



Co-funded by
the European Union



Seen
& Heard



HEAR
OUR
VOICES

LASST
UNS
MITREDEN

ISIMGHU
LEHINNA

USŁYSZCIE
NASZ GŁOS

SITA BRAHMACHARI & CHRIS RIDDELL



Hear Our Voices

Lasst Uns Mitreden

Isinghu Lehinna

Usłyszcie nasz głos





Hear Our Voices
Lasst Uns Mitreden
Isingħu Lehinna
Usłyszcie nasz głos

Written by **Sita Brahmachari**

Illustrated by **Chris Riddell**

Curated by **Amnesty International Poland**



**Seen
& Heard**

YOUNG PEOPLE'S VOICES & FREEDOM OF EXPRESSION



WALKER
BOOKS

Seen and Heard: Young People's Voices and Freedom of Expression is a project led by the University of Malta in collaboration with Amnesty International Poland, Humboldt-

Universität zu Berlin and the University of Wrocław.

It is co-funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the authors only and do not necessarily reflect those of the European Union. Neither the European Union nor the granting authority can be held responsible for them.

Hear Our Voices © 2026 Amnesty International Poland,
on behalf of the EU co-funded project *Seen and Heard:
Young People's Voices and Freedom of Expression*
2023-1-MT01-KA220-HED-000154169

<https://seenandheardproject.eu>

Poem © 2026 Sita Brahmachari
Illustrations © 2026 Chris Riddell

All rights reserved. No part of this book may be used for training artificial intelligence agencies.

Printed and bound by CPI Group (UK) Ltd, Croydon, Surrey CR0 4YY

ISBN 978-83-948139-8-7



This book was inspired and informed by all
the young people of *Seen and Heard*

*To the young people of **Seen and Heard**,*

This book is for you. It's a communal poem made up of your worries, hopes and ideas – thank you for sharing them with us!

More than six hundred of you from over fifty countries took part in *Seen and Heard* workshops in Malta, Germany and Poland. You told us what it's like to be a young person today, and we learned that if the world were in your hands it would be a safer and more welcoming place. You taught us a lot.

Together we explored freedom of expression, which is a superpower human right that includes voice, creative expression, peaceful protest and finding and sharing knowledge. We shared your words, drawings and videos with Sita Brahmachari and Chris Riddell, who were inspired! Sita distilled everything into the communal poem in this book, and Chris illustrated it.

At *Seen and Heard* we've found that togetherness brings strength. We all have the power to be kind and to speak up for each other, which are important acts of resistance and change.

Thank you for your energy, care and creativity – we see you, we hear you!

*With love and respect, the adults of **Seen and Heard***

*An die jungen Menschen von **Seen and Heard**,*

dieses Buch ist für euch. Es handelt sich dabei um ein gemeinschaftlich entstandenes Gedicht, das aus euren Sorgen, Hoffnungen und Ideen entstanden ist – vielen Dank, dass ihr sie mit uns geteilt habt!

Mehr als sechshundert von euch, aus über fünfzig Ländern, haben an den *Seen and Heard*-Workshops in Malta, Deutschland und Polen teilgenommen. Ihr habt uns erzählt, wie es euch als junger Mensch heute geht, und wir haben gelernt, dass die Welt in euren Händen sicherer und freundlicher wäre. Ihr habt uns viel beigebracht.

Gemeinsam haben wir uns mit der Meinungsfreiheit beschäftigt, einer Superkraft unter den Menschenrechten, die die freie Meinungsäußerung, den kreativen Ausdruck, den friedlichen Protest sowie das Erlangen und Teilen von Wissen umfasst. Wir haben eure Worte, Zeichnungen und Videos mit Sita Brahmachari und Chris Riddell geteilt, die inspiriert waren! Sita hat alles in dem Gemeinschaftsgedicht in diesem Buch zusammengefasst, und Chris hat es illustriert.

Bei *Seen and Heard* haben wir festgestellt, dass Zusammengehörigkeit Stärke hervorbringt. Wir alle haben die Kraft, freundlich zu sein und füreinander einzutreten, was wichtige Akte des Widerstands und der Veränderung sind.

Danke für eure Energie, eure Fürsorge und eure Kreativität – wir sehen euch, wir hören euch!

*Mit Liebe und Respekt, die Erwachsenen von **Seen and Heard***

Liċ-ċkejknin ta' Seen and Heard,

Dan il-ktieb għalik. Hu poeżija komunali magħmula mill-inkwiet, mit-tamiet u mill-ideat tagħkom – grazzi talli qsamtuhom magħna!

Iktar minn sitt mija minnkom f'izjed minn ħamsin pajjiż ħadtu sehem fil-laboratorji ta' *Seen and Heard* f'Malta, il-Ġermanja u l-Polonja. Intom għedtulna xi jfisser li tkun persuna żgħira llum il-ġurnata, u aħna tgħallimna li, li kieku d-dinja kienet f'idejkom, kieku post ferm iżjed sigur u akkoljenti. Intom għallimtuna ħafna.

Flimkien esplorajna l-libertà tal-espressjoni, li hija superpoter tad-dritt uman u li tinkludi l-vuċi, l-espressjoni kreattiva, il-protesti paċifiċi, u t-tiftixa u l-qsim tal-għarfien. Qsamna kliemkom, it-tpiġġijiet u l-filmati tagħkom ma' Sita Brahmachari u Chris Riddell, li kienu ispirati! Sita ddistillat kollox f'poeżija komunali f'dan il-ktieb, u Chris illustraha!

Permezz ta' *Seen and Heard* skoprejna li l-għaqda gġib is-saħħa. Kollha kemm aħna għandna l-poter li nkunu qalbna tajba u li naqbru għal xulxin; atti imporanti ta' rezistenza u bidla.

Grazzi tal-enerġija, l-attenzjoni u l-kreattività tagħkom – aħna narawkom, aħna ntukom widen!

Bi mħabba u rispezz, l-adulti ta' Seen and Heard

Do młodych osób i dzieci z Seen and Heard,

ta książka jest dla Was. To wspólny wiersz napisany w oparciu o Wasze obawy, nadzieje i pomysły – dziękujemy, że zechcieliście się nimi podzielić!

Ponad sześćset osób z ponad pięćdziesięciu krajów wzięło udział w warsztatach *Seen and Heard* na Malcie, w Niemczech i w Polsce.

Dzięki temu mogliśmy lepiej zrozumieć, jak to jest być dziś młodą osobą – i zobaczyć, że gdyby świat był w Waszych rękach, byłby bezpieczniejszym i bardziej gościnnym miejscem. Dużo się od Was nauczyliśmy.

Razem odkrywaliśmy znaczenie wolności słowa – supermocy wśród praw człowieka, która obejmuje wyrażanie swojego zdania, twórczą ekspresję, pokojowy protest, poszukiwanie informacji i dzielenie się wiedzą.

Wasze słowa, rysunki i nagrania zainspirowały Sitę Brahmachari i Chrisa Riddella.

Sita ułożyła z nich wspólny wiersz, a Chris opowiedział go obrazami.

W *Seen and Heard* odkryliśmy, że wspólnota daje siłę.

Każda i każdy z nas ma moc, by okazywać życzliwość i stawać w obronie innych – to ważne gesty odwagi, które naprawdę zmieniają świat.

Dziękujemy za Waszą energię, troskę i kreatywność – widzimy Was i słyszymy Was!

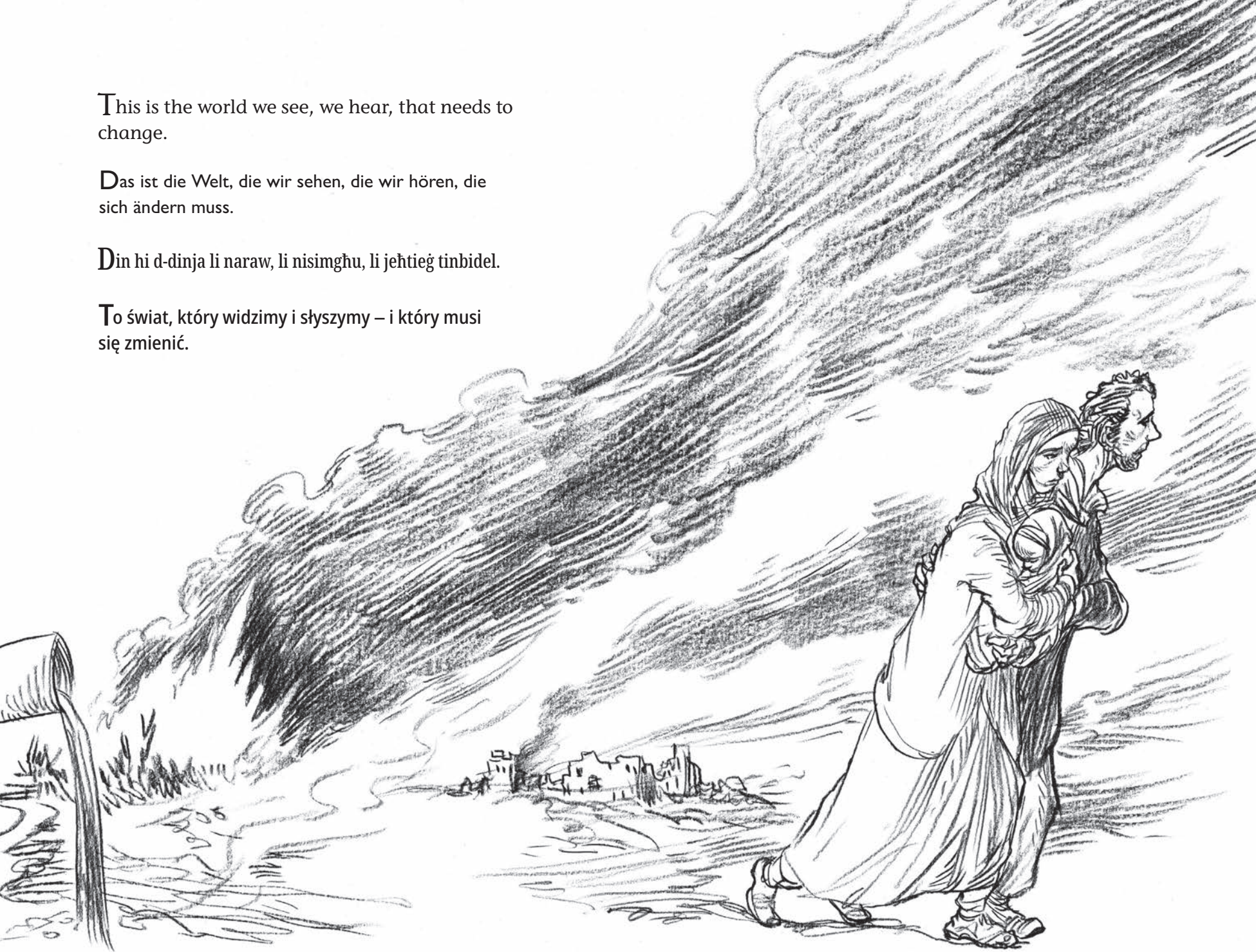
Z sympatią i szacunkiem, dorośli z Seen and Heard

This is the world we see, we hear, that needs to change.

