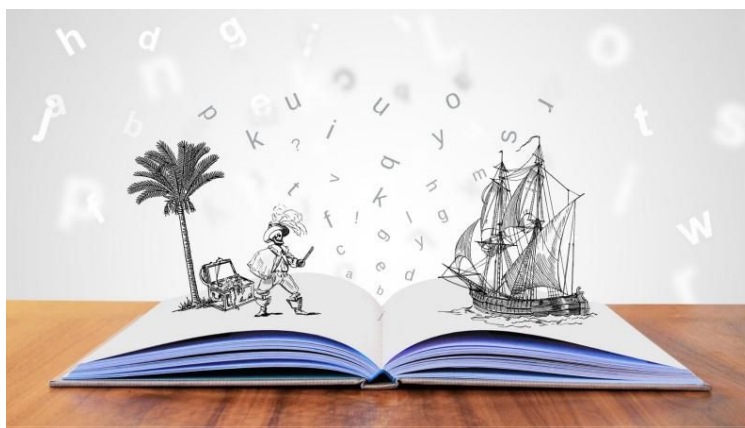
Počas našich seminárov boli mladí utečenci, žiadatelia o azyl a migranti vyzvaní, aby sa podelili o svoju životnú cestu a zmeny, ktoré zažili. Tieto semináre viedli k otvorenému dialógu a rozprávaniu príbehov o migračných cestách do Európy so zameraním na očakávania, prvé dojmy z hostiteľskej krajiny EÚ a výzvy v oblasti sociálneho začlenenia, ktorým čelili.

Na druhej strane sa mladí Európania podelili o trajektóriu svojho života vo vlastnej krajine, o svoje osobné vnímanie, názory a pocity.

Účastníci sa o svoje príbehy podelili viacerými spôsobmi: kreslením, rozprávaním a písaním. V tejto brožúre sú zhromaždené hlavné výsledky, ktoré vzišli zo seminárov v partnerských krajinách.

Príbehy zhromaždené v tejto brožúre boli rozdelené podľa tém:

- Kultúrny šok
- Osobný rozvoj
- Výzvy
- Skúsenosti
- Diskriminácia
- Migrácia
- Dôstojnosť
- Tolerancia
- Inklúzia
- Covid-19



# KULTÚRNY ŠOK



Hlavnou postavou je mladý človek, ktorý sa rozhodol presťahovať do inej krajiny kvôli štúdiu. Presťahoval sa z Azerbajdžanu do Talianska. Medzi týmito krajinami je veľa kultúrnych rozdielov. Najprv na letisku počul krásny taliansky jazyk, ako napríklad slová „avanti“, „permeso“ a podobne. Bolo to pre neho iné a zaujímavé, pretože to bol úplne iný jazyk ako jeho rodná reč. Potom si všimol, že ľudia sú si takí blízki, najmä dievčatá. Môžete vidieť, že sa všetci bozkávajú a objímajú. V Azerbajdžane môžete byť takí otvorení len vtedy, ak ste si s danou osobou blízki (najmä ak ide o dievča). Okrem ľudí a jazyka stojí za zmienku stravovanie, ktoré je iné, preto mu v určitom období chýbala miestna kuchyňa jeho domovskej krajiny.



# OSOBNÝ ROZVOJ



Príbeh mladej ženy žijúcej v inej krajine. Prvýkrát žila v inej krajine, sama, bez rodiny a priateľov, s iným jazykom a odlišnou kultúrou. Počas tohto obdobia veľmi dospela. Oveľa viac spoznala samu seba, znovu objavila človeka, ktorého predtým nepoznala. Teraz je nezávislá takmer vo všetkých aspektoch. Okrem toho spoznala nových a úžasných ľudí, ktorých si po skončení tejto skúsenosti navždy bude uchovávať vo svojich spomienkach. Od začiatku sa o ňu starali a dôverovali jej, veľa sa od nich a spolu s nimi naučila. Bol to doslova osobnostný rast. Táto skúsenosť jej pomohla zvýšiť sebadôveru, prekonať strach, spoznať svoje silné a slabé stránky a naučiť sa, ako ich prekonať. Kto by si bol pomyslel, že prežije aj celosvetovú pandémiu mimo domova!



Príbeh o mladej žene, ktorá sa vybrala do Spojeného kráľovstva na dobrovoľnícky projekt ESC. Bola to celkom výzva: veľa termínov, množstvo projektov, no na druhej strane je to aj obohacujúce, keď pracujete s komunitou. Presnejšie pocít, že okrem seba môže niečo alebo niekoho zmeniť k lepšiemu, je obohacujúci. Objavíte v sebe vášň pre túto prácu. Mať možnosť byť s ľuďmi, ktorí pracujú, aby pomáhali iným, čo sa aj odráža na spôsobe ich práce. Od svojich kolegov a z ich skúseností sa veľa naučila. Život v tomto multikultúrnom prostredí vám otvorí myseľ a veľmi vás obohatí. Kľúčom k tomu, že sa toho toľko naučila, je to, že jej od začiatku dôverovali, pretože jej umožnili mať zodpovednosť. Zbavili ju strachu hovoriť po anglicky. Páči sa jej, že komunikácia s ľuďmi je taká dôležitá. Naučila sa nové zručnosti a objavila u seba vlastnosti, o ktorých ani netušila, že ich má. To všetko jej pomáha ujasniť si predstavy o svojej budúcej kariére. Stále má čo zlepšovať, no dúfa, že čas, ktorý jej zostáva, dokáže využiť čo najlepšie. Verí, že doposiaľ tak robila, rovnako ako to druhí urobili s ňou.



