

Διαβάζεις στίχους που μιλούν
για την αλληλεγγύη
Προχώρα 1 βήμα μπροστά

You read poems that talk
about solidarity
Move 1 step forward

Ακολουθείς τη διαίσθησή σου
Προχώρα 1 βήμα μπροστά

You follow your intuition
Move 1 step forward

Εμπιστεύεσαι τους γονείς σου
και τα αδέρφια σου
Προχώρα 1 βήμα μπροστά

You trust your parents
and your siblings
Move 1 step forward

Μίλησες με ψυχολόγο
Προχώρα 2 βήματα μπροστά

You talked to the psychologist
Move 2 steps forward

Έχεις αισιοδοξία και πίστη ότι
στο τέλος θα γίνει το καλύτερο
Προχώρα 1 βήμα μπροστά

You are optimistic and you believe
that, in the end, the best will happen
Move 1 step forward

Έμαθες να σέβεσαι τα όριά σου
και τα όρια των άλλων
Προχώρα 1 βήμα μπροστά

You are accustomed to showing
respect to your borders
and the borders of others
Move 1 step forward

Βρήκες τρόπο να αμυνθείς
Προχώρα 2 βήματα μπροστά

You found a way to defend yourself
Move 2 steps forward

Πίστεψα στον εαυτό μου
Προχώρα 3 βήματα μπροστά

You believed in yourself
Move 3 steps forward

Λες συγγνώμη στους ανθρώπους που
έχεις στεναχωρήσει
Προχώρα 1 βήμα μπροστά

You apologise to people that
you have hurt
Move 1 step forward

Είσαι γενναίος/α
Προχώρα 1 βήμα μπροστά

You are brave
Move 1 step forward

Αποφάσισες να κινηθείς νομικά
Προχώρα 2 βήματα μπροστά

You decided to take legal action
Move 2 steps forward

Δεν είσαι μόνη/ος
Προχώρα 1 βήμα μπροστά

You are not alone
Move 1 step forward

Περπατάς στη φύση και απολαμβάνεις
την ομορφιά της
Προχώρα 1 βήμα μπροστά

You walk in the countryside
and enjoy its beauty
Move 1 step forward

Είσαι αυθόρμητος/η
Προχώρα 1 βήμα μπροστά

You are spontaneous
Move 1 step forward

Απευθύνθηκες στη Δίωξη
Ηλεκτρονικού Εγκλήματος
Προχώρα 2 βήματα μπροστά

You addressed the cyber crime
Move 2 steps forward

Βάζεις στόχους στη ζωή σου
Προχώρα 1 βήμα μπροστά

You have aims in your life
Move 1 step forward

Είσαστε όλοι/ες/α μαζί
Προχώρα 2 βήματα μπροστά

You are all together
Move 2 steps forward

Ακούς την κριτική των άλλων
και δεν επηρεάζεσαι
Προχώρα 2 βήματα μπροστά

You listen to other people's critic
but you are not influenced
Move 2 steps forward

Καλλιεργείς τα ταλέντα σου
Προχώρα 1 βήμα μπροστά

—————
You develop your talents
Move 1 step forward

Οι φίλοι σου σε υποστήριξαν
Προχώρα 1 βήμα μπροστά

—————
Your friends supported you
Move 1 step forward

Χώρισες από μια καταπιεστική σχέση
Προχώρα 2 βήματα μπροστά

—————
You broke up from a stressful
relationship
Move 2 steps forward

Αποδέχεσαι τη διαφορετικότητά σου
και σε αγκαλιάζεις
Προχώρα 1 βήμα μπροστά

—————
You accept everything different
and you embrace yourself
Move 1 step forward

Απο θεατής γίνεσαι βοηθός
και υπερασπίζεσαι το δίκιο
Προχώρα 2 βήματα μπροστά

—————
From a viewer you become an assistant
and a supporter of fairness
Move 2 steps forward

Έχεις φωνή και θα μιλάς
Προχώρα 2 βήματα μπροστά

—————
You can talk and you will express
yourself
Move 2 steps forward

Φροντίζεις με αγάπη και
στηρίζεις τον εαυτό σου
στις αποφάσεις του
Προχώρα 1 βήμα μπροστά

You take care of yourself
with love and you support
your decisions
Move 1 step forward

Απευθύνθηκες στους
καθηγητές σου
Προχώρα 2 βήματα μπροστά

You addressed your teachers
Move 2 steps forward

Είδες να χτυπάνε κάποιον
και αντέδρασες
Προχώρα 3 βήματα μπροστά

You saw some people hit someone
and you reacted
Move 3 steps forward

Έχεις έναν φίλο / μια φίλη που
εμπιστεύεσαι και σε στηρίζει
στα δύσκολα
Προχώρα 2 βήματα μπροστά

