

Załącznik nr 1 „Karta z kalendarza”

Karta z kalendarza

Dzień	Rola, którą pełniłem. Przedsięwzięcie, które realizowałem.

Załącznik nr 2 „Ankieta”

Czy wolność osobista jest potrzebna, aby być członkiem społeczeństwa, konkretnej społeczności i dodawać im wartość?

Niekoniecznie, gdyż jestem więźniem (studentem) i ...

- buduję przyjaźnie
- gram w różne gry wspólnie z kolegą, koleżanką, dzieckiem
- uczę się ufać ludziom
- uczestniczę w życiu rodzinnym
- nawiązuję nowe znajomości
- korzystam z czyjejs pracy twórczej (czytam książki, oglądam filmy, słucham muzyki)
- słucham ludzi
- zdarza się, że idę na kompromis z innymi ludźmi
- zastanawiam się nad sensem życia
- sprzątam
- przynajmniej raz w miesiącu pomagam komuś w jakiejś czynności, problemie
- przeżywam radość, smutek, gniew, żal
- dzielę się z jedną lub kilkoma osobami moimi pomysłami
- modłę się
- piszę wiersze, komponuję lub gram muzykę, rysuję, wyszywam
- dbam o swoje zdrowie i kondycję
- piszę listy
- przynajmniej raz w roku udzielam się charytatywnie
- korzystam z czyjejs pomocy, wsparcia
- głosuję w wyborach

..... (dopisz coś od siebie)