

---

# Zapobieganie i przeciwdziałanie przemocy w rodzinie

## GŁÓWNY CEL ZAJĘĆ:

uświadomienie uczestnikom, że mają możliwości zapobiegania występowania przemocy w ich życiu, a także iż istnieją instrumenty społeczne i prawne w zakresie przeciwdziałania przemocy w rodzinie.

## PO ZAKOŃCZONEJ LEKCJI MŁODZIEŻ

### będzie wiedziała:

- ✓ jakie skutki w rodzinie wywołuje stosowanie przemocy
- ✓ jak reagować na przemoc
- ✓ jak radzić sobie w sytuacjach kryzysowych, kiedy sami mają trudność opanowania swoich emocji

### będzie umiała:

- ✓ zastosować techniki negocjacyjne i mediacyjne
- ✓ skorzystać z pomocy instytucji zobowiązanych do zapobiegania zjawisku przemocy w rodzinie

### będzie rozumiała:

- ✓ że przemoc w rodzinie to problem społeczny, a nie indywidualny
- ✓ że każdy z nas jest odpowiedzialny za zmniejszanie ryzyka występowania przemocy w naszym życiu codziennym

## METODY PRACY:

- ✓ praca indywidualna
- ✓ praca w grupach
- ✓ mini wykład

## ŚRODKI DYDAKTYCZNE:

- ✓ - wydrukowane scenki

## MATERIAŁY POMOCNICZE:

- ✓ tablica/filpchart
- ✓ markery
- ✓ Kartki dla uczestników

## CZAS:

- ✓ 60 minut



---

## PLAN ZAJĘĆ :

1. Powitanie i przedstawienie tematu zajęć (2 min.)
2. Wpływ przemocy w rodzinie na warunki w niej panujące (25 min)
3. Zapobieganie przemocy – scenki (10 min)
4. Społeczny obowiązek zgłaszania przemocy – mini wykład (5 min)
5. Reagowanie na przemoc – praca w grupach (15 min)
6. Podsumowanie zajęć (3 min)

## PRZEBIEG ZAJĘĆ

### 1. Powitanie i przedstawienie tematu zajęć (2 min)

Przykładowo: Dzień dobry! Nazywam się ..... (krótkie przedstawienie) i jestem tutaj aby porozmawiać z Wami o zapobieganiu i przeciwdziałaniu przemocy w rodzinie. Dziś będziemy zastanawiać się jaki wpływ na rodzinę ma przemoc, a także nad metodami zapobiegania pojawieniu się przemocy i sposobami przeciwdziałania, jeśli już mamy z nią do czynienia.  
(możemy pokrótce przedstawić plan zajęć i zapoznać uczestników z planowanymi metodami pracy)

---

### 2. Wpływ przemocy w rodzinie na warunki w niej panujące (25 min)

Do zajęć potrzebujesz:

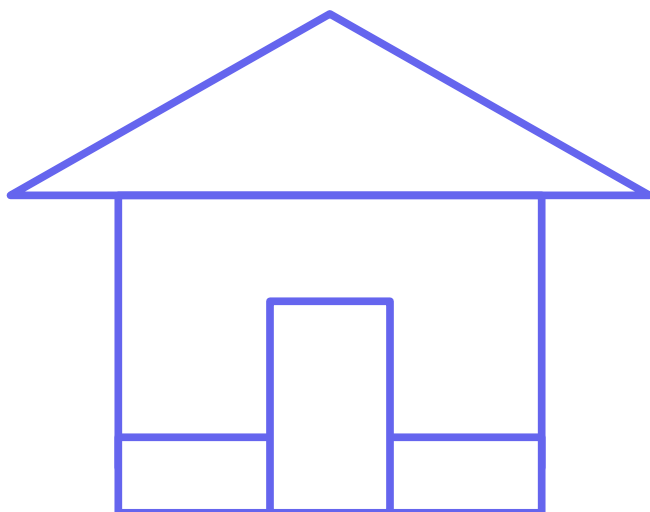
- ✓ tablica/flipchart
- ✓ kartki, kredki, flamastry
- ✓ ewentualnie karteczki post-it w dwóch kolorach

Ćwiczenie możesz zacząć od słów:

Wyobraźcie sobie swój idealny, wymarzony dom. W tym domu mieszkanie razem ze swoją rodziną. Narysujcie taki dom według schematu.