You have a friend that you trust
and he/she supports you
through thick and thin
Move 2 steps forward

Όταν νιώθεις μοναξιά, τραγουδάς
Προχώρα 1 βήμα μπροστά

When you feel lonely, you sing
Move 1 step forward

Αντιμετωπίζεις τα προβλήματα
με χαμόγελο
Προχώρα 2 βήματα μπροστά

You face your problems
with a smile
Move 2 steps forward

Όταν είσαι στενοχωρημένος/η,
ζωγραφίζεις
Προχώρα 1 βήμα μπροστά

When you are sad, you draw
Move 1 step forward

Είσαι μοναδική/ος
Προχώρα 1 βήμα μπροστά

You are unique
Move 1 step forward

Βρήκες 2 συμμάχους
Προχώρα 1 βήμα μπροστά

You found two supporters
Move 1 step forward

Έβγαλες μία δυνατή φωνή
για να σε ακούσουν
Προχώρα 2 βήματα μπροστά

You screamed in order others
to hear you
Move 2 steps forward

Βρήκες κι άλλους σαν εσένα,
γίνατε ομάδα και μπορέσατε
να τους/τις αντιμετωπίσετε
Προχώρα 2 βήματα μπροστά

You found other people like you,
you became a group and
managed to face them
Move 2 steps forward

Υποστηρίζεις τους φίλους σου
και τους συμμαθητές σου
όταν σε έχουν ανάγκη
Προχώρα 2 βήματα μπροστά

You support your friends and
your classmates when
they are in need
Move 2 steps forward

Μίλησες στους γονείς σου
για το συμβάν
Προχώρα 3 βήματα μπροστά

You discussed the event with
your parents
Move 2 steps forward

Η γυμναστική σε βοηθά ώστε
να νοιώσεις καλύτερα
Προχώρα 2 βήματα μπροστά

Taking exercise helps you
feel better
Move 2 steps forward

Ακούς την εσωτερική σου φωνή
Προχώρα 1 βήμα μπροστά

You follow your inner voice
Move 1 step forward

Ξεκίνησες πολεμικές τέχνες
για αυτοάμυνα
Προχώρα 1 βήμα μπροστά

You took martial arts up to
defend myself
Move 1 step forward

Αγαπάς τη ζωή και λες ευχαριστώ
κάθε μέρα για τα δώρα που
σου προσφέρει
Προχώρα 2 βήματα μπροστά

You love your life and say
«thanks» for what it
offers you daily
Move 2 steps forward

Αντιμετωπίζεις τα προβλήματά σου
με ψυχραιμία
Προχώρα 2 βήματα μπροστά

You face your problems with coolness
Move 2 steps forward

Φροντίζεις τον εαυτό σου και την
οικογένειά σου
Προχώρα 1 βήμα μπροστά

You take care of yourself
and your family
Move 1 step forward

Έχεις εμπιστοσύνη στον εαυτό σου
Προχώρα 1 βήμα μπροστά

You trust yourself
Move 1 step forward

Εκφράζεσαι ελεύθερα
Προχώρα 1 βήμα μπροστά

You express yourself deliberately
Move 1 step forward

Έχεις δύναμη μέσα σου
Προχώρα 1 βήμα μπροστά

You have strength inside you
Move 1 step forward

Χορεύεις τα αγαπημένα σου τραγούδια
που μιλάνε για τη χαρά
Προχώρα 1 βήμα μπροστά

You dance your favourite songs
that are about joy
Move 1 step forward

Ξαναβρήκες το μίτο της Αριάδνης
Προχώρα 2 βήματα μπροστά

You found the clew again
Move 1 step forward

Σε κοροϊδεύουν για τα κιλά σου
Κάνε 1 βήμα πίσω

They fool you for your overweight
Move 1 step backwards

Σε κλείδωσαν στο μπάνιο
Κάνε 1 βήμα πίσω

Someone locked you in the WC
Move 1 step backwards

Δεν γελάς δυνατά γιατί σου λένε
πως έχεις τρομακτικό γέλιο
Κάνε 1 βήμα πίσω

You avoid laughing loudly because
they tell you your laughter
is frightening
Move 1 step backwards