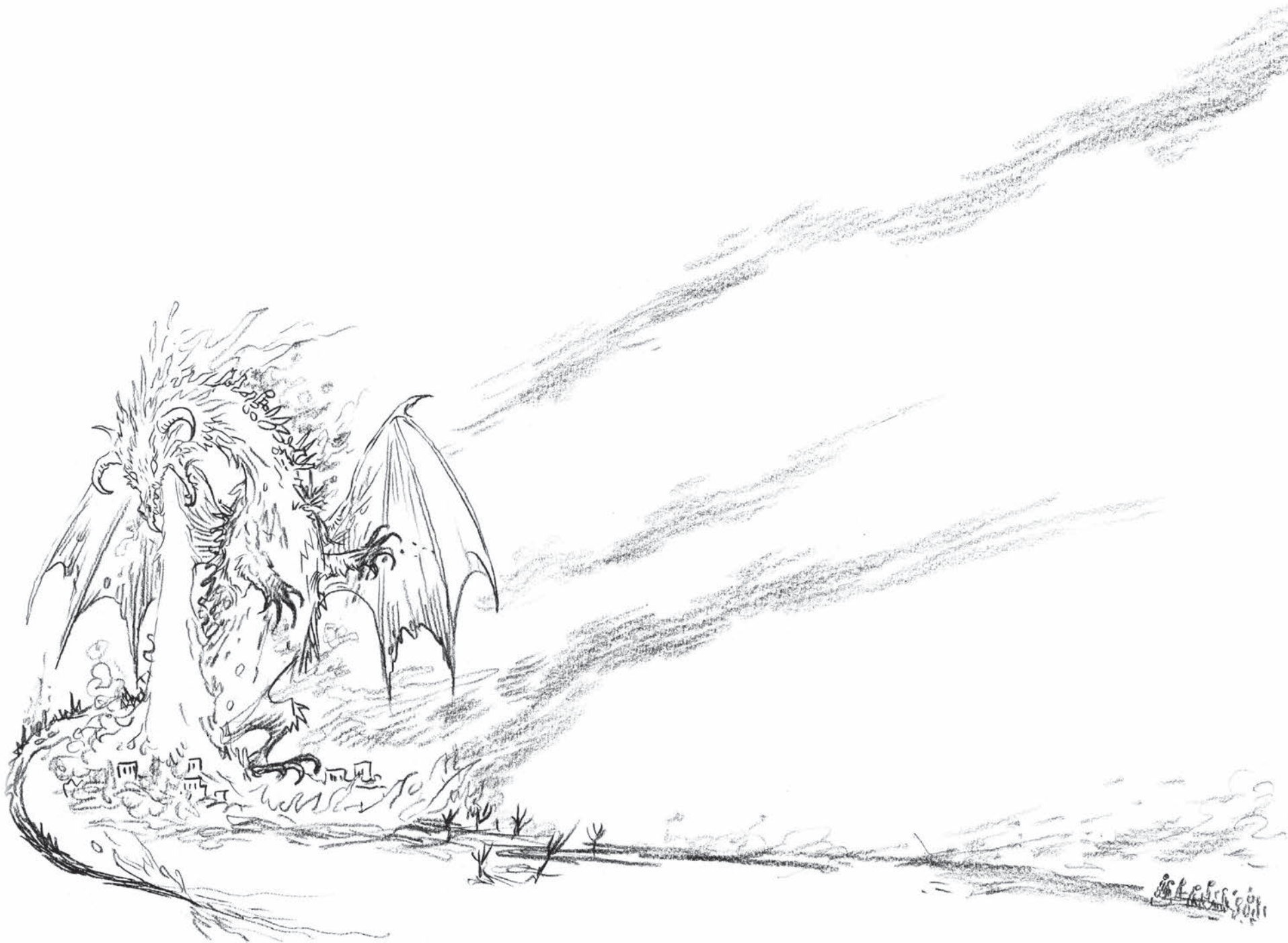
Das ist die Welt, die wir sehen, die wir hören, die sich ändern muss.

Din hi d-dinja li naraw, li nisimghu, li jehtieg tinbidel.

To świat, który widzimy i słyszymy – i który musi się zmienić.







Welcome to our Freedom of Expression Festival,
where we, the young of this world,
shine a light
on children's rights.

Willkommen zu unserem Fest der Meinungsfreiheit!
Wir Kinder der Welt fordern Aufmerksamkeit
Für unsere Rechte, deshalb sind wir hier.
Für die Rechte der Kinder,
Denn das sind wir.

Merħba għall-Festival tal-Libertà tal-Espressjoni
tagħna,
fejn aħna, iż-żgħar ta' did-dinja
nixħtu dawl
fuq id-drittijiet tat-tfal.

Witajcie na naszym Festiwalu Wolności Słowa,
gdzie my, dzieci tego świata,
rozświelimy wam drogę
do praw dziecka.



Humans of every generation,
community, nation
join hands in unity,
wearing our cloak of rights with pride.

Menschen aller Generationen,
Gemeinschaften, Orte und Nationen,
Reicht euch die Hände in Einigkeit,
Tragt stolz euren Mantel der Gerechtigkeit!

Nies ta' kull generazzjoni, komunità, nazzjon
żommu jdejn xulxin, magħqudin,
lebsin il-kappa taġna tad-drittijiet, kburin.

Wywodzicie się z różnych pokoleń, społeczności
i narodów
– weźcie się teraz za ręce
i z dumą włożcie pelerynę naszych praw.



SOLIDARNOSC
SOLIDARJETÀ
SOLIDARITY
SOLIDARITÄT

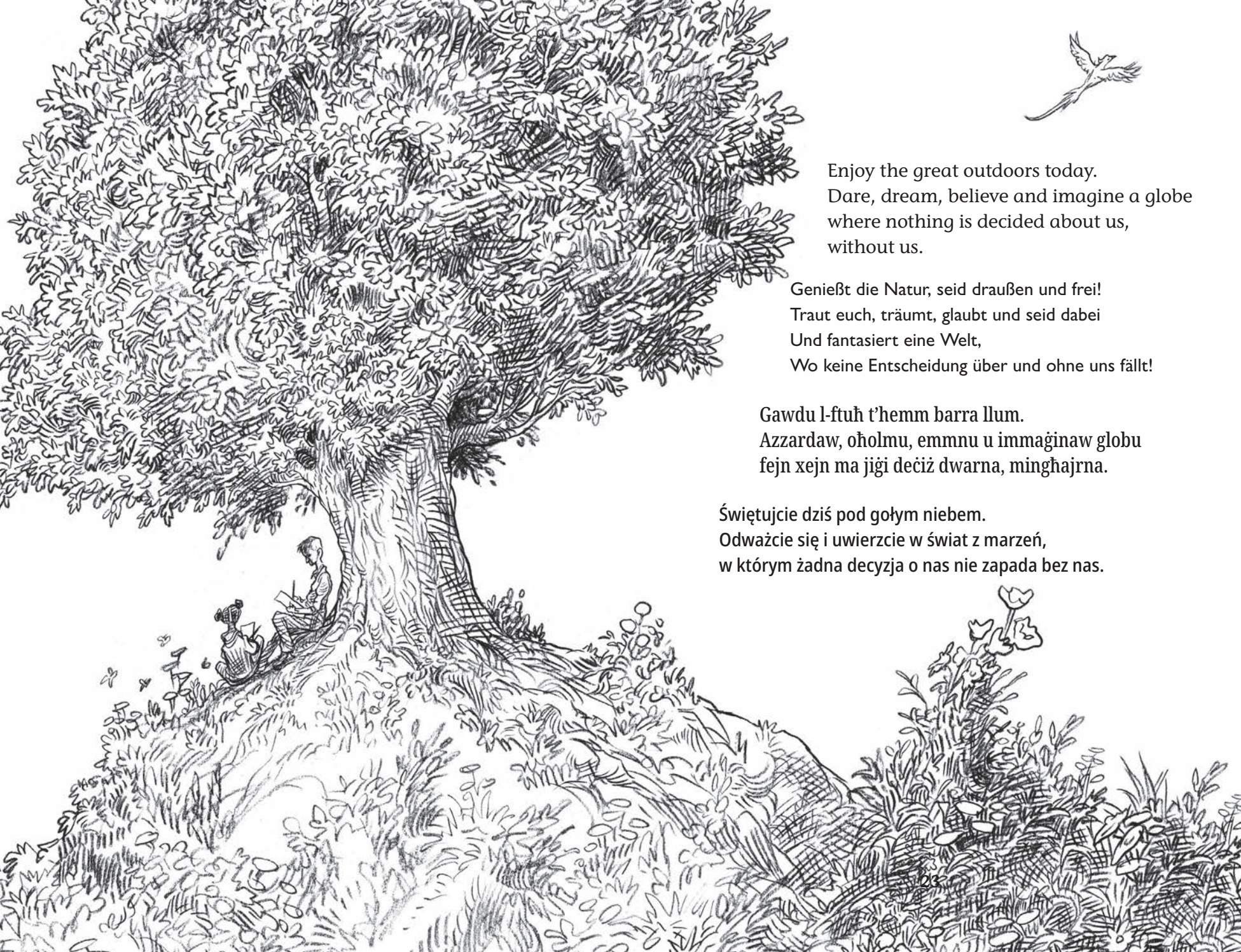
Hear our voices.
Set minds, hearts and imaginations free
in a communal act of creativity.

Hört unsere Stimmen!
Lasst Gedanken, Herzen und Vorstellungen freien Lauf!
Wenn wir gemeinsam Ideen erfinden
Hält niemand uns dabei auf.

Isingħu lehinna.
Illibera w l-imħuħ, il-qlub, u
l-immaġinazzjonijiet
f'att komunal ta' kreattività.

Wysłuchajcie nas.
Otwórzcie umysły i serca, i oczy
wyobraźni
we wspólnym akcie twórczym.