**„Celkovo som šťastný a privilegovaný človek. Jedným z mojich najťažších momentov bola choroba, ktorú som však našťastie dokázal prekonať. Jedným z najúžasnejších okamihov v mojom živote bolo udelenie štipendia Benjamin Franklin Fellowship. Ďalším veľmi ťažkým obdobím bol nedávny lockdown kvôli covidu, ktorý výrazne ovplyvnil sociálnu interakciu.“**



**„Pochádzam z Kapverdských ostrovov a do Portugalska som prišla na bakalárske štúdium.“**



**„Svoje najťažšie obdobie som mala v 17 rokoch, keď som zmenila školu a musela som opustiť svojich spolužiakov. Ďalším ťažkým okamihom bolo, keď som v 18 rokoch neurobila záverečné skúšky a nemohla som sa zapísať na univerzitu, na ktorú som chcela. Nasledujúci rok bol mojim najlepším životným obdobím, keďže som úspešne zložila záverečné skúšky a podarilo sa mi dostať na univerzitu, ktorú som si vybrala. Nedávna pandémia a lockdown predstavujú posledné ťažké obdobie v mojom živote.“**



**„Jedným z mojich najťažších momentov bolo, keď som nastúpil na univerzitu, ktorú som nechcel. Keď sa mi ju napokon podarilo zmeniť, cítil som sa na vrchole šťastia.“**



**„Mojím prvým vrcholným momentom bolo, keď som sa pridala k skautkám. Ďalším úžasným okamihom bolo, keď som v 15 rokoch nastúpila na strednú školu. K mojim najťažším výzvam, s ktorými som sa doposiaľ stretla, je problém rozbehnúť moju vysnívanú kariéru, keďže v Portugalsku je to trochu ťažké. Ďalším vrcholným momentom bolo, keď som stretla svojho priateľa.“**



**„Keď som sa presťahoval do Talianska, prišlo obdobie, kedy som dosiahol svoj najväčší úspech, pretože v Taliansku som mohol začať robiť veľa vecí vo svojej kariére. Najskôr som sa dostal na univerzitu Sapienza a neskôr sa mi podarilo získať štipendium, čo ma v súčasnosti najviac teší.“**



**18-ročná Amina, pôvodom z Nigérie, sa rozhodla vycestovať do Francúzska, aby rozvíjala svoje maliarske schopnosti, študovala na prestížnej akadémii a stala sa hviezdou výstavy! V jej hlave sa rodí veľa myšlienok: túžba realizovať sa ako umelkyňa a dosiahnuť ekonomickú nezávislosť, ale aj neistota, strach z budúcnosti, vedomie, že musí čeliť jazykovým a spoločenským bariéram, ako aj byrokratickým prekážkam. Amina je však podnikavá, nezávislá a odvážna osoba (keďže odišla bez rodiny a bez záchytných bodov). Verí v nové možnosti: má v úmysle nájsť si prácu, z ktorej by mohla financovať svoje štúdium, a tiež si nájsť nových priateľov, ktorí majú rovnaké záľuby a záujmy ako ona. Dúfa, že nájde podporu, keďže sa nemôže oprieť o rodinu, a že nájde pochopenie v skupine rovesníkov.**

# VÝZVY

## FINANCIE



„Pred odchodom do Talianska som mala problém s rodinou, pretože ma tam nechceli poslať, najmä mama, hoci som hovorila, že som vyhrala štipendium. No som ich nakoniec presvedčila a odletela som do Talianska. Prvé dni som mala problémy, pretože to bol môj prvý pobyt v zahraničí a štipendium meškalo. Musela som si teda so svojimi výdavkami poradiť sama, preto ma finančne podporovala rodina (sťažovali sa). Keď ste v zahraničí, môže byť ťažké vystáčiť si s rozpočtom, ale naučila som sa, ako sa s tým vyrovnáť po takomto náročnom období. Dnes už od rodiny nedostávam žiadnu podporu a som šťastná, že sa dokázala postaviť na vlastné nohy. Svoje výdavky si zapisujem, aby som na ne nezabudla a mohla si vytvoriť si rozpočet na cestovanie, ubytovanie, stravu a pod.“

„Pochádzam z Angoly a momentálne žijem vo Francúzsku. Moji rodičia sa vystažovali do Portugalska, aby zabezpečili lepší život pre mňa a moju sestru. Po vypuknutí hospodárskej krízy sme prišli do Francúzska, kde sme sa opäť usilovali o lepší a kvalitnejší život. Ak by som si mohla vybrať, rozhodla by som sa pre návrat do Angoly a prácu v mimovládnej organizácii zaoberajúcej sa ľudskými právami – konkrétne právom na vzdelanie.“