**Prowadzący rysuje na tablicy schemat domu:**



**Dach** – co zapewnia nam poczucie bezpieczeństwa?

**Wnętrze** – atmosfera jaka panuje w domu

**Fundamenty** – na czym budujemy rodzinę

Możecie w domu narysować dodatkowe elementy, okna, firanki, kwiatki, możecie go dowolnie pokolorować, a nawet narysować obok Waszą rodzinę. Teraz wyobraźcie sobie, że dom to nie tylko sprzęty i ludzie, ale także atmosfera jaka w nim panuje. Zastanówcie się co sprawia, że mamy dobre fundamenty do zbudowania rodziny (fundamenty), jaka w tej rodzinie powinna panować atmosfera (wnętrze) i co sprawi, że wszyscy jej członkowie będą się czuli bezpiecznie (dach).

**Uczestnicy wypełniają schemat właściwymi określeniami, np.:**

*(można do tego ćwiczenia użyć karteczek samoprzylepnych w dwóch kolorach, jeden kolor do wykorzystania teraz, a drugi do drugiej części ćwiczenia – wtedy uczestnicy zapisują swoje hasła/przemyślenia na karteczkach samoprzylepnych i przyklejają w odpowiedniej części domu)*

FUNDAMENTY

miłość, zaufanie, cierpliwość, itp.

WNĘTRZE

ciepło, przyjemnie, spokój, itp.

DACH

wsparcie rodziców, praca, możliwość porozmawiania o wszystkim, itp.

Udało nam się wypracować schemat idealnego domu, rodziny, gdzie wszyscy czują się bezpiecznie, chętnie tam przebywają, mają wsparcie od rodziców, rodzeństwa, dziadków.

A teraz proszę wyobraźcie sobie, że jedna z osób mieszkających w naszym domu zaczyna stosować przemoc w stosunku do pozostałych mieszkańców. Może to być któryś z rodziców. Zaczyna krzyczeć z byle powodu, złościć się, mówić dzieciom i małżonkowi, że są nic nie warcy, że są głupi, itp. Awantury pojawiają się coraz częściej i z coraz bliższych powodów. Jest rzucanie talerzami, szarpanie, klapsy, zamykanie w pokoju bez kolacji, groźby wyrzucenia z domu, itp. Jak zmieni się wtedy nasz świat w tych trzech, wymienionych powyżej obszarach? Jak zmieni się on dla każdej z osób: żony, małego dziecka, nastolatka? Jaki ta sytuacja może mieć wpływ na ich zachowanie?

*(uczestnicy mogą pisać odpowiednie określenia na karteczkach post-it w drugim kolorze i przyklejać je na swoich rysunkach, lub na tablicy)*

FUNDAMENTY

groźby, zastraszenie, przemoc, itp.

WNĘTRZE

ciągłe poczucie zagrożenia, lęk, strach, niepewność, bezradność, itp.

DACH

brak poczucia bezpieczeństwa, stabilizacji, ciągła niepewność tego co się za chwile stanie, itp.

**PODSUMOWANIE:** Zobaczcie na nasze rysunki. To ćwiczenie pokazuje, że kiedy pojawia się przemoc, cała struktura rodziny na tym cierpi. W każdym aspekcie życia doznajemy krzywd, środowisko, w którym żyjemy, które powinno nam dawać największe poczucie bezpieczeństwa, staje się niestabilne, opiera się na niepewności, strachu i stałym poczuciu zagrożenia. Wychowywanie się w takim środowisku może odcisnąć piętno na całym naszym życiu.



---

### 3. Zapobieganie przemocy – scenki (10 min)

Do zajęć potrzebujesz:

- ✓ pociętych i przygotowanych scenek

Ćwiczenie możesz zacząć od słów:

Skoro wiemy już, że stosowanie przemocy w stosunku do osób najbliższych przynosi tyle negatywnych konsekwencji pora nauczyć się kilku metod zapobiegania konfliktom w rodzinie, które możesz wykorzystać w życiu codziennym. To proste metody, których celem jest porozumienie, a nie narzucenie własnego zdania czy też poddanie się trudnym do okiełznania emocjom.

Celem tego ćwiczenia jest nauczenie uczestników odnajdywania takich metod rozwiązywania sporów, które wykluczają użycie przemocy, zarówno słownej jak i fizycznej.