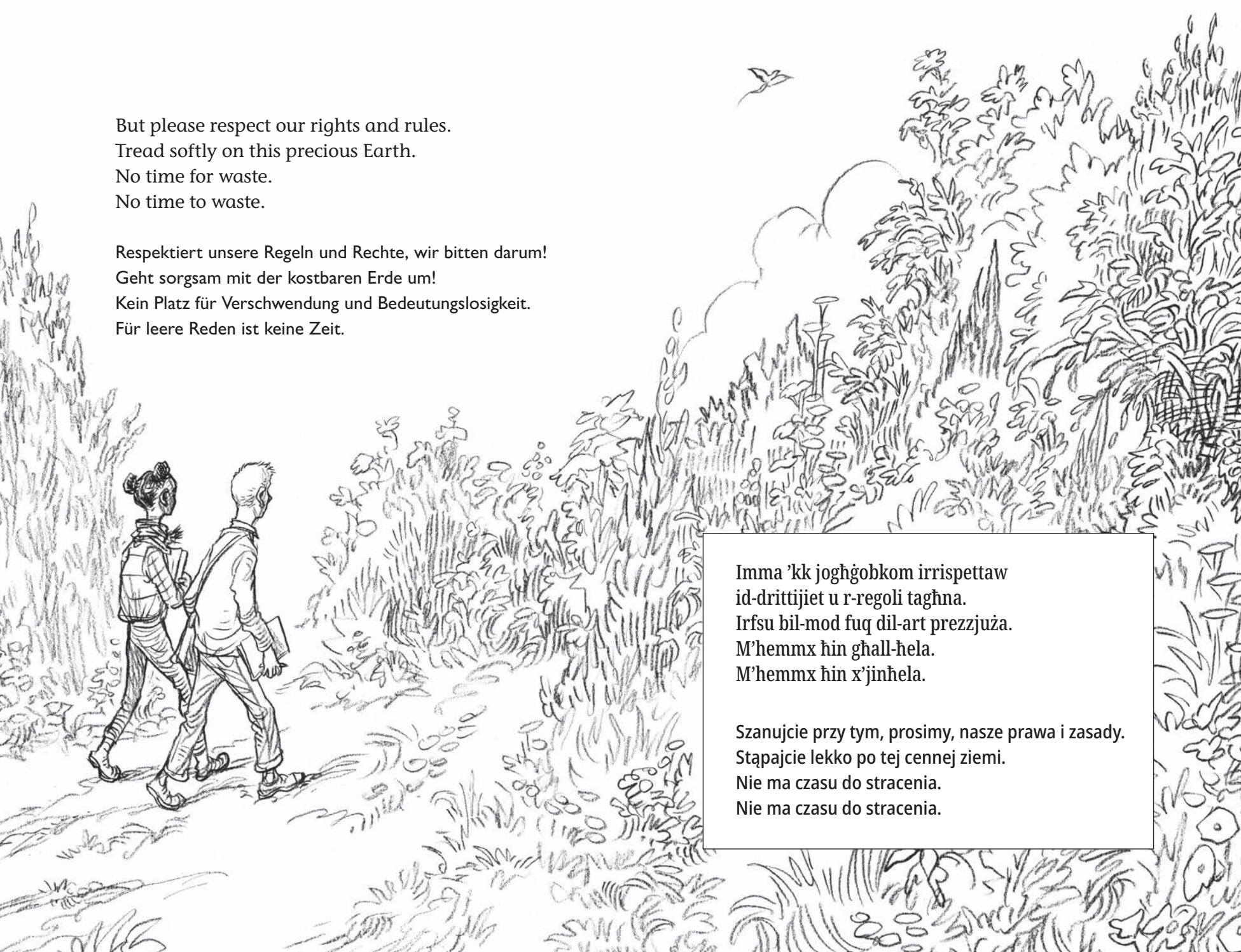


Enjoy the great outdoors today.
Dare, dream, believe and imagine a globe
where nothing is decided about us,
without us.

Genießt die Natur, seid draußen und frei!
Traut euch, träumt, glaubt und seid dabei
Und fantasiert eine Welt,
Wo keine Entscheidung über und ohne uns fällt!

Gawdu l-ftuħ t'hemm barra llum.
Azzardaw, oħolmu, emmnu u immaginaw globu
fejn xejn ma jiġi deciż dwarna, mingħajrna.

Świętujcie dziś pod gołym niebem.
Odważcie się i uwierzcie w świat z marzeń,
w którym żadna decyzja o nas nie zapada bez nas.



But please respect our rights and rules.
Tread softly on this precious Earth.
No time for waste.
No time to waste.

Respektiert unsere Regeln und Rechte, wir bitten darum!
Geht sorgsam mit der kostbaren Erde um!
Kein Platz für Verschwendung und Bedeutungslosigkeit.
Für leere Reden ist keine Zeit.

Imma 'kk joghġobkom irrispettaw
id-drittijiet u r-regoli tagħna.
Irsu bil-mod fuq dil-art prezżjuża.
M'hemmx hin għall-hela.
M'hemmx hin x'jinhela.

Szanujcie przy tym, prosimy, nasze prawa i zasady.
Stąpajcie lekko po tej cennej ziemi.
Nie ma czasu do stracenia.
Nie ma czasu do stracenia.



Enter first the Garden of Rights –
our safe space.

All who believe that children should be seen
and heard:

Stay awhile, to sow words and art for a new
generation.

In den Garten der Rechte kommt herein!

Fühlt euch in unserem Schutzraum daheim!

An alle, die daran glauben „Kinder sollte man hören
und sehen“,

Bleibt ein Weilchen, lasst uns Kunst und Worte säen!
Eine neue Generation soll entstehen.

L-ewwel, idhlu fi Ġnien id-Drittijiet –
l-ispazju sigur taghna.

Dawk kollha li jemmnu li t-tfal għandhom
jidhru u jinstemgħu
ibgħu ftit, biex tiżirgħu kliem u arti
għal generazzjoni ġdida.

Najpierw zapraszamy was do Ogrodu Praw –
Naszej bezpiecznej przestrzeni.

Wszyscy, którzy wierzycie, że dzieci ma być i
widać, i słycać,
wstąpcie tu, żeby zasiać słowa i sztukę dla
przyszłych pokoleń.



Come this way, global families, communities.
Spread roots and branches
respecting:
cultures, histories, beliefs, identities, memories
of all of us set to inherit this Earth.

Hier entlang,
Familien und Gemeinschaften aus aller Welt!
Schlagt Wurzeln und treibt Äste,
Respektiert Kulturen und ihre Feste,
Glauben, Identitäten, Erinnerungen und Geschichten,
Um für alle, die diese Welt erben, etwas Gutes zu
errichten!

Ejjew 'l hawn, familji globali, komunitajiet.
Ifirxu għeruq u friegħi
waqt li nirrispettaw il-kulturi, ġrajjet, twemmin,
identitajiet, il-memorji
tagħna kollha li se nirtu did-dinja.

Tędy, społeczności świata – globalne rodziny!
Zapuszczajcie korzenie i rozkładajcie gałęzie
w szacunku dla kultur, historii, przekonań,
tożsamości i wspomnień.
Wszyscy jesteśmy dziećmi tej ziemi.

Our newborns lead the way ...
gulping life, seeking light,
travelling this globe through time,
playing once-upon-a-story chimes.

Unsere Aller kleinsten gehen voraus,
Verschlingen das Leben, suchen das Licht,
Bereisen diesen Globus durch die Zeit und hinaus.
Denken sich lieblich klingende "Es war einmal" –
Geschichten aus.

It-trabi tagħna juru t-triq ...
jibilgħu l-ħajja, ifittxu d-dawl
jivjaġġaw dal-globu tul iż-żmien
idoqqu d-daqq ta'-darba-fost-storja.

Drogę wskazują nowonarodzeni:
zachłystują się życiem,
idą za światłem
przez świat, przez czas,
grają na dzwoneczkach baśni z dawnych lat.

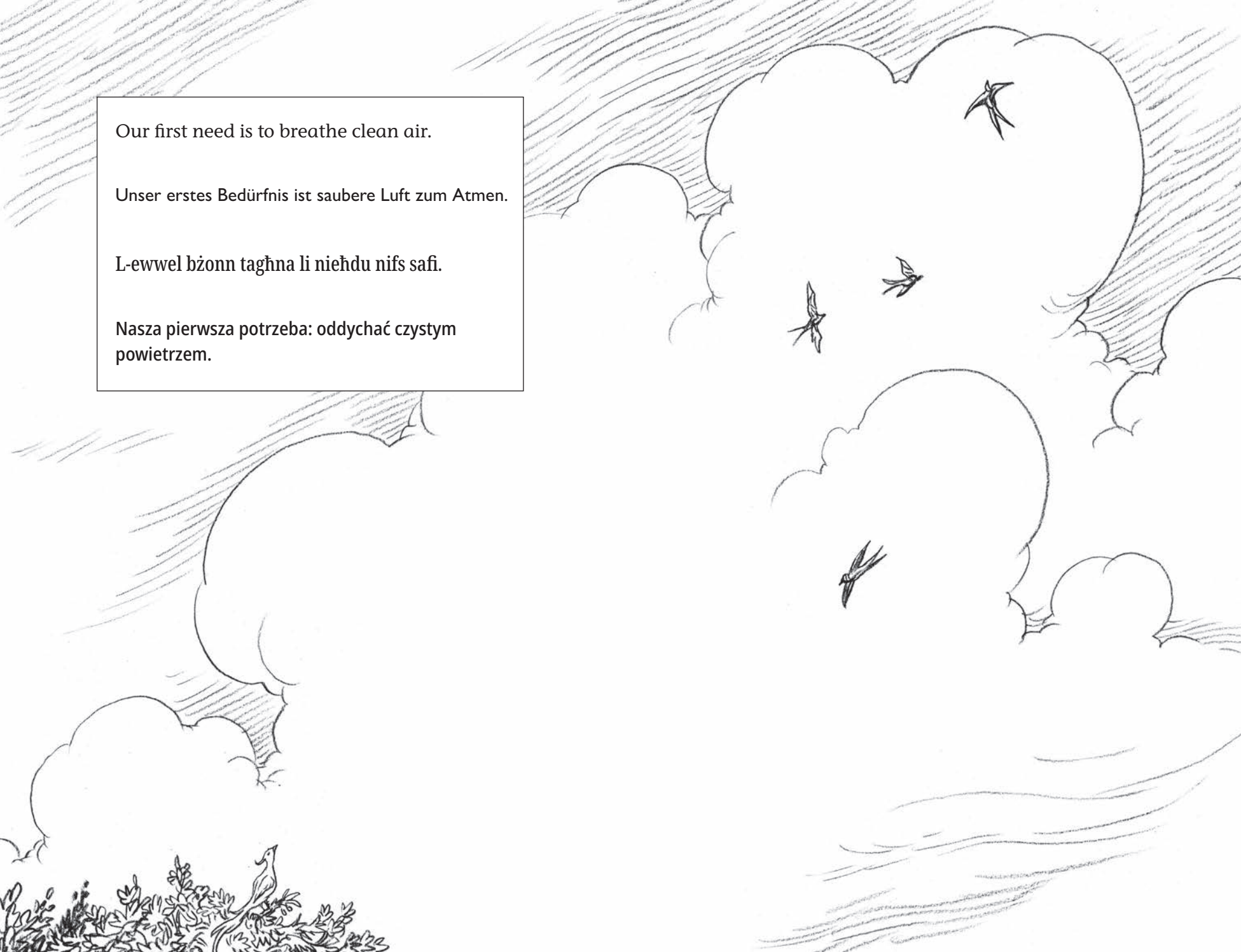


Our first need is to breathe clean air.

Unser erstes Bedürfnis ist saubere Luft zum Atmen.

L-ewwel bżonn tagħna li nieħdu nifs safi.

Nasza pierwsza potrzeba: oddychać czystym powietrzem.