## PRÁCA

„Niektorí naši brazílski kolegovia na našej fakulte hovoria, že majú väčšie problémy so vstupom na trh práce. Chcela by som poukázať aj na iné formy diskriminácie, ktoré majú tiež vplyv na život každého z nás: bola som svedkom toho, že ľudia sú diskriminovaní kvôli zdravotnému znevýhodneniu, veku, duševnému zdraviu a z ďalších dôvodov.“

## STRATA BLÍZKEJ OSOBY



„V roku 2010 som zažila prvé najhoršie obdobie svojho života: stratila som priateľku, ktorá zomrela na rakovinu. Po týchto ťažkých chvíľach nasledoval najkrajší moment v mojom živote, keď som si zaobstarala psa. Potom som zažila ďalšie ťažké chvíle vo svojom živote: zomrel mi starý otec. Nasledovalo ďalšie náročné obdobie: na strednej škole som sa necítila dobre a práve v tom období som stratila babičku. Svoj nástup na univerzitu som nevnímala ani úžasné, ani ako ťažké obdobie. V roku 2019 prišiel jeden z najlepších okamihov v mojom živote: s projektom Active Youth som navštívila Litvu a potom som odišla do Poľska na štúdium v rámci programu Erasmus. Následne som sa vrátila do Portugalska, kde som strávila obdobie lockdownu.“



## ZDRAVIE

„Mojím prvým ťažkým obdobím v živote bola choroba blízkeho člena rodiny. Nasledoval úžasný moment, keď som nastúpil na strednú školu a stretol skvelú skupinu priateľov. Ďalším skvelým okamihom bol grant, ktorý som získal. Potom nasledoval môj nástup na univerzitu, čo bol tiež úžasný moment, po ktorom prišlo to najťažšie: kríza úzkosti. Nedávno som zažil veľký okamih, ktorým bolo uverejnenie môjho prvého vedeckého článku.“



## ŠTÚDIUM

„Najhoršie obdobie môjho života bolo, keď som mal 19 – 20 rokov, kedy som sa snažil dostať na univerzitu: skúšky boli veľmi náročné a cítil som veľký tlak zo strany rodičov. Nástup na univerzitu bol tiež náročný, pretože som mal problémy s adaptáciou a celkovým prispôbením novým podmienkam.“



# SKÚSENOSTI



*„Prvýkrát som absolvovala výmenný pobyt v rámci programu Erasmus v Rakúsku, čo bola po Taliansku druhá krajina, do ktorej som sa presťahovala. Rakúsko je iné ako Taliansko. Predtým, ako som tam odišla, som hľadala ľudí, ktorí tam žijú, aby mi pomohli, pretože som potrebovala nájsť ubytovanie (najmä vzhľadom na môj rozpočet). Chystala som sa do Salzburgu, a hoci to nie je také veľké mesto ako Viedeň, byty tam boli drahé. Preto som cez Facebook našla a kontaktovala dievča, ktoré tam tiež bolo na Erasmu rovnako ako ja. Bola veľmi ochotná a pred príchodom mi poslala webové stránky, miesta, kde môžem bývať a prenajať si byt, informovala ma o cenách atď. Po príchode do Rakúska som asi mesiac bývala v byte, ktorý mi prenajala, a potom som sa presťahovala do kampusu.“*

*„Jednou z mojich najťažších životných skúseností bolo obdobie, kedy som mal problémy začleniť sa do života na fakulte. Tento rok som začal študovať na univerzite a druhý semester, ktorý prebieha počas lockdownu, je veľmi ťažký. Nielen preto, že na univerzite a v triede nikoho nepoznám, ale aj preto, že pracujem a študujem zároveň, preto nie je ľahké zapadnúť do kolektívu v triede. Cítim sa vylúčený zo skupín, ktoré existujú v rámci fakulty. Sociálna stránka môjho akademického života je pre určite najťažšou výzvou. Verím, že budúci rok sa budeme môcť stretávať osobne a že budem môcť komunikovať so svojimi kolegami a lepšie ich spoznať.“*

# DISKRIMINÁCIA

Hlavnou hrdinkou je mladé dievča nosiace hidžáb, ktoré sa rozhodlo presťahovať do inej krajiny. Prvýkrát v živote cestovala lietadlom a mala prípoj na jednom veľkom letisku. Keď stála v rade s rôznymi ľuďmi, z ničoho nič sa objavil uniformovaný pracovník a požiadal ju, aby išla na kontrolu do malej miestnosti. Cítila sa vystrašená a diskriminovaná, pretože si z radu na pasovú kontrolu vybral len ju práve kvôli jej šatke. Musela vojsť do veľmi malej boudky, kam za ňou úradníčka, ktorá ju požiadala, aby si dala dole šatku, a začala jej kontrolovať aj vlasy.

Nemohla odmietnuť ani s úradníčkou diskutovať, pretože by mohla zmeškať svoj let. Po niekoľkých rokoch od tejto udalosti však začala pracovať so zraniteľnými ľuďmi a menšinami. Podporuje ich, aby sa nebáli ozvať, a zvyšuje ich povedomie o akceptácii a pocite bezpečia ďaleko od domova a svojej kultúry.