- Uczestnicy będą pracować w grupach 3/4 osobowych na drobnych scenkach rodzajowych i wypracowywać najwłaściwsze rozwiązanie.
- W każdej grupie mamy 2-3 osoby zaangażowane w odgrywanie scenki
- i 1-2 obserwatorów (w scenkach negocjacyjnych będzie dwóch obserwatorów i dwóch uczestników, w scenkach mediacyjnych – 3 uczestników i jeden obserwator).
- Po odegraniu scenki obserwator będzie mógł wypowiedzieć się czy stronom udało się dojść do porozumienia i czy metody przez nich stosowane były skuteczne.
- Można też poprosić aby któraś grupa odegrała swoją scenkę przed pozostałymi uczestnikami.
- Jednocześnie przy omawianiu ćwiczenia zwracamy uwagę na to jaka metoda i jaka technika została wykorzystana do zażegnania sporu.

Ważne: cała grupa otrzymuje informacje dotyczące scenki, natomiast dodatkowo osoba mediująca/negocjująca (główny bohater scenki) dostaje wytyczne na temat swojej roli. Podziału w grupie można dokonać samodzielnie lub zlecić dokonanie takiego podziału samym uczestnikom.

---

## SCENKA 1.

Masz wyjątkowo zły dzień. W szkole dostałeś jedynkę, pokłóciłeś się z kolegą/koleżanką, a nauczyciel dodatkowo zadał bardzo dużo pracy domowej. A ty miałeś/łaś zamiar całe popołudnie grać na komputerze. Wykorzystaj technikę negocjacyjną do rozmowy z rodzicem na temat planów popołudniowych.

**Negocjacje:** dwustronny proces komunikowania się, którego celem jest osiągnięcie porozumienia, gdy przynajmniej jedna strona nie zgadza się z daną opinią lub z danym rozwiązaniem sytuacji. Negocjacje to sposób porozumienia się w celu rozwiązania konfliktu oraz dojścia do porozumienia obydwu stron, proces wzajemnego poszukiwania takiego rozwiązania, które satysfakcjonowałoby zaangażowane w konflikt strony. Wykorzystaj taktykę nazywaną „zdechła ryba”: Taktyka ta polega na dodawaniu przy omawianiu porozumienia (zazwyczaj gdzieś pod koniec negocjacji) warunku, którego spełnienie nie ma dla nas żadnego znaczenia, lecz druga strona silnie zareaguje na nasze żądanie i zacznie gwałtownie protestować. Wtedy wycofujemy swoje żądanie, ale w zamian prosimy o ustępstwo w innej kwestii.

## SCENKA 2.

Rodzice bardzo się pokłócili na temat planów wakacyjnych. Jedno z nich chce jechać nad morze, a drugie w góry. Kłótnia była głośna, padło wiele nieprzyjemnych słów i ostatecznie oboje stwierdzili, że nigdzie nie pojadą, jeśli druga strona nie ustąpi. Postaraj się być bezstronny/a i pogodź rodziców próbując wypracować jakieś porozumienie (bardzo zależy ci na wyjeździe wakacyjnym, niezależnie gdzie) jednocześnie ustalając dlaczego morze/góry są dla nich tak ważne. Wykorzystaj metodę mediacji.

**Mediacje:** metoda rozwiązywania sporów, w której osoba trzecia pomaga stronom we wzajemnej komunikacji, określeniu interesów i kwestii do dyskusji oraz dojściu do wspólnie akceptowalnego konsensu. Mediacja ma na celu stworzenie stronom warunków umożliwiających osiągnięcie dobrowolnego porozumienia, a nie narzucenie im jakiegoś autorytatywnego rozwiązania. Mediator ułatwia proces komunikacji, jednocześnie starając się nie ingerować w ustalenia podejmowane przez strony. Mediator może też ustalić zasady mediacji, np. nie krzyczymy na siebie, nie obrażamy się, rozmawiamy o konkretach, itp.



### SCENKA 3.

Dwóch kolegów na przerwie bardzo się pokłóciło o to, który jest lepszym graczem w piłkę nożną i powinien zostać kapitanem drużyny. Zaczynają obrażać się słownie a ty masz świadomość, że za chwilę dojdzie do przepychanki, a może nawet bójki. Spróbuj jej zapobiec stosując metodę mediacji.

**Negocjacje:** metoda rozwiązywania sporów, w której osoba trzecia pomaga stronom we wzajemnej komunikacji, określeniu interesów i kwestii do dyskusji oraz dojściu do wspólnie akceptowalnego konsensu. Mediacja ma na celu stworzenie stronom warunków umożliwiających osiągnięcie dobrowolnego porozumienia, a nie narzucenie im jakiegoś autorytatywnego rozwiązania. Mediator ułatwia proces komunikacji, jednocześnie starając się nie ingerować w ustalenia podejmowane przez strony. Mediator może też ustalić zasady mediacji, np. nie krzyczymy na siebie, nie obrażamy się, rozmawiamy o konkretach, itp.