Cocoon us in sweet dreams
of safety, plenty, kindness, love.
Tell us tales in feather-soft voices.
Support us in our very first steps.

Hüllt uns in süße Träume ein,
In denen Sicherheit, Vielfalt, Freundlichkeit und
Liebe entstehen!
Erzählt uns Geschichten mit federleichten Stimmen,
Haltet uns, wenn wir unsere ersten Schritte gehen!

Ġeżwruna f'ħolm ħlejju
ta' sigurtà, abbundanza, ħniena, imħabba.
Għidulna rakkonti b'ilħna rotob-rix.
Appoġġawna fl-ewwel passi taġħna nett.

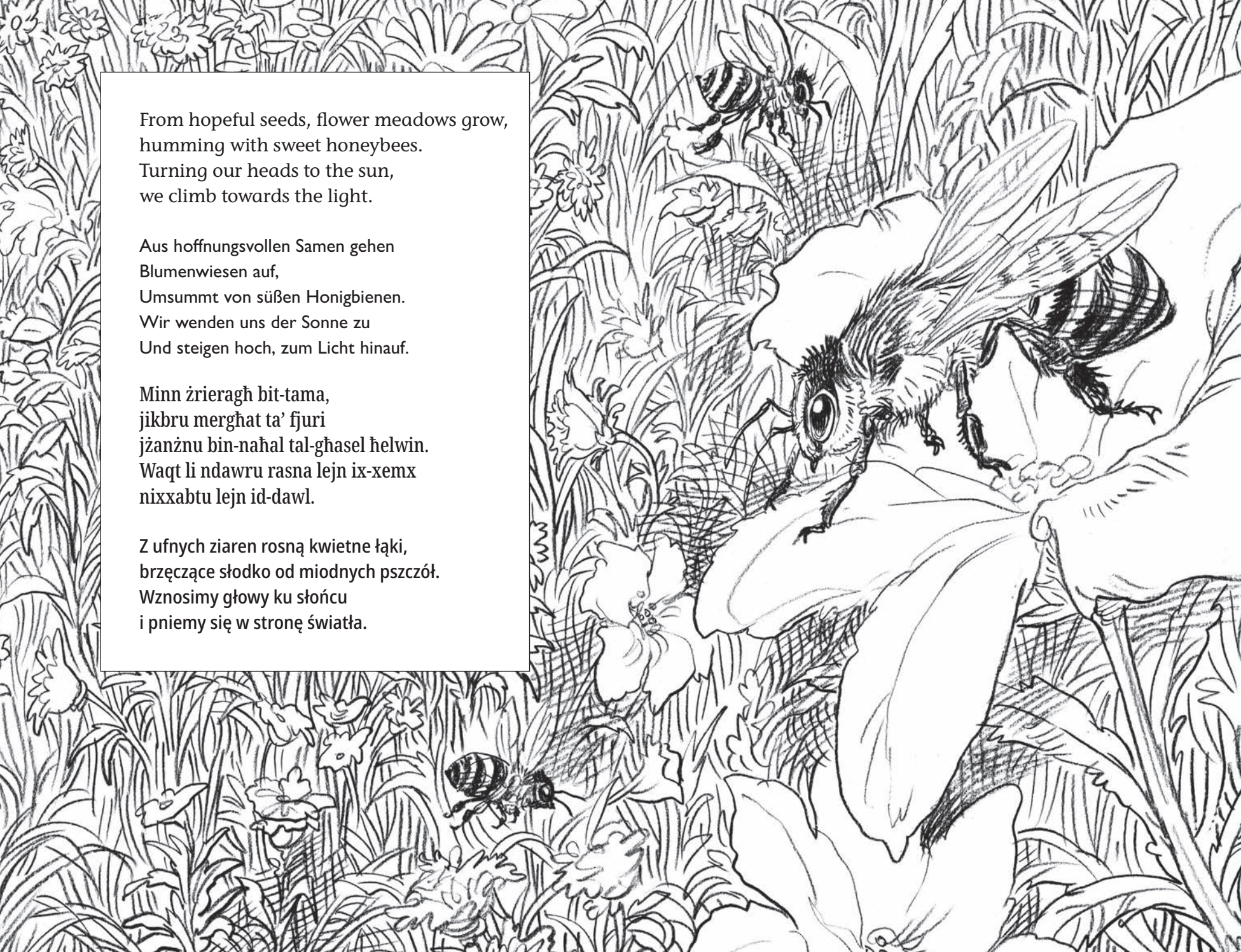
Otulcie nas pięknymi marzeniami
o bezpieczeństwie, dostatku, dobroci, miłości.
Opowiadajcie nam baśnie
głosami miękkimi jak puch.
Gdy stawiamy pierwszy krok,
bądźcie przy nas tuż-tuż.

From hopeful seeds, flower meadows grow,
humming with sweet honeybees.
Turning our heads to the sun,
we climb towards the light.

Aus hoffnungsvollen Samen gehen
Blumenwiesen auf,
Umsummt von süßen Honigbienen.
Wir wenden uns der Sonne zu
Und steigen hoch, zum Licht hinauf.

Minn żrieragh bit-tama,
jikbru merghat ta' fjuri
jżanznu bin-naħal tal-ghasel helwin.
Waqt li ndawru rasna lejn ix-xemx
nixxabtu lejn id-dawl.

Z ufnych ziaren rosna kwietne łaki,
brzeczace słodko od miodnych pszczol.
Wznosimy glowy ku słoncu
i pniemy sie w stronę swiatła.



Give us space and time enough to play,
to live in peace
in homes and schools where kindness is the key.
Open doors to safety, delicious smells and
tastes of opportunity.

Zum Spielen gebt uns Platz und Zeit,
Zum Leben Frieden und Geborgenheit!
In Häusern und Schulen, wo Freundlichkeit herrscht,
Öffnen sich Türen zu Herzenswünschen und
Sicherheit.
Und euch stehen tausend Möglichkeiten bereit.

Tuna spazju u hin biżżejjed biex nilagħbu
biex ngħixu fil-paċi
fi djar u skejjel fejn il-qalb tajba hija l-muftieħ.
Ifthu l-bibien għas-sigurtà, irwejjah u toghmiet
delizzjużi ta' opportunità.

Dajcie nam dosyć miejsca i czasu do zabawy,
do życia w pokoju
w domach i szkołach, w których króluje życzliwość.
Otwórzcie drzwi bezpieczeństwu, wspaniałym
zapachom i smakom możliwości.





Together we hold the power
to plant freedom.
Together we hold the power
to make change.

Gemeinsam sind wir stark
Für die Freiheit!
Gemeinsam sind wir stark
Für Veränderung!

Flimkien għandna l-poter
biex inħawlu l-ħelsien.
Flimkien għandna l-poter
biex inġibu bidla.

Razem mamy moc
posiać wolność.
Razem mamy moc
zaprowadzić zmianę.

For the Earth to breathe, we need trees.
Plant trees, say it slow.
Plant trees, say it fast:
plant trees, plantrees, plantrees, plantrees...
To cut them down
is to fell our futures.



Die Erde muss atmen, wir brauchen Bäume.
Pflanzt Bäume, sagt es langsam:
Pflanzt Bäume, sagt es schnell!
Pflanzt Bäume, pflanztBäume, pflanztBäume,
pflanztBäume...
Fällen wir sie,
Zerschlagen wir unsere Zukunft,
Beschneiden unsere Träume.

Biex l-art tiehu n-nifs, nehtiegu s-sigar.
Hawlu s-sigar, ghiduha bil-mod.
Hawlu s-sigar, ghiduha bil-ghagla:
hawlu s-sigar, hawlussigar, hawlussigar,
hawlussigar...
Li naqtghu s-sigar ifisser
li ngarrfu l-futur taghna.

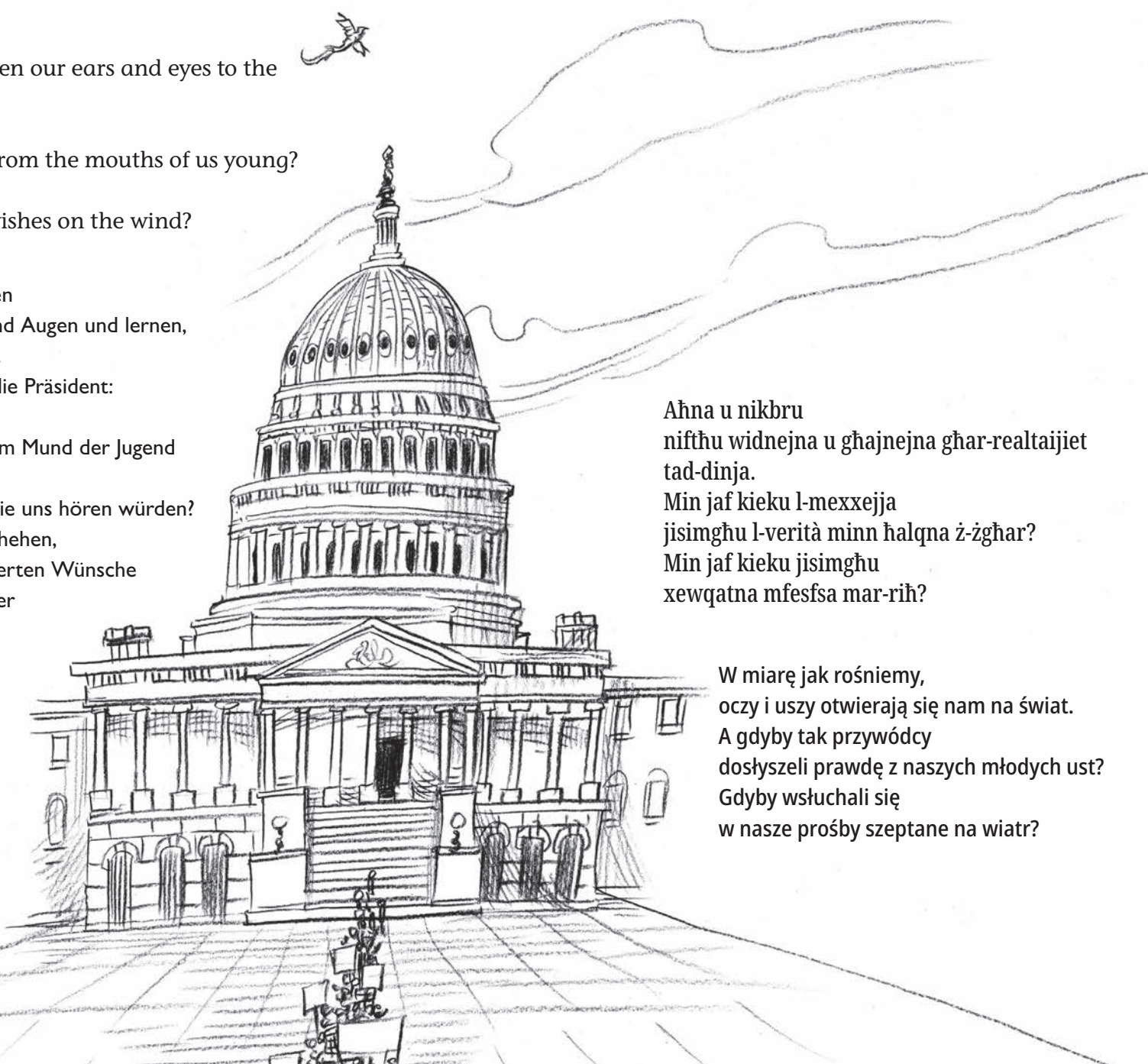
Potrzeba drzew, aby ziemia mogła oddychać.
Sadźmy drzewa! – powtórzcie wolno.
Sadźmy drzewa! – powtórzcie szybko:
Sadźmy drzewa, sadźmydrzewa, sadźmydrzewa,
sadźmydrzewa!
Wycinka drzew
niszczy naszą przyszłość.