*„Som veľmi spoločenský človek a veľmi rada spoznávam nových ľudí. Preto som sa počas pobytu v rôznych krajinách snažila spoznávať nových ľudí a v rámci programu Erasmus som sa zúčastnila na mládežníckych výmenách a školeniach. Od ľudí som sa naučila množstvo vecí, no zároveň som sa počas projektov stretla aj s diskrimináciou z ich strany. Reprezentovala som Taliansko, no nepochádzam z Talianska, preto mi ľudia občas hovorili: ‚Ty nie si z Európskej únie,‘ a podobne.“*

*„V roku 2017 som zažila najťažšie chvíle svojho života, keď som prišla som do Portugalska a musela som opustiť svoju babičku (mám ju veľmi rada, veľmi mi chýba). Tu v Portugalsku ma v škole neprijali do triedy, šikanovali ma. Takže to bol ten najhorší moment. Jedným z najlepších období môjho života bolo, keď som pracovala a študoval zároveň (v roku 2015) a zistila som, akému povolaniu sa chcem venovať: chcem sa stať šéfkuchárkou. Najhorším momentom bolo, keď môj zamestnávateľ musel zatvoriť reštauráciu a ja som zostala bez práce. Potom som sa presťahovala do Spojeného kráľovstva, to bolo jedno z mojich najlepších období. Po čase som sa vrátila do Portugalska a zapísal sa na štúdium na fakulte. Opäť som popri štúdiu pracovala. O niekoľko mesiacov neskôr som zistila, že som tehotná: to bol najkrajší okamih v mojom živote. Som veľmi šťastná, že som mamou ročného batolaťa: určite je to najkrajšie obdobie v mojom živote.“*



## Mikroagresie

„Aj ja pociťujem mikroagresiu každý deň. Kedysi to bolo horšie, ale stále to existuje, hoci je to jemnejšie. Vďaka určitým komentárom ju však dokážem ľahko identifikovať.“

## Predsudky

Táto skupina sa rozhodla vyrozprávať príbeh chlapca Kirikou, aby ukázala, že predsudky sa môžu vyskytovať aj v komunite. Kirikou je veľmi malé dieťa. Je vôbec najmenší vo svojej dedine. Z tohto dôvodu ho ostatné deti odsúvajú na okraj spoločnosti. Napriek tomu zostáva tolerantný a je veľmi zvedavý. Chce pochopiť, prečo Karaba, čarodejnica, zabíja všetkých mužov a spôsobuje neprijemnosti celej dedine. Vyberie sa cez horu za starým otcom a opýta sa ho, prečo je Karaba zlá. Starý otec mu vyrozpráva, že Karaba si v živote toho veľa trpela. Muži ju zneužívali a znásilňovali. Kirikou sa však nezostál iba pri faktoch: snažil sa pochopiť príčinu jej konania. Napokon zachráni čarodejnicu aj dedinu.

## Sexizmus

Príbeh o žene, ktorá prišla do Spojeného kráľovstva z Kanady. Ako Kanaďanka, ktorá je zároveň černoška, som sa ocitla v tejto zaujímavej oblasti Vennovho diagramu prisťahovalectva. Nikto sa nestážuje na Kanaďanov, ktorí sem prichádzajú za prácou: je to preto, že Kanaďania sú zvyčajne belosi? Ľudia sú na mňa vždy milí, keď počujú môj prízvuk. Nemôžem si pomôcť, ale mám pocit, že moja kanadská výchova je vítaná, no moja tmavá pleť nie. Dokonca ma prezývali „Paki“ a vydávali pri tom opičie zvuky. Nemôžem však o týchto veciach hovoriť s priateľmi, pretože sa tvária, že Británia nepozná problémy s rasizmom. Takže som v podstate prestala chodiť von. Najťažšou vecou na živote v Británii bol pre mňa sexizmus. Nebola som zvyknutá na sexuálne obťažovanie na verejnosti ani na sexuálne podpichovanie, ktoré sa považuje za akúsi spoločensky prijateľnú normu. V novinách a pánskych časopisoch sa objavujú ženy s odhalenými prsami, medzi mužmi a ženami existujú platové rozdiely, ženy nemajú dostatočné možnosti na povýšenie v práci, existuje diskriminácia tehotných žien, ako aj vysoká miera znásilnení a sexuálnych útokov. Cítim sa veľmi neprijemne a nebezpečne.

## Bezpečnosť

Príbeh rumunského migranta v Spojenom kráľovstve. Som Rumun s dvojším občianstvom. Začiatkom tohto roka získali Rumuni plné právo pracovať v Spojenom kráľovstve. Prvýkrát som do tejto krajiny prišiel s pracovným povolením koncom 90. rokov. Odvtedy odo mňa realitná agentúra žiadala britského ručiteľa a asistentka praktického lekára mi na rovinu povedala: „Rumunských pacientov neprijímame.“ Aj úradník v banke mi povedal: „Rumunských klientov neprijímame.“ Prispievam svojím dielom do tejto spoločnosti, ktorú som začal považovať za svoju vlastnú a mať ju rád. Mám britských priateľov, ktorí ma rešpektujú preto, aký som, ale prvýkrát sa v tejto krajine obávam o svoju bezpečnosť kvôli svojmu národnostnému pôvodu. Spôsob, akým úradníci a médiá vykresľujú Rumunov verejnosti – ako žobrákov zneužívajúcich sociálne dávky, ktorí sem prichádzajú a vytvárajú bytovú krízu – vyvoláva len nenávisť a xenofóbiu.