Η λύση είναι να ασκήσεις
και εσύ βία
Κάνε 3 βήματα πίσω

The only solution is to
use violence, as well
Move 3 steps backwards

Σε μειώνουν επειδή είσαι κορίτσι
Κάνε 1 βήμα πίσω

They humiliate you because
you are a girl
Move 1 step backwards

Ντρέπεσαι
Κάνε 1 βήμα πίσω

You feel ashamed
Move 1 step backwards

Έβαλαν φωτιά στα πράγματά σου
Κάνε 1 βήμα πίσω

They put fire on my possessions
Move 1 step backwards

Οι γονείς σου είναι μετανάστες
και σε κοροϊδεύουν για
την καταγωγή σου
Κάνε 1 βήμα πίσω

Your parents are refugees/migrants
and they tease you
for your origins
Move 1 step backwards

Νοιώθεις ότι δεν μπορείς
να καταφέρεις τίποτα
Κάνε 1 βήμα πίσω

You feel you can do nothing
Move 1 step backwards

Επηρεάζεσαι από τα αρνητικά
σχόλια των άλλων
Κάνε 2 βήματα πίσω

Other people's negative comments
affects you
Move 2 steps backwards

Προκαλείς καβγάδες γιατί νοιώθεις
πιο δυνατός/ή
Κάνε 2 βήματα πίσω

You challenge an argument because
you feel stronger
Move 2 steps backwards

Αποφάσισες να σταματήσεις
το σχολείο
Κάνε 4 βήματα πίσω

You decided to give up school
Move 4 steps backwards

Νομίζεις πως αν πεις σε κάποιον/α
όσα σκέφτεσαι, θα σε περάσει για
τρελό/ή
Κάνε 2 βήματα πίσω

You think that if you tell anyone your
thoughts, they will think you are crazy
Move 2 steps backwards

Πιστεύεις ότι όλοι θέλουν
να σε βλάψουν
Κάνε 1 βήμα πίσω

You believe that everyone wants
to do harm to you
Move 1 step backwards

Σε χτύπησαν γιατί είσαι ομοφυλόφιλος
Κάνε 1 βήμα πίσω

You were hit because you are homosexual
Move 1 step backwards

Σε απείλησαν οτι αν μιλήσεις
θα βρεις το μετέ σου
Κάνε 1 βήμα πίσω

You were threatened that if you
opened your mouth,
you would be in trouble
Move 1 step backwards

Σταμάτησες να μιλάς με τους
φίλους και τις φίλες σου
Κάνε 2 βήματα πίσω

You stopped talking to your friends
Move 2 steps backwards

Φοβάσαι για τα χειρότερα
Κάνε 1 βήμα πίσω

You fear for the worst to come
Make 1 step backwards

Κλείνεσαι στον εαυτό σου
Κάνε 1 βήμα πίσω

You keep to yourself
Move 1 step backwards

Δεν βγαίνεις έξω γιατί είσαι κοντή
και νοιώθεις άβολα
Κάνε 1 βήμα πίσω

You avoid going out because you
are short and you feel uncomfortable
Move 1 step backwards

Στο τέλος, θα αποτύχεις
είναι σίγουρο
Κάνε 1 βήμα πίσω

In the end, it is certain
that you will fail
Move 1 step backwards

Έπεσες πάνω στο Μινώταυρο
Χάνεις έναν γύρο

You bumped onto Minotaurus
You miss a round

Νοιώθεις πως δε σε αγαπάει κανείς
Κάνε 1 βήμα πίσω

You feel that nobody loves you
Move 1 step backwards

Δεν αντέδρασες
Κάνε 2 βήματα πίσω

You did nothing to react
Move 2 steps backwards

Νοιώθεις πως και να μιλήσεις σε
κάποιον/α δε θα μπορέσει να σε βοηθήσει
Κάνε 2 βήματα πίσω

You feel that even if you talk to someone,
you will be helpless
Move 2 steps backwards