Growing up, we open our ears and eyes to the
world's realities.
What if leaders
hear truth-telling from the mouths of us young?
What if they listen
to our whispered wishes on the wind?

Während wir wachsen
Öffnen wir Ohren und Augen und lernen,
die Realität zu sehen.
Wie wäre es, wenn die Präsident:
innen dieser Welt
Die Wahrheit aus dem Mund der Jugend
verstehen?
Wie wäre es, wenn sie uns hören würden?
Und was würde geschehen,
Wenn unsere geflüsterten Wünsche
an den Wind an erster
Stelle stehen?

Ahna u nikbru
nifthu widnejna u għajnejna għar-realtajiet
tad-dinja.
Min jaf kieku l-mexxejja
jismgħu l-verità minn ħalqna ż-żgħar?
Min jaf kieku jismgħu
xewqatna mfesfsa mar-riħ?

W miarę jak rośniemy,
oczy i uszy otwierają się nam na świat.
A gdyby tak przywódcy
dosłyszeli prawdę z naszych młodych ust?
Gdyby wsłuchali się
w nasze prośby szeptane na wiatr?



What if, when we say “it’s not fair”,
every adult in the world stops, thinks deep
and shows they care?

What if
we can live in a world where ...

Wie wäre es, wenn wir sagen “Das ist nicht fair”,
Alle Erwachsenen auf der Welt stehen bleiben,
Scharf nachdenken und Mitgefühl zeigen?

Wie wäre es, wenn wir in einer Welt leben
könnten...

Min jaf jekk, meta ngħidu, “mhux ġust”
kull adult fid-dinja jieqaf, jaħseb fil-fond, u juri
li jagħti kas?

Min jaf
kieku nistgħu ngħixu f’dinja fejn ...

A gdyby tak na każde nasze: „to jest złe!”
każdy dorosły na świecie zatrzymał się,
namyślał – i przyznawał rację?

Gdybyśmy tak mogli
żyć w świecie, gdzie...



There's no ...
Ohne...
M'hemmx ...
Nie ma...

BULLYING
HASS
KORRUZZIONI
BEZDOMNOŚCI
WAR
KLIMAKRISE
TEAL INTORATI



But there's ...

Aber es gibt...

Imma hemm ...

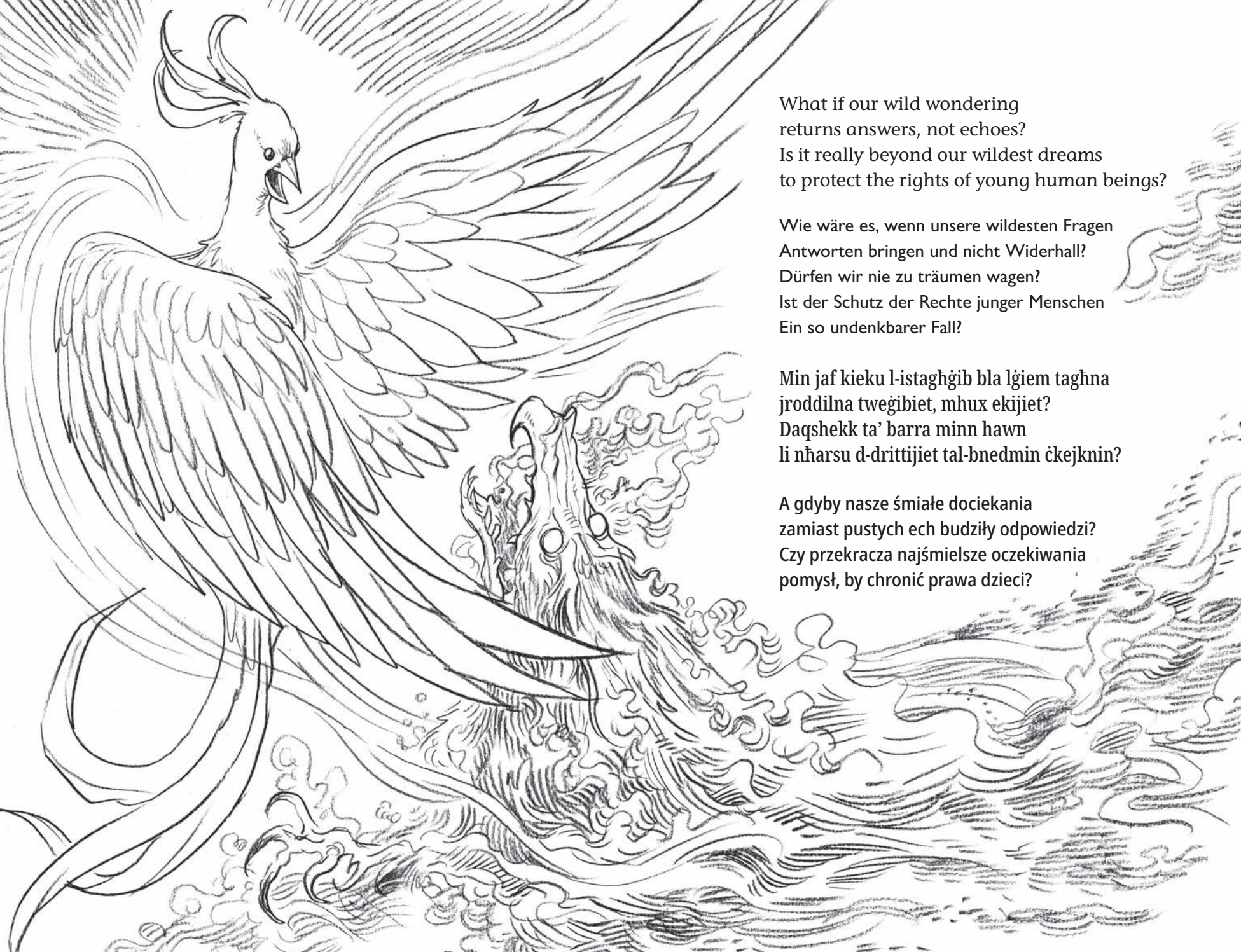
Za to jest...



DIE GESUNDEHEIT
DES PLANETEN
GUSTIZZJA
RÓWNOŚĆ

LOVE
PEACE

SICHERHEIT
DAR
WOLNOŚĆ WYZNANIA
NASZEJ WIARY



What if our wild wondering
returns answers, not echoes?
Is it really beyond our wildest dreams
to protect the rights of young human beings?

Wie wäre es, wenn unsere wildesten Fragen
Antworten bringen und nicht Widerhall?
Dürfen wir nie zu träumen wagen?
Ist der Schutz der Rechte junger Menschen
Ein so undenkbarer Fall?

Min jaf kieku l-istaghgib bla lgiem taghna
jroddilna twegibiet, mhux ekijiet?
Daqshekk ta' barra minn hawn
li nharsu d-drittijiet tal-bnedmin ckejkjin?

A gdyby nasze śmiałe dociekania
zamiast pustych ech budziły odpowiedzi?
Czy przekracza najśmielsze oczekiwania
pomysł, by chronić prawa dzieci?

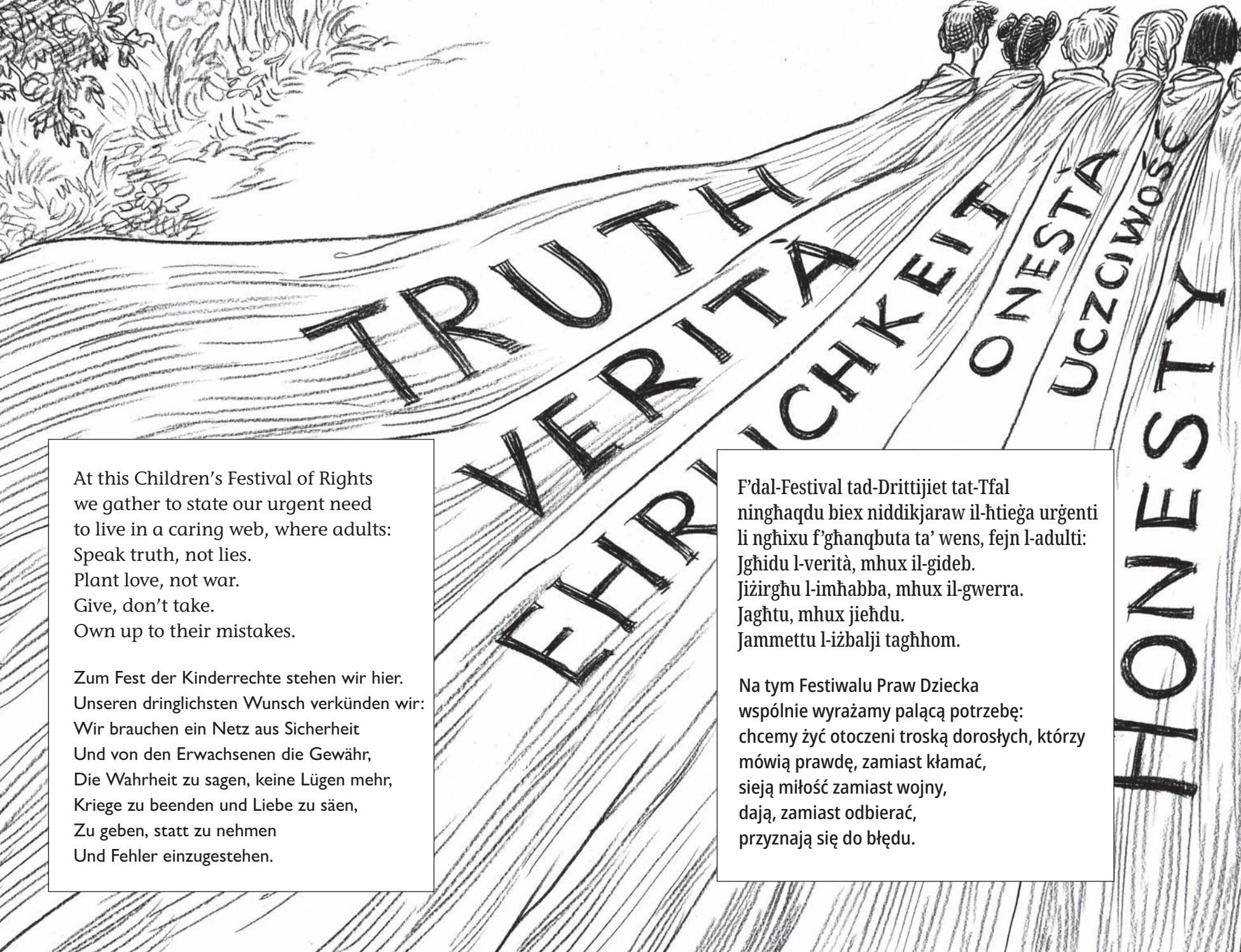
It's time to stand up for what we need
to survive,
to thrive.
Tick-tock, Tick-tock...
Time to think outside the box.