# MIGRÁCIA

Hlavnou postavou je egyptské dievča, ktoré sa uchádza o azyl v Spojenom kráľovstve. Moment, keď sa rozhodla utiecť zo svojej krajiny a požiadať o azyl v inej bezpečnej krajine, kde bude môcť žiť slobodne bez akéhokoľvek odsudzovania, bol pre ňu doposiaľ najťažšou situáciou v živote, pretože sa chystá opustiť rodinu, priateľov a všetkých svojich blízkych, aby začala nový život, pričom netuší, akým procesom si bude musieť prejsť. Po príchode mala strach, bála sa, že svoj boj prehrá, veľmi sa však chcela na novom mieste spoločensky začleniť. Našla veľa ľudí po celej krajine, ktorí ju vítali a posielali jej lásku a podporu. Tak sa naučila, že život je ťažký, to áno, ale existuje množstvo vecí, ktoré dokážu zaplniť medzeru po chýbajúcom domove. Začala pracovať ako dobrovoľníčka v rôznych organizáciách, aby pomáhala ľuďom zo svojej komunity a učila sa zo skúseností ostatných. Teraz sa jej čoskoro splní sen a začne študovať na univerzite.

Príbeh 24-ročnej Španielky, ktorá sa rozhodla emigrovať do inej krajiny. Zaujíma sa o komunikáciu a medziľudské a sociálne vzťahy. Vždy ma priťahovali otázky týkajúce sa Európy a väzieb medzi ľuďmi, krajinami a komunitami. Keď skončila štúdium práva, získala štipendium na stáž v zahraničí. Chcela byť sama pre seba výzvou, robiť niečo, čo by jej dalo príležitosť zlepšiť svoje pracovné zručnosti a angličtinu, získať skúsenosti, ale aj osobnostne rásť. Vždy chcela žiť v zahraničí a spoznávať nové kultúry, prostredia a nových ľudí. Páčila sa jej výmena myšlienok, názorov a zvykov, pretože jej to pomáhalo viac sa zamyslieť nad sebou a získať iný pohľad na svet. Jej konečné rozhodnutie ju zaviedlo do Spojeného kráľovstva, konkrétne do Liverpoolu, mesta plného aktivít, s multikultúrnou atmosférou a veľmi priateľskými ľuďmi, s ktorými sa dá ľahko rozprávať, hoci im niekedy nie rozumieť kvôli ich typickému liverpoolskemu prízvuku!

***„Jedným z najhorších momentov po príchode do Portugalska bola xenofóbia a v škole som si kvôli nej dosť vytrpela. Škola je vo všeobecnosti tak trochu nepriateľské prostredie. Moja skúsenosť tu v Portugalsku nie je rovnaká ako napríklad skúsenosť študentov z Nemecka. Vo všeobecnosti som mala pocit, že moji učitelia odo mňa veľa neočakávajú. Stále denno-denne zažívam nejaké mikroagresie. Napríklad moja portugalská učiteľka sa tvári, že nerozumie mojej portugalčine, a žiada mojich spolužiakov, aby „preložili“, čo hovorím. Stojí za zmienku, že moja skúsenosť nie je taká vážna v porovnaní so skúsenosťami niektorých brazílskych žien, ktoré majú inú farbu pleti. Ich skúsenosti sú horšie ako moje.“ Jednou z najlepších skúseností od príchodu z Brazílie je bezpečnosť, možnosť chodiť po uliciach bez strachu.“***

***„Pochádzam z portugalského vidieka, kde nie je veľa migrantov. Bol som však svedkom toho, ako malá skupina Portugalcov mala komentáre k robotníkom: hovorili, že by radšej najali robotníkov z Afriky, pretože dobre pracujú, nie však Brazílčanov, pretože sú leniví. Neradi pracujú, radšej iba spia.“***



„Pochádzam zo severného Portugalska a v súvislosti s otázkou migrácie (vrátane nútenej migrácie) si myslím, že je nevyhnutné, aby medzinárodné spoločenstvo prijalo a podporovalo migrantov a utečencov.“



**„Pochádzam z Venezuely, ale moji rodičia sú Portugalci. Do Portugalska som prišiel ako 18-ročný. Keď som bol vo Venezuele, bol som „Portugalec“ alebo „cudzinec“, a tu v Portugalsku som znova „cudzinec“ či „Venezuelčan“. Cítim sa byť stále v neistote, že nikam nepatrím.“**



**„Najhoršie obdobie som zažil po príchode do Portugalska. Ako migrant som čelil určitým výzvam, mikroagresii, ale našťastie som to dokázal prekonať.“**



**„Pochádzam z Guiney Bissau a už dva roky študujem v Lisabone na právnickej fakulte. Myslím si, že jednou z výhod migrácie je zabezpečenie lepšieho a kvalitnejšieho života, a tiež prístup k vzdelaniu.“**