### SCENKA 4.

Kłócisz się ze swoim bratem o komputer w domu. Oboje macie akurat czas, żeby pograć i żaden nie chce ustąpić. Wiesz, że za chwilę zaczniecie się przepychać, a wtedy wejdzie któryś z rodziców i żadne z Was nie będzie mógł pograć. Spróbuj się dogadać na spokojnie stosując technikę negocjacji.

**Negocjacje:** dwustronny proces komunikowania się, którego celem jest osiągnięcie porozumienia, gdy przynajmniej jedna strona nie zgadza się z daną opinią lub z danym rozwiązaniem sytuacji. Negocjacje to sposób porozumienia się w celu rozwiązania konfliktu oraz dojścia do porozumienia obydwu stron, proces wzajemnego poszukiwania takiego rozwiązania, które satysfakcjonowałoby zaangażowane w konflikt strony. Wykorzystaj taktykę nazywaną „Próbny balon”: Taktykę tę stosuje się do rozpoznania granic, do jakich możemy dojść w negocjacjach. Stawiamy pytania o hipotetyczną sytuację po to, aby wyciągnąć od drugiej strony informacje na temat możliwości ustępstw i dalszą rozmowę toczyć wokół tej właśnie oferty.

**PODSUMOWANIE:** poznaliście właśnie kilka metod radzenia sobie z konfliktami, których celem jest ich rozwiązanie, a nie podsycanie negatywnych emocji. Bazują one na spokojnych, pokojowych rozwiązaniach, dochodzeniu do porozumienia, i co najważniejsze: wspólnej rozmowie. To bardzo ważne umiejętności, jednak czasem mogą one nie wystarczyć.

## 4. Społeczny obowiązek zgłaszania przemocy – mini wykład (5 min)

Wykład możesz zacząć od słów:

Kiedy dowiadujemy się, że w naszym najbliższym otoczeniu, u sąsiadów, w rodzinie, pojawia się przemoc między osobami najbliższymi musimy mieć świadomość, że naszym obowiązkiem jest działania. Te osoby same sobie nie pomogą, potrzebują wsparcia z zewnątrz, a na każdym cięży społeczny obowiązek informowania organów ścigania, czyli Policji, o podejrzeniu popełnienia przestępstwa (jakim najczęściej jest przemoc w rodzinie). Stanowi o tym:

*Art. 304. § 1 kodeks postępowania karnego. Każdy, dowiedziawszy się o popełnieniu przestępstwa ściganego z urzędu, ma społeczny obowiązek zawiadomić o tym prokuratora lub Policję.*

- Przestępstwa ścigane z urzędu to takie, przy których Policja ma obowiązek działać, szukać dowodów i zbierać materiały w sprawie nawet w przypadku anonimowego zgłoszenia. Należą do nich: zabójstwo, ciężki uszczerbek na zdrowiu (np. w wyniku pobicia), narażenie na niebezpieczeństwo utraty życia lub zdrowia (np. gdy rodzic zamyka małe dziecko za karę na balkonie), pozbawienie wolności (np. gdy jeden z rodziców zamyka drugiego w domu bez możliwości wyjścia), zgwałcenie, znęcanie się (znęcanie się psychiczne i fizyczne – to najczęściej powoływany przepis w przypadku przemocy w rodzinie; mieści się tutaj zarówno bicie, jak i wyzwiska, czy groźby), bójka i pobicie.
- Są jeszcze przestępstwa ścigane na wniosek, czyli takie, gdzie Policja ma obowiązek działać tylko wtedy, gdy sama osoba pokrzywdzona przestępstwem złoży wniosek o ściganie. Po takim wniosku postępowanie toczy się już jednak z urzędu. Należą do nich: groźba karalna (gdy ktoś grozi nam pobiciem, a my faktycznie się tej groźby obawiamy), nękanie (np. nachodzenie kogoś w domu), zmuszanie do określonego zachowania, niszczenie cudzej rzeczy.

Mając tą wiedzę podajcie proszę konkretne sytuacje, w których należy zawiadomić Policję będąc świadkiem przestępstwa? Zastanówcie się nad takimi zachowaniami, które wypełniają znamiona przemocy w rodzinie, czyli mogą być elementem przemocy w rodzinie.

Grupa ma szansę na swobodne podawanie przykładów.