Es ist Zeit, für das, was wir brauchen, aufzustehen,
Um zu überleben,
Um zu gedeihen.
Tick-Tack, Tick-Tack...
Es ist Zeit, über den Tellerrand hinaus zu sehen.

Wasal iż-żmien li niggieldu għal dak li neħtiegu
biex nghixu
biex nikbru.
Tikk tokk, tikk tokk ...
Wasal iż-żmien li naħsbu b'modi differenti.

Czas powiedzieć, co potrzebne,
aby dalej żyć,
by szczęśliwym być.
Tik-tak, tik-tak, czas już oto
przestać myśleć odtąd – dotąd.



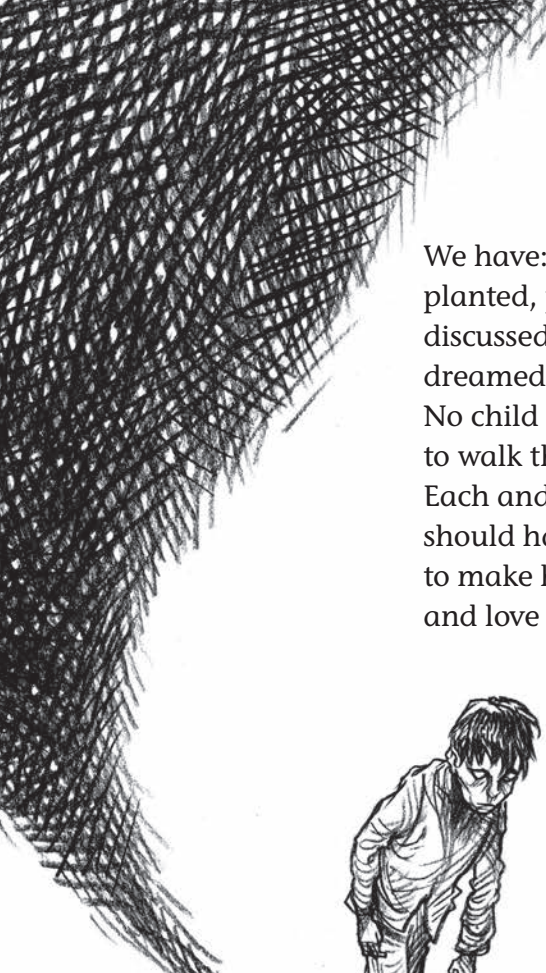


At this Children's Festival of Rights
we gather to state our urgent need
to live in a caring web, where adults:
Speak truth, not lies.
Plant love, not war.
Give, don't take.
Own up to their mistakes.

Zum Fest der Kinderrechte stehen wir hier.
Unseren dringlichsten Wunsch verkünden wir:
Wir brauchen ein Netz aus Sicherheit
Und von den Erwachsenen die Gewähr,
Die Wahrheit zu sagen, keine Lügen mehr,
Kriege zu beenden und Liebe zu säen,
Zu geben, statt zu nehmen
Und Fehler einzugestehen.

F'dal-Festival tad-Drittijiet tat-Tfal
ninghaqdu biex niddikjaraw il-htieġa urgenti
li ngħixu f'għanqbuta ta' wens, fejn l-adulti:
Jgħidu l-verità, mhux il-gideb.
Jiżirgħu l-imħabba, mhux il-gwerra.
Jagħtu, mhux jieħdu.
Jammettu l-iżbalji tagħhom.

Na tym Festiwalu Praw Dziecka
wspólnie wyrażamy palącą potrzebę:
chcemy żyć otoczeni troską dorosłych, którzy
mówią prawdę, zamiast kłamać,
sieją miłość zamiast wojny,
dają, zamiast odbierać,
przyznają się do błędu.



We have:
planted, painted, played,
discussed, debated, read,
dreamed, agreed, decreed.
No child should ever be left
to walk this Earth alone.
Each and every one of us
should have the right
to make homes where we live
and love freely.



Wir haben:

Gepflanzt, gemalt, gespielt, diskutiert, debattiert, gelesen,
geträumt, zugestimmt, unsere Meinung abgegeben.

Kein Kind sollte jemals allein

Über diese Erde gehen müssen.

Jedem einzelnen von uns sollte man das Recht geben

Sich ein sicheres Zuhause zu schaffen,

Für ein liebevolles freies Leben.

Ahna:

ħawwilna, źbagħna, lghabna, thaddidna, iddibattejna,
qrajna, ħlomna, qbilna, ikkmandajna.

Ebda tifel jew tifla m'ghandhom jithallew
iterrqu did-dinja waħedhom.

Kull wiehed u waħda minna għandu jkollna d-dritt

li nsawru djar fejn ngħixu u nħobbu bil-libertà kollha.

Wspólnie:

posialiśmy, pomalowaliśmy, pobawiliśmy się,

przedyskutowaliśmy, poczytaliśmy i pomarzyliśmy,

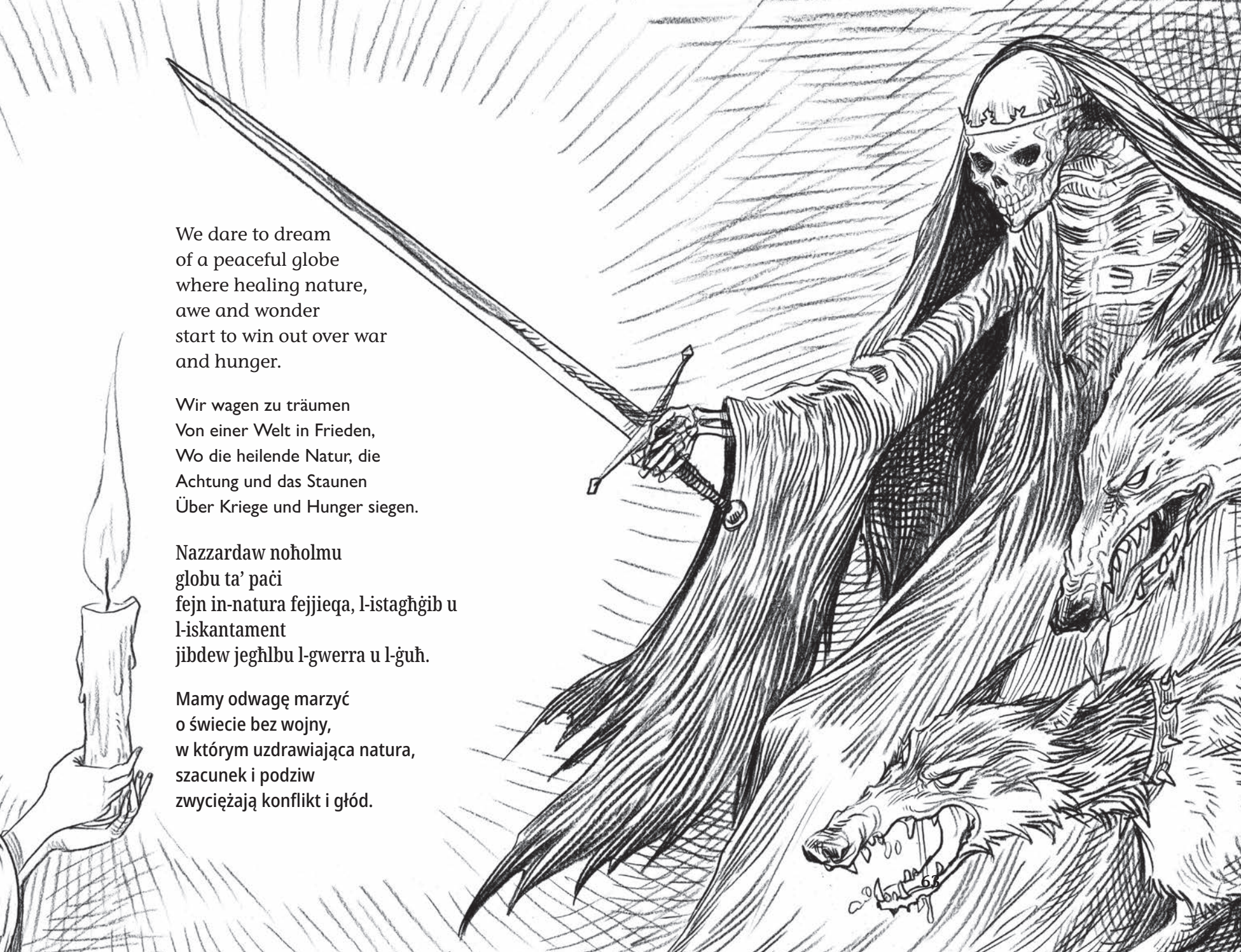
omówiliśmy, uzgodniliśmy i orzekliśmy:

Żadne dziecko nie może

chodzić po tej ziemi samo.

Każda i każdy z nas ma prawo

stworzyć dom, w którym będziemy mogli żyć i kochać bez
przeszkód.



We dare to dream
of a peaceful globe
where healing nature,
awe and wonder
start to win out over war
and hunger.

Wir wagen zu träumen
Von einer Welt in Frieden,
Wo die heilende Natur, die
Achtung und das Staunen
Über Kriege und Hunger siegen.

Nazzardaw noħolmu
għobu ta' paċi
fejn in-natura fejjieqa, l-istagħgib u
l-iskantament
jibdew jegħlbu l-gwerra u l-guħ.