# DÔSTOJNOSŤ

Hlavnou postavou tohto príbehu je žiadateľka o azyl počas pandémie. Pred piatimi rokmi utiekla do Európy zo svojej krajiny v Južnej Amerike, pričom ešte stále čaká na rozhodnutie, ktoré jej umožní, aby v novej krajine mohla normálne žiť a pracovať. Počas uplynulých piatich rokov si nemohla kúpiť veci, ktoré potrebuje, pretože nemohla pracovať. To sa negatívne odrazilo na jej duševnom zdraví, najmä keď sa začala pandémia a nemohla si kúpiť základné veci. Začala oslovovať známych, či by jej nemohli pomôcť zohnať topánky. Jedna jej kamarátka zverejnila na Facebooku príspevok, aby sa na to opýtala svojich priateľov, a prekvapivo sa našli stovky ľudí, ktorí jej chceli darovať osobné veci, ktoré už nepoužívajú. Kamarátka preto dostala nápad založiť iniciatívu, ktorá by zdieľala fotografie týchto vecí a ľudí, ktorí sú v núdzi, by si mohli vybrať, čo sa im páči, a nečakať na podporné organizácie, či im môžu poslať nejaké veci, ktoré majú k dispozícii. Naša hlavná postava bola inšpiráciou pre nový priestor, kde ľudia môžu cítiť svoju dôstojnosť, hoci majú v živote ťažkosti, a cítiť sa pozitívne a vítane.

# TOLERANCIA

Je to príbeh o prípade intersekcionality. Hlavnou postavou je černošská moslimka, ktorá je zdravotne postihnutá a na hlave nosí šatku. Je teda obeťou viacnásobnej diskriminácie. Nastúpi do novej práce vo výbernej firme, kde si šéf cení toleranciu a bojuje proti diskriminácii. Jej kolegovia ju však neustále obťažujú: keď to nie sú sexistické poznámky, sú to narážky na jej náboženstvo a pod. Stalo sa to pre ňu skutočným peklom – na druhej strane však miluje to, čo robí. Jej šéf si uvedomil, že sa necíti dobre, a rozhodol sa konať. Urobil verejné vyhlásenie pre všetkých zamestnancov. Zdôraznil, aké hodnoty firma vyznáva, a požiadal o okamžitú zmenu správania. Vytvoril dilemu pre zamestnancov, ktorí túto ženu obťažovali: zostať a zmeniť sa, alebo sa nezmeniť a odísť. Napokon zamestnanci zmenili svoje správanie a atmosféra na pracovisku sa výrazne zlepšila.







# INKLÚZIA

**„Pochádzam z Guiney Bissau. Prišiel som do Portugalska, aby som pokračoval v štúdiu. Prišiel som v roku 2016. V roku 2019 som dokončil prvý bakalársky stupeň štúdia, a to v meste Alentejo. V súčasnosti dokončujem druhý bakalársky stupeň v Lisabone. Moja integrácia v Alenteju bola jednoduchšia ako tu v Lisabone: mesto je menšie a ľudia venovali viac pozornosti našim potrebám a problémom. Proces začleňovania v Alenteju bol určite oveľa príjemnejší. V Lisabone je oveľa viac ľudí, takže je ťažšie získať prístup k určitým službám.“**

”

Hlavnou postavou je obézna žena. Je vystavená veľkej diskriminácii v súvislosti so svojou hmotnosťou, ako aj v súvislosti s posudzovaním a pohľadmi ostatných. Miluje módu, ale neodváža sa obliecť tak, ako by chcela alebo si dokonca vytvoriť kariéru v tejto oblasti. Jedného dňa sa zobudila a cítila sa veľmi zle. Má veľké a pretrvávajúce bolesti žalúdka. Keďže začína mať obavy, rozhodne sa navštíviť lekára. Jej obvyklý lekár tam nie je, preto ide k lekárovi, ktorý ho zastupuje. Ten ju neberie vážne. Bagatelizuje jej bolesti a hovorí len o jej obezite. Odchádza zo stretnutia s pocitom, že je úplne odsunutá na okraj spoločnosti a nie je vypočutá. Po stretnutí začne na ulici plakať. Jej bolesť a poníženie boli príliš veľké na to, aby ich zvládla. Na ulici k nej podíde muž a opýta sa jej, čo sa stalo. Rozpovedala mu svoj príbeh: nedávne stretnutie, ale aj všetky ostatné diskriminácie. Tento muž je riaditeľom združenia. Spýtal sa jej, či mu chce pomôcť zvýšiť povedomie o tejto problematike. Spoločne organizujú protesty proti stigmatizácii váhou. Žena sa napokon rozhodne začať kariéru v oblasti módy a založí si vlastnú značku. Zároveň pokračuje v boji za väčšie veľkosti oblečenia pre všetkých mužov a ženy. Stáva sa príkladom!