**PODSUMOWANIE:** jak widzicie nie tylko nie powinniśmy, ale także nie możemy być obojętni na przemoc w rodzinie. Prawo nakłada na nas pewne obowiązki i powinniśmy je realizować. Zastanówmy się więc jakie mamy możliwości działania, gdy w naszym otoczeniu pojawia się przemoc w rodzinie.



## 5. Reagowanie na przemoc – mini wykład i praca w grupach (15 min)

Ćwiczenie możesz zacząć od słów:

Zastanowimy się teraz jak możemy zareagować gdy w naszym najbliższym otoczeniu podejrzewamy występowanie przemocy w rodzinie. Zaczniemy od omówienia procedury „Niebieskiej Karty”, a następnie w grupach, na bazie przekazanych Wam informacji, zastanowicie się co można zrobić w konkretnej sytuacji.

Celem ćwiczenia jest pokazanie uczestnikom prawnych metod reakcji, w przypadku gdy stykają się z przemocą w rodzinie w najbliższym otoczeniu. Wyposażenie ich w odpowiednie narzędzia może uchronić w przyszłości lub pomóc w chwili obecnej rozwiązać jakiś kryzys.

**Ćwiczenie zaczyna się od przedstawienia historii:**

*Mieszkasz w bloku. W mieszkaniu obok mieszka rodzina z dwójką dzieci. Są to bardzo dobrzy sąsiedzi, mężczyzna zawsze miło się z Tobą wita, pyta jak w szkole. Rozmawia z rodzicami, żartują, itp. Dzieci spotykasz w szkole. Chłopiec jest starszy, ma około 10 lat. Raczej nie jest „duszą towarzystwa”, większość przerw spędza pod ścianą patrząc się na bawiące się dzieci. Dziewczynka jest młodsza, dopiero poszła do pierwszej klasy. Często płacze i boi się wszystkiego. Jej tata twierdzi, że to dlatego, że niedawno przeprowadzili się z innego miasta, a dodatkowo stresuje się szkołą i nową sytuacją. Bardzo rzadko spotykam matkę dzieci – po pracy od razu idzie do domu i tam spędza większość czasu. Jej mąż twierdzi, że żona jest odludkiem, woli dobrą książkę niż towarzystwo ludzi. Od pewnego czasu jednak wieczorami przez ściany słysząc jak w domu dochodzi do kłótni. Głos podnosi głównie mężczyzna, nie słysząc raczej krzyczącej kobiety czy dzieci, choć czasem słysząc też płacz. Czasem słysząc też jakby coś spadało na ziemię, tłuło się, uderzało o ścianę. Pojawiają się słowa takie jak: nieudacznik, głupek, idiota, darmozjad, itp. Czasem można odnieść wrażenie, że mężczyzna krzyczy na syna, a czasem na żonę lub córkę. Wczoraj w szkole widziałeś jak chłopiec tłumaczył się nauczycielce z podbitego oka, twierdząc, że uderzył się wstając z łóżka. Twoi rodzice podejrzewają, że w tym domu dzieje się coś niedobrego, ale nie bardzo wiedzą co można zrobić, jak zareagować lub jak pomóc tej rodzinie. Pozostali sąsiedzi twierdzą, że to nie ich problem i nie chcą się mieszać. Ty jednak czujesz, że coś trzeba zrobić. Tylko co?*

---

Po przeczytaniu historyjki prowadzący omawia zagadnienie Niebieskiej Karty, procedury stworzonej po to, aby pomagać osobom doświadczającym przemocy i takim, które przemoc stosują.

## NIEBIESKA KARTA –

jest to procedura, która zakłada podejmowanie interwencji w środowisku wobec rodziny dotkniętej przemocą.

- Jej wdrożenie nie wymaga zgody osoby dotkniętej przemocą.
- Obejmuje ona szereg czynności podejmowanych i realizowanych przez przedstawicieli jednostek organizacyjnych pomocy społecznej, gminnych komisji rozwiązywania problemów alkoholowych, Policji, oświaty i ochrony zdrowia (to właśnie oni w pierwszej kolejności zakładają „Niebieską Kartę”, czyli wypełniają odpowiednie formularze i przeprowadzają wstępne rozpoznanie).
- Przede wszystkim na wstępie przeprowadza się wywiad środowiskowy, ustala czy istnieje problem z przemocą, a następnie, w sposób bardzo elastyczny wdraża się rozwiązania, które mogą poprawić sytuację.
- Procedura prowadzona jest w ramach działania zespołów interdyscyplinarnych, w których skład wchodzi przedstawiciele: jednostek organizacyjnych pomocy społecznej, gminnej komisji rozwiązywania problemów alkoholowych, Policji, oświaty, ochrony zdrowia, organizacji pozarządowych. Mogą także być tam obecni kuratorzy sądowi, prokuratorzy, a także inne podmioty, które działają na rzecz przeciwdziałania przemocy w rodzinie. Tak szeroki wachlarz podmiotów pozwala na przyjmowanie bardzo elastycznych rozwiązań, dopasowanych do potrzeb danej rodziny.