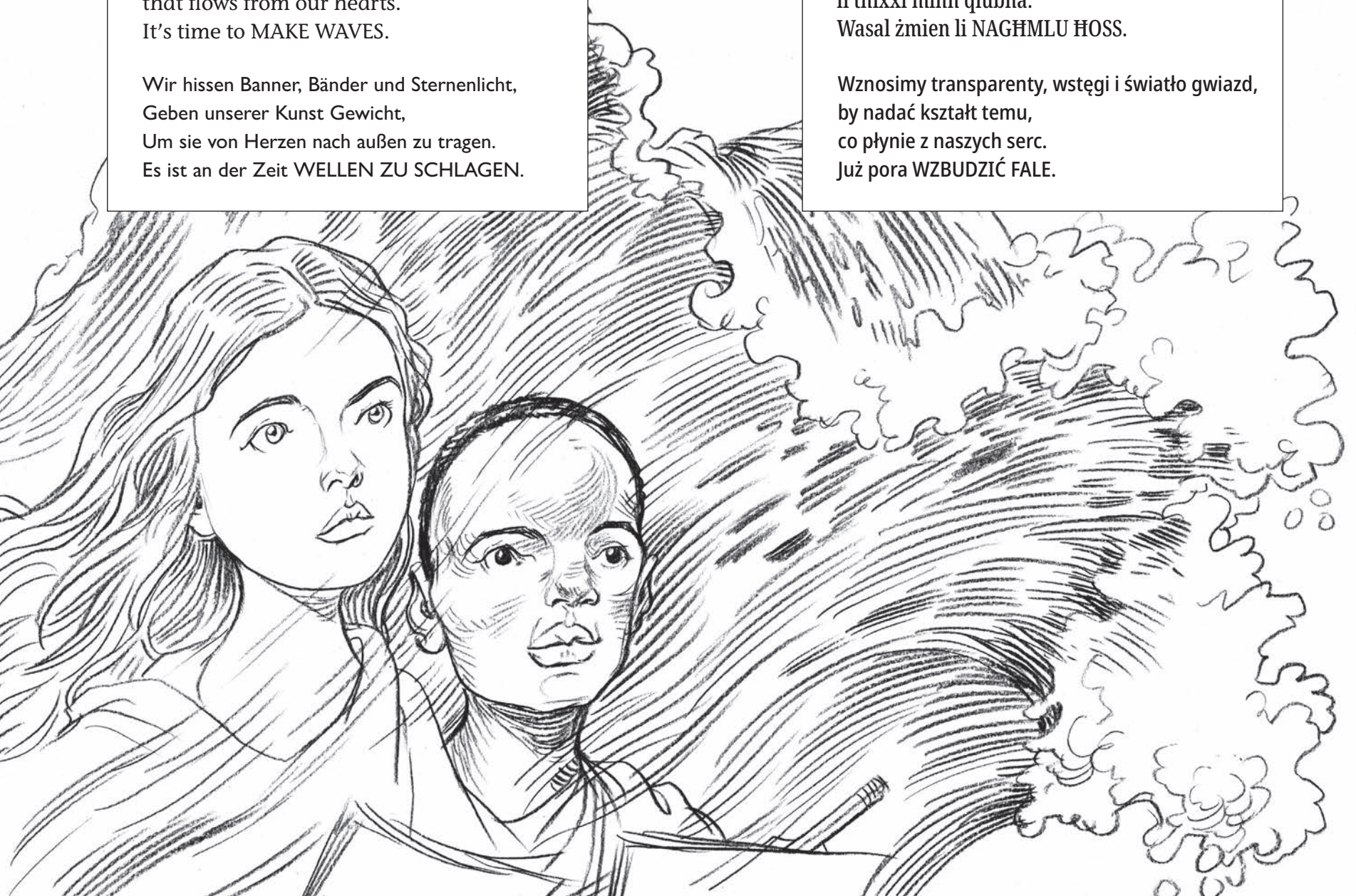
Mamy odwagę marzyć
o świecie bez wojny,
w którym uzdrawiająca natura,
szacunek i podziw
zwyciężają konflikt i głód.

We raise banners, ribbons, starlights
to harness this art
that flows from our hearts.
It's time to MAKE WAVES.

Wir hissen Banner, Bänder und Sternenlicht,
Geben unserer Kunst Gewicht,
Um sie von Herzen nach außen zu tragen.
Es ist an der Zeit WELLEN ZU SCHLAGEN.

Nghollu l-istrixxuni, iz-zigarelli, id-dwal-stielel
biex inhaddmu din l-arti
li tnixxi minn qlubna.
Wasal zmien li NAGHMLU HOSS.

Wznosimy transparenty, wstęgi i światło gwiazd,
by nadać kształt temu,
co płynie z naszych serc.
Już pora WZBUDZIĆ FALE.



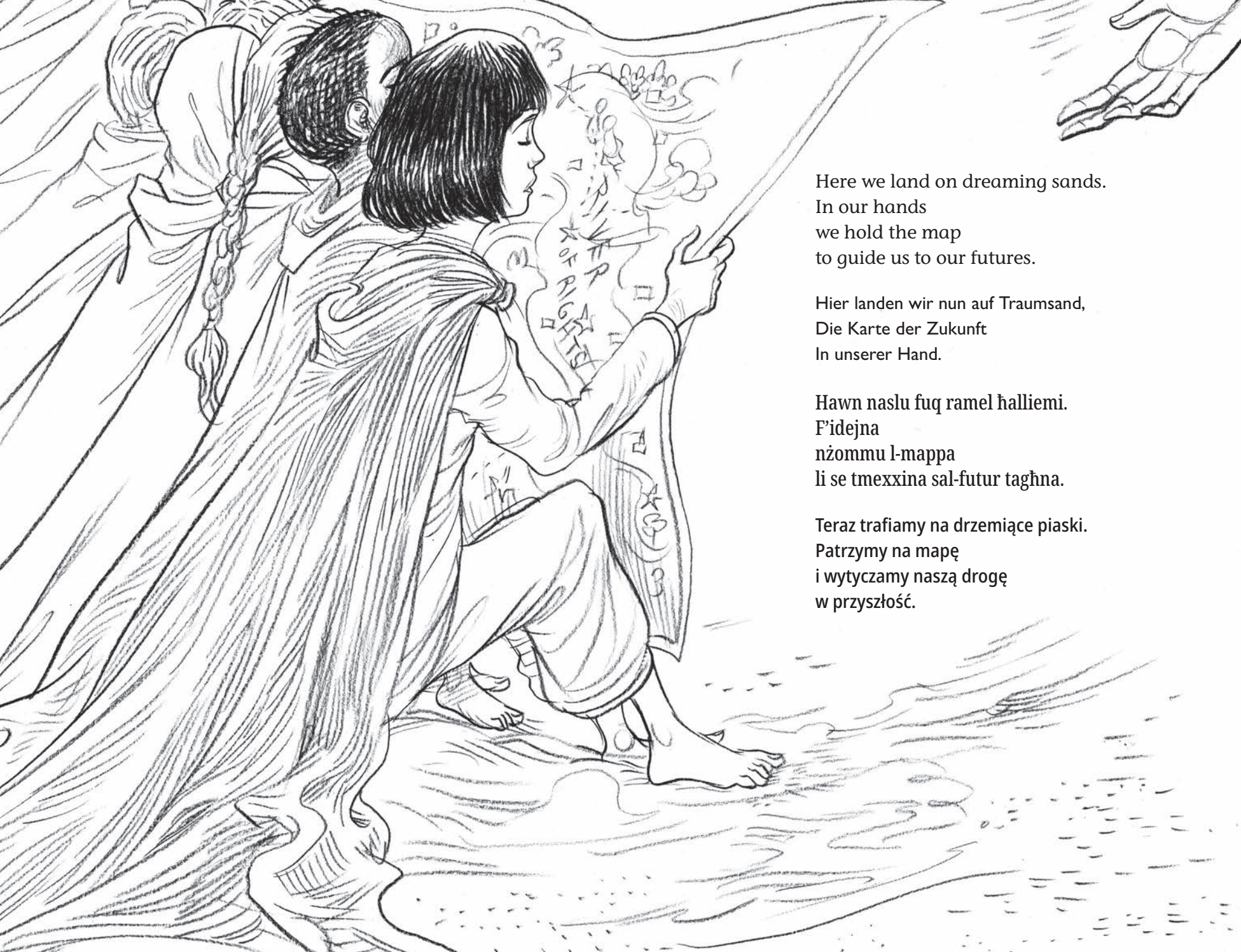


We helter-skelter together
through calm or stormy weather,
racing after the ever-sprinting hands
of our climate's ticking clock.

Gemeinsam wirbeln wir hin und her
Zwischen Flaute und stürmischen Böen.
Wir jagen den rasenden Zeigern hinterher,
Die auf der tickenden Klima-Uhr
unaufhaltsam vorangehen.

Flimkien horrox borrox,
fil-kalma u l-maltemp
niġru wara l-idejn għaddejjin bla waqfien
tal-arloġġ itektek tal-klima tagħna.

Pędzimy razem,
w deszczu i upale.
Zegar klimatyczny tyka,
nigdy nie ustaje.

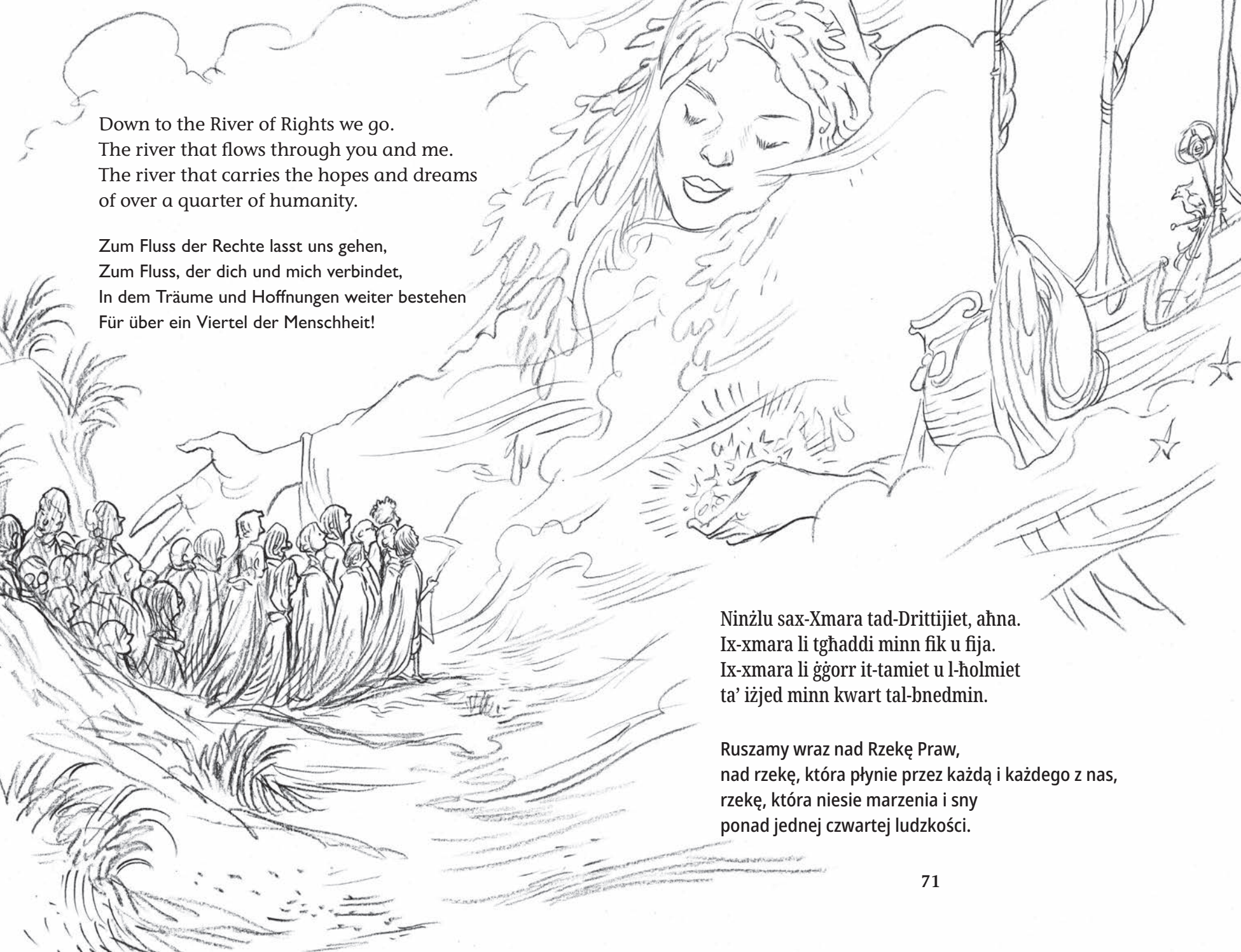


Here we land on dreaming sands.
In our hands
we hold the map
to guide us to our futures.