”

# COVID-19

“

*„Jedno z mojich najhorších období bolo počas covidu. Aj keď uznávam, že žijeme privilegované životy a počas svojho života som nezažil príliš náročné chvíle, covid a lockdown boli výzvou a určite náročným obdobím v mojom živote.“*

“

*„Jeden z najkrajších okamihov som zažil v piatich rokoch, keď som nastúpil do školy. Potom nasledovalo ťažšie obdobie, keď som v desiatich rokoch zmenil školu. Ďalší úžasný moment som zažil v osemnástich rokoch, keď som nastúpil na univerzitu a prišiel do Portugalska. Posledné ťažké obdobie v mojom živote sa spája s covidom a lockdownom.“*

“

*„Najšťastnejším okamihom v mojom živote bolo narodenie môjho brata, keď som mal 7 rokov. Mal som veľmi šťastné detstvo. Obdobie dospievania bolo trochu náročnejšie, no situácia sa ešte viac zhoršila, keď sa mi nepodarilo dostať na univerzitu, na ktorú som chcel. Mojim najkrajším obdobím bol prvý ročník na univerzite, na ktorú som chcel od samého začiatku. Covid a lockdown pre mňa predstavujú obdobie letargie.“*

“

*„Jedným z najťažších období v živote je pre mňa covid a lockdown. Všetky stáže boli zrušené, preto som nemohla nastúpiť na svoju stáž.“*

“

*„Pochádzam z Lisabonu, z Portugalska. Tento seminár považujem za veľmi užitočný a zaujímavý, pretože je zásadný pre sociálnu prácu – môj študijný program na univerzite. Situácia počas covidu mala veľký vplyv na sociálnu interakciu. Mám pocit, že moje hodiny sú v prezenčnej forme oveľa lepšie ako online.“*





# ZÁVERY

Migrácia je v prvom rade normálna ľudská činnosť. Ľudia sa vždy sťahovali z jednej krajiny, lokality alebo miesta bydliska, aby sa usadili inde. Ľudia migrujú z domovov svojich rodín do nových miest a krajín.

Príbehy zozbierané v tejto brožúre sú svedectvom výziev, ktorým mladí účastníci čelili počas svojich životných skúseností.

Z ich príbehov sme sa dozvedeli, že ľudia migrovali a migrujú z rôznych dôvodov, no hlavnou motiváciou je túžba po lepšom živote.

Ako tieto príbehy ukazujú, migranti z jednej krajiny do druhej majú často rovnaké motivácie ako tí, ktorí sa sťahujú z jedného regiónu do druhého, z jedného mesta do druhého alebo z jednej dediny do druhej v rámci svojej krajiny. Ľudia sa sťahujú v nádeji, že sa zlepšia, že si nájdu lepšiu prácu a vytvoria si lepší život, zatiaľ čo inokedy sú nútení inými, často extrémnymi okolnosťami.

Prostredníctvom rozprávania príbehov sa tiež ukázali problémy, ktorým migranti a utečenci čelia po príchode do novej krajiny: diskriminácia, kultúrny šok, ekonomické problémy, jazyková bariéra.

Hlavným cieľom tejto brožúry bolo dať hlas mladým migrantom a mladým Európanom, a to prostredníctvom pochopenia ich pocitov, názorov, obáv a príbehov.

Na podporu migrantov a utečencov v novej krajine je dôležité, aby sa cítili vítaní a motivovaní podeliť sa o svoje skúsenosti a kultúru. Zároveň je nevyhnutné poskytnúť miestnym mladým ľuďom stratégie, ktoré im pomôžu pochopiť a vcítiť sa do rovesníkov, ktorí zažívajú extrémne otrasy po fyzickej, sociálnej aj psychologickej stránke.

Z  
A

# H R A N I C A M I



Z  
A  
  
H  
R  
A  
N  
I  
C  
A  
M  
I

## THE SEARCH MISSION

Once upon the time Abdullah the squirrel was home alone looking through his mom's stuff. Suddenly he noticed a diary! At first Abdullah was getting bad thoughts about reading his mom's diary, but at the end he couldn't resist. So he started looking through the diary and what he found out was shocking! It turns out he has a twin brother named Darshan. Abdullah wanted to meet him so he started his Search Mission.

The first search point was Thailand beaches. Unfortunately he ~~didn't~~ couldn't find his brother there. So he flew to Netherlands and searched through the flower fields - no results. In the end he lost all his hope and returned ~~to~~ back home. The same day he was wandering <sup>in</sup> the wheat fields in his home town. He was so devastated, he was walking with his head down.