Niebieską Kartę zakłada się rodzinie w której istnieje podejrzenie występowania przemocy. Przeprowadza się rozmowę z osobą doznającą przemocy i osobą stosującą przemoc. Wszystkie ważne kwestie zostają spisane, a sprawa trafia do zespołu interdyscyplinarnego, który najczęściej zbiera się w Ośrodku Pomocy Społecznej. Tam zapada decyzja o utworzeniu grupy roboczej (z części członków zespołu), która zajmie się daną rodziną. Opracowują oni plan działania na przyszłość, który ma wyeliminować problem przemocy. Plan może zawierać różne działania: pracę psychologiczną z osobą doznającą przemocy, skierowanie na terapię osoby stosującej przemoc (również terapię alkoholową, jeśli to jest problemem), wsparcie dzieci, itp. Procedura nie zakłada zmuszania kogokolwiek do jakiegokolwiek działania, a jedynie zachęcanie do wprowadzania zmian. Jednak jeśli rodzina będzie bardzo niechętna i odmówi współpracy, a grupa robocza uzna, że w domu dochodzi do znęcania się lub innego przestępstwa ściganego z urzędu, mają obowiązek zawiadomić organy ścigania, które będą prowadzić postępowanie karne przeciwko osobie stosującej przemoc.

---

Po omówieniu procedury dzielimy uczestników na grupy 4-5 osobowe. Będą mieli około 10 minut na przygotowanie różnych scenariuszy działania związanych z procedurą Niebieskiej Karty.

Każde zaprezentowanie rozwiązanie powinno zawierać informacje:

1. Co ja mogę zrobić w tej sytuacji?
2. Co mogą zrobić moi rodzice?
3. Kogo mogę zawiadomić o podejrzeniu przemocy w rodzinie?
4. Dlaczego wybrałem/łam akurat tą instytucję?
5. Jakich działań oczekuję/jakie działania wiem, że dana instytucja może podjąć

### Przykłady odpowiedzi:

1. Mogę porozmawiać z dziećmi w szkole, zapytać co słyszą, być dla nich miły.
2. Moi rodzice mogą interweniować w chwili awantur – dając znać, że nie godzą się na takie zachowanie.
3. Mogę zawiadomić nauczyciela w szkole/moi rodzice mogą zawiadomić dzielnicowego
4. Szkoła/dzielnicowy mogą wszcząć procedurę Niebieskiej Karty i sprawdzić co się dzieje w danej rodzinie.
5. Zadbana o bezpieczeństwo dzieci, interwencji w czasie awantur, kontroli sytuacji, próby zmiany zachowania mężczyzny – poprzez odpowiednie kursy, np. radzenia sobie z emocjami, czy też wsparcia kobiety – poprzez pomoc psychologiczną, itp.

**PODSUMOWANIE:** Podaliście tutaj dużo ciekawych rozwiązań, które są możliwe do zastosowania w praktyce. Jak widzicie nigdy nie należy ignorować przemocy, każdy z nas może zrobić coś, co sprawi, że osoby doświadczające przemocy poczują się lepiej, poczują, że mają wsparcie, że mogą się bronić, a osoba stosująca przemoc – że nigdy nie jest bezkarna.



---

## 6. Podsumowanie zajęć (3 min)

Możesz zacząć takimi słowami:

Właśnie dowiedzieliście się jak przemoc wpływa na członków rodziny, poznaliście metody rozwiązywania sporów w sposób kulturalny i bez przemocy, a także dowiedzieliście się co można zrobić, gdy w waszym najbliższym otoczeniu pojawia się przemoc w rodzinie. Teraz wystarczy tylko zastosować zdobytą tu wiedzę w praktyce!

W podsumowaniu warto wskazać najważniejsze zagadnienia, które zostały omówione podczas zajęć, pochwalić uczestników za aktywne uczestnictwo i podziękować za dobrze spędzony czas.

---