Δημοσίευσαν προσωπικές σου
φωτογραφίες
Κάνε 2 βήματα πίσω

You had your private photographs
published
Move 2 steps backwards

Ρίχνεις το φταιξιμο των άλλων
πάνω σου
Κάνε 2 βήματα πίσω

You blame yourself for other's faults
Move 2 steps backwards

Σου έφτιαξαν ψεύτικο προφίλ
Κάνε 1 βήμα πίσω

Someone made a fake social profile
for you
Move 1 step backwards

Σου λένε συνέχεια οτι έχεις μεγάλα αυτιά
Κάνε 1 βήμα πίσω

They always tell you that you have
big ears
Move 1 step backwards

Σε κάνουν να νοιώθεις άσχημα
για τα ρούχα που φοράς
Κάνε 1 βήμα πίσω

They make you feel bad
for the clothes you wear
Move 1 step backwards

Τρόμαξες;
Κάνε 1 βήμα πίσω

Were you frightened?
Move 1 step backwards

Δε νοιώθεις ασφαλής με κανέναν
και με καμία
Κάνε 2 βήματα πίσω

Nobody makes you feel safe
Move 2 steps backwards

Χλευάζεις τους άλλους/τις άλλες
Κάνε 2 βήματα πίσω

You laugh at other's face
Move 2 steps backwards

Συνεχώς αφήνεις να σε αγχώνει
η κατάσταση
Κάνε 1 βήμα πίσω

You always let the situation
to make you anxious
Move 1 step backwards

Φοβάσαι πως δε θα
ασχοληθεί κανείς μαζί σου
Κάνε 2 βήματα πίσω

You fear that nobody will
get interested in you
Move 2 steps backwards

Σε απειλεί πως θα δημοσιεύσει
φωτογραφίες σου αν δεν δεχτείς να βγεις
ραντεβού μαζί του/της
Κάνε 1 βήμα πίσω

He/she threatens you that if you do not
accept to date him/her, he/she will
publish your private photos
Move 1 step backwards

Αδιαφορείς και διασκεδάζεις όταν
χτυπάνε κάποιον/α συμμαθητή/τρια σου
Κάνε 3 βήματα πίσω

You do not care and you like it when
one of your classmates is beaten
Move 3 steps backwards

Δεν πρέπει να μιλήσεις στους
καθηγητές και τους γονείς σου
Κάνε 1 βήμα πίσω

You should not talk to your
teachers and your parents
Move 1 step backwards

Χάνεις την αυτοεκτίμησή σου
Κάνε 1 βήμα πίσω

You lose your self-esteem
Move 1 step backwards

Κρίνεις συνέχεια τον εαυτό σου
Κάνε 2 βήματα πίσω

You always criticise myself
Move 2 steps backwards

Νοιώθεις μειονεκτικά όταν είσαι
με άλλους/άλλες
Κάνε 2 βήματα πίσω

You feel inferior when you are
among others
Move 2 steps backwards

Έχασες το μίτο
Κάνε 3 βήματα πίσω

You lost the clew
Move 3 steps backwards

Δε ζήτησες βοήθεια
Κάνε 3 βήματα πίσω

You did not ask for help
Move 3 steps backwards

Σου κατέβασαν το παντελόνι
Κάνε 1 βήμα πίσω

Someone pulled your trousers down
Move 1 step backwards

Αναγκάστηκες να αλλάξεις
δουλειά γιατί όλα τα μάτια
ήταν στραμμένα πάνω σου
Κάνε 3 βήματα πίσω

You had to change a job
because everybody was
looking at you
Move 2 steps backwards

Επιζητάς την προσοχή των άλλων
με όποιον τρόπο μπορείς
Κάνε 2 βήματα πίσω

You look for other's attention
in any possible way
Move 2 steps backwards

Είναι ντροπή να πας σε ψυχολόγο
Κάνε 1 βήμα πίσω

It is a shame to talk to a psychologist
Move 1 step backwards

Κρατιέσαι σιωπηλή/ος
Κάνε 1 βήμα πίσω

You stay silent
Move 1 step backwards

Χόρευε με κάποιον/α από
τους/τις συμπαίκτες σου

Dance with one of your
partners

Πες μια όμορφη στιγμή της
σημερινής ημέρας

Share a beautiful moment
of today

Κάνε με παντομίμα τις λέξεις:
χαρά, αγάπη

Pantomime the words:
joy, love

Κάνε μια αστεία γκριμάτσα
Όλοι/ες πρέπει να την επαναλάβουν

Make a funny face
Everyone playing should repeat it

Κάντε μια ομαδική αγκαλιά

Hug each other as a group

Πες δυο θετικά πράγματα για σένα

Say two positive things for yourself

Γελάστε δυνατά

Laugh loudly

Ό, τι και να έτυχες, πάρε μια
κόκκινη κάρτα

Whatever you got,
take a red card

Γαργάλησε το άτομο δίπλα σου,
και εκείνο το διπλανό του
μέχρι να επιστρέψει το γαργαλητό σ' εσένα

Tickle the person next to you
and continue the circle
until it comes back to you

Πες δυο θετικά για κάποιον/α
συμπαίκτη σου

Say two positive things
for one of your partners

Επανάλαβε 3 φορές:
Είμαι μοναδικός/ή και υπέροχος/η
Μπορώ να πετύχω ό, τι αποφασίσω στη
ζωή μου

Repeat 3 times:
I am unique and superb
I can succeed in anything I decide
in my life

Πες ένα τραγούδι για να
ξορκίσεις το κακό!

Sing a song to exorcise the evil