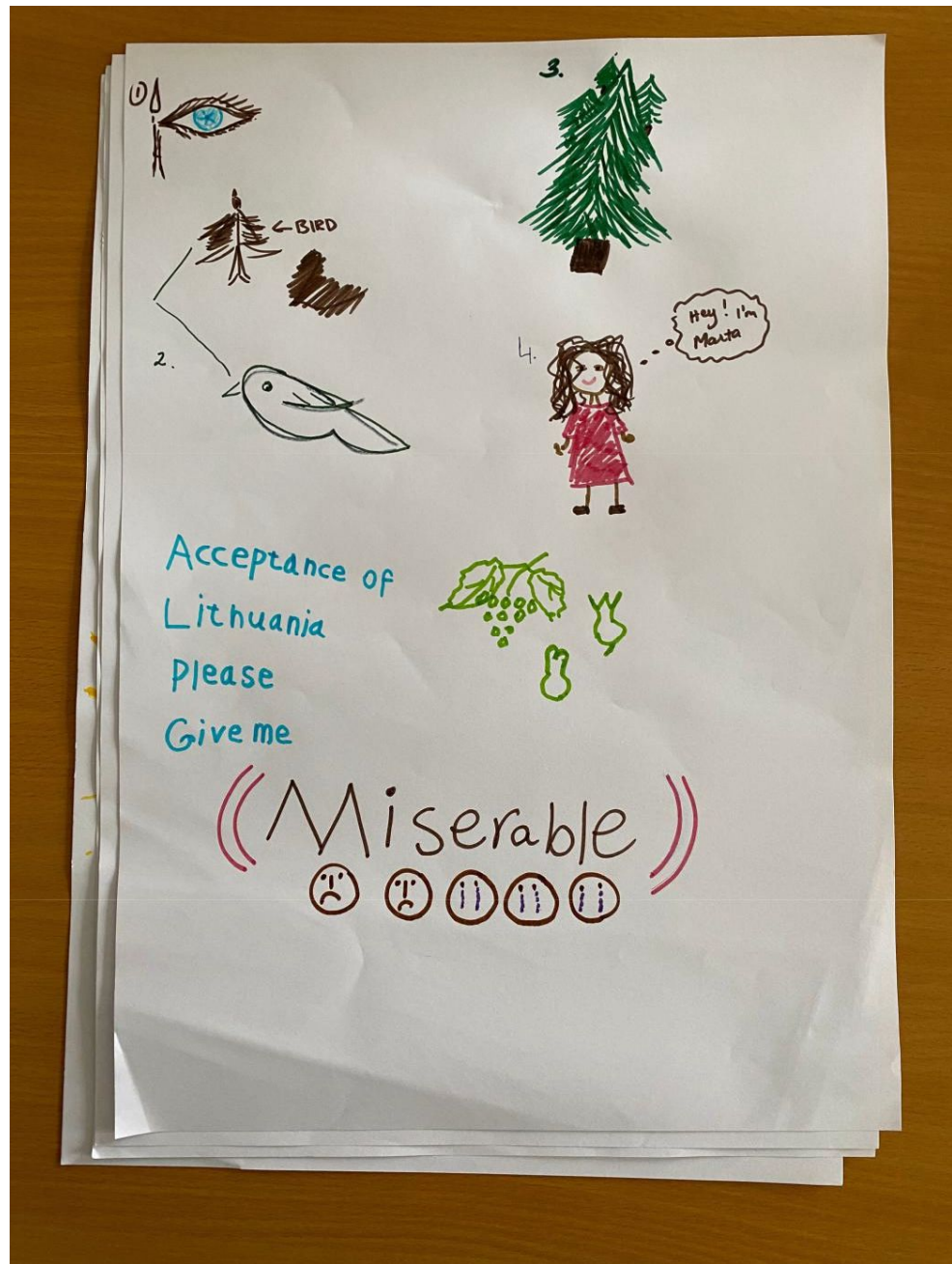
But when Abdullah finally looked up - he could not believe his eyes - it was like he was staring into the mirror. Darshan was standing right in front of him.

After this long journey Abdullah learned to never give up on his goals and keep searching.

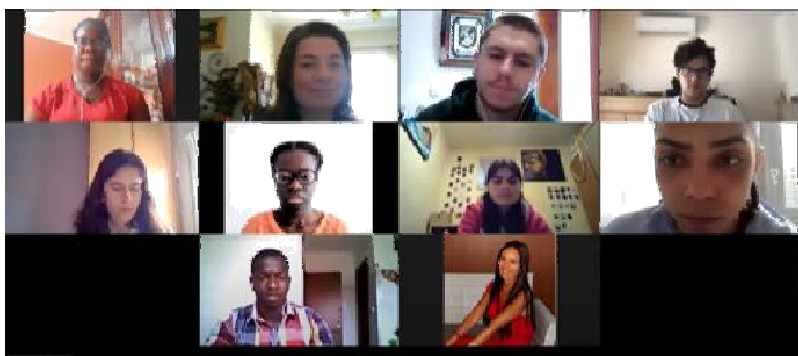
The End



# Z A H R A N I C A M I



TU SI MÔŽETE VYPOČUŤ ROZPRÁVANIE VO FRANCÚZŠTINE



Z  
A  
  
O  
B  
R  
A  
Z  
O  
V  
K  
A  
M  
I

# ***Ďakujeme!***

Radi by sme vyjadrili úprimnú vďaku týmto osobám:

DHARSHAN NAVARATNAM  
SAYED KAZAME  
VASSIL SIMEONOV  
ORNELLA BASILE  
DAFNE MODAFFARI  
SIMONA CORONA  
ILARIA VACCA  
BASMA KAMEL



# PRÍBEHOVÁ BROŽÚRA

Koordinátor projektu:

Merseyside Expanding Horizons Limited

The Old Secondary Education Centre,

Mill Lane - OL

Poštové smerovacie číslo: L13 5TF |

Liverpool, Spojené kráľovstvo

[www.expandinghorizons.co.uk](http://www.expandinghorizons.co.uk)

Číslo projektu 2019-2-UK01-KA205-062270