Hier landen wir nun auf Traumsand,
Die Karte der Zukunft
In unserer Hand.

Hawn naslu fuq ramel halliemi.
F'idejna
nżommu l-mappa
li se tmexxina sal-futur tagħna.

Teraz trafiamy na drzemiące piaski.
Patrzemy na mapę
i wytyczamy naszą drogę
w przyszłość.



Down to the River of Rights we go.
The river that flows through you and me.
The river that carries the hopes and dreams
of over a quarter of humanity.

Zum Fluss der Rechte lasst uns gehen,
Zum Fluss, der dich und mich verbindet,
In dem Träume und Hoffnungen weiter bestehen
Für über ein Viertel der Menschheit!

Ninżlu sax-Xmara tad-Drittijiet, ahna.
Ix-xmara li tghaddi minn fik u fija.
Ix-xmara li ggorr it-tamiet u l-holmiet
ta' iżjed minn kwart tal-bnedmin.

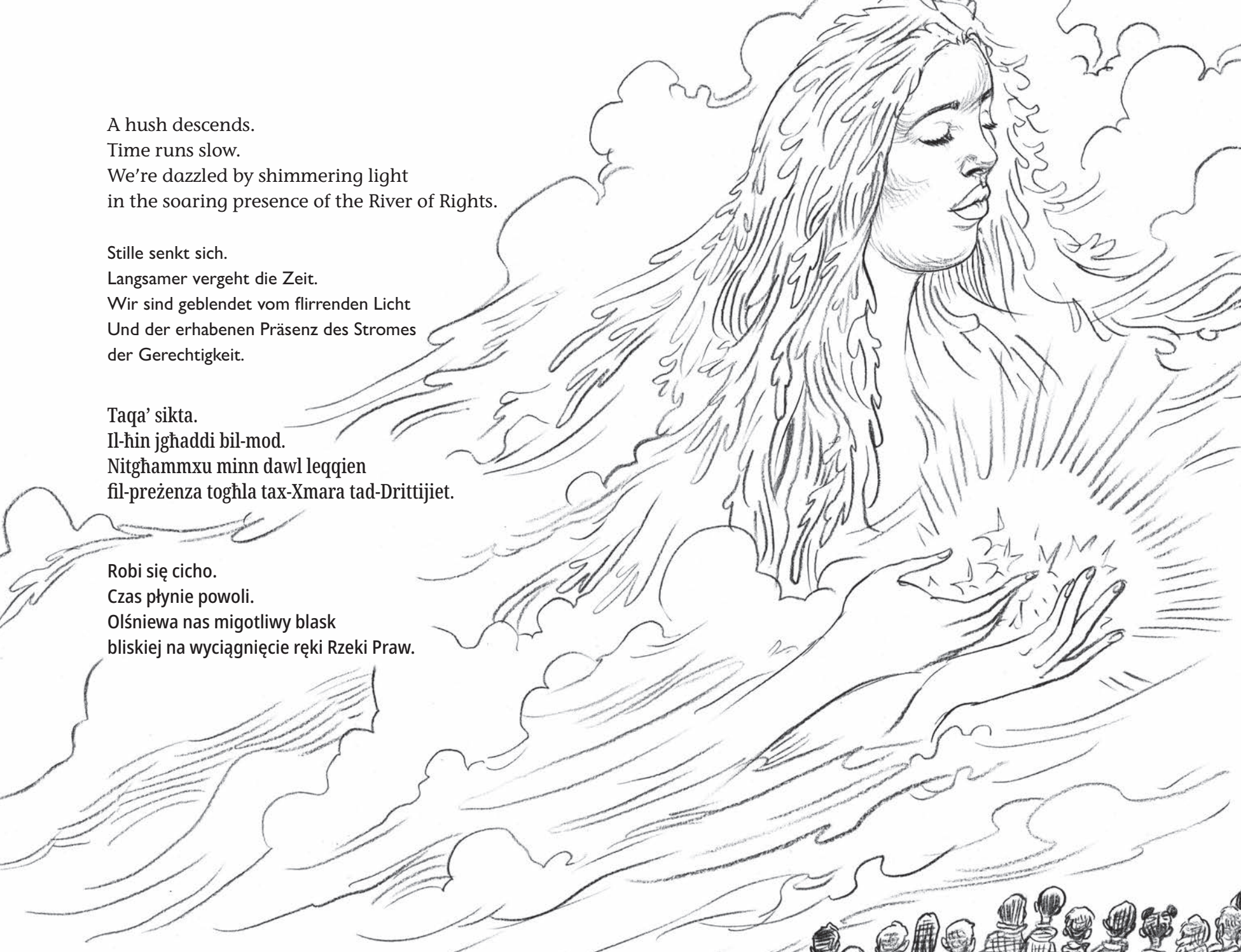
Ruszamy wraz nad Rzekę Praw,
nad rzekę, która płynie przez każdą i każdego z nas,
rzekę, która niesie marzenia i sny
ponad jednej czwartej ludzkości.

A hush descends.
Time runs slow.
We're dazzled by shimmering light
in the soaring presence of the River of Rights.

Stille senkt sich.
Langsamer vergeht die Zeit.
Wir sind geblendet vom flirrenden Licht
Und der erhabenen Präsenz des Stromes
der Gerechtigkeit.

Taqà' sikta.
Il-hin jghaddi bil-mod.
Nitghammxu minn dawl leqqien
fil-preżenza toghla tax-Xmara tad-Drittijiet.

Robi się cicho.
Czas płynie powoli.
Olśniewa nas migotliwy blask
bliskiej na wyciągnięcie ręki Rzeki Praw.



*“Welcome, beings!
I am here for you.
My surging superpowers are led by you,
fed by you.*

*Dip feet, trail fingers.
Grow your wishes, dreams, needs.
Place them in this powerful flow...*

*Willkommen alle zusammen!
Ich bin für euch da.
Meine wachsenden Superkräfte werden durch euch
und mit euch wahr.*

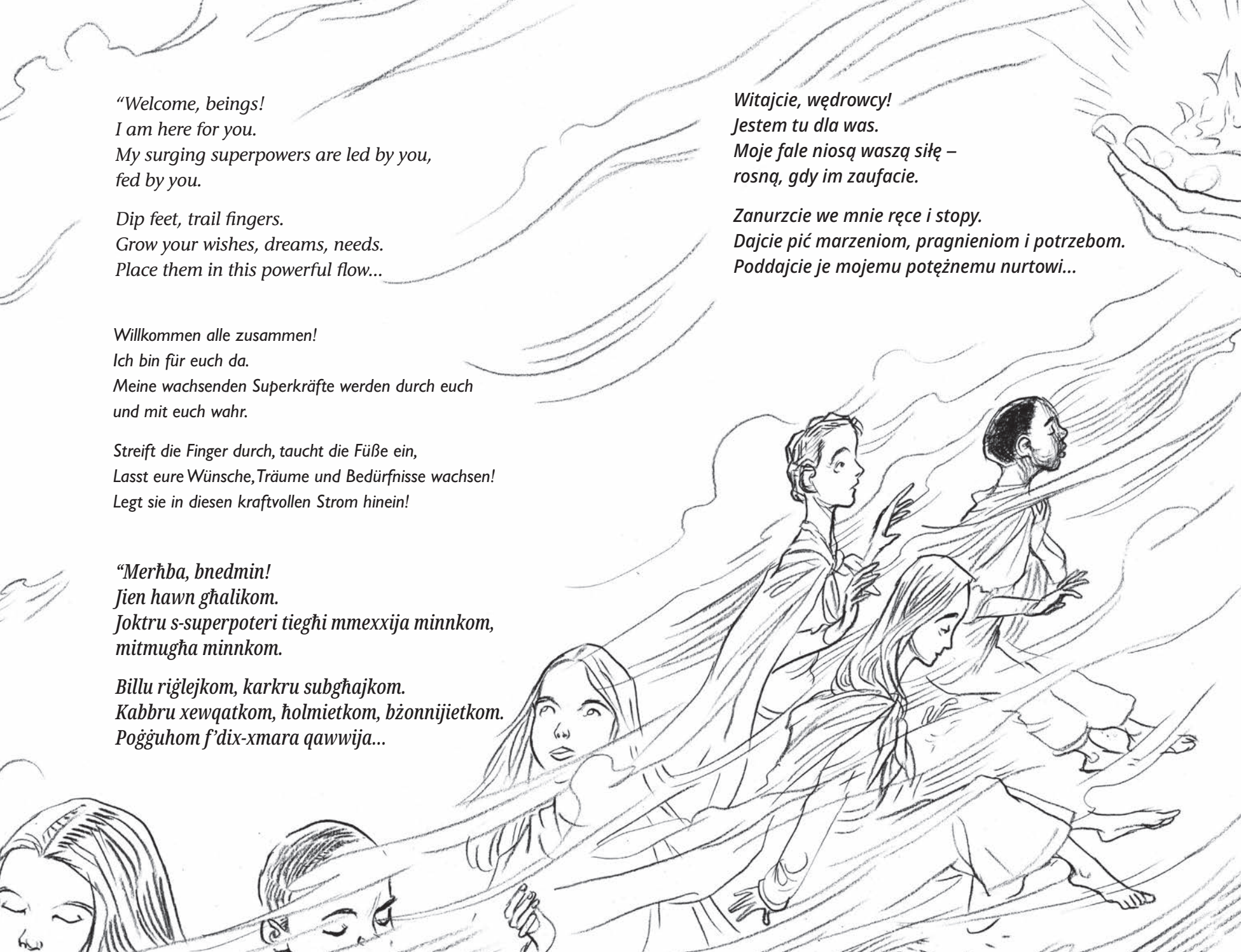
*Streift die Finger durch, taucht die Füße ein,
Lasst eure Wünsche, Träume und Bedürfnisse wachsen!
Legt sie in diesen kraftvollen Strom hinein!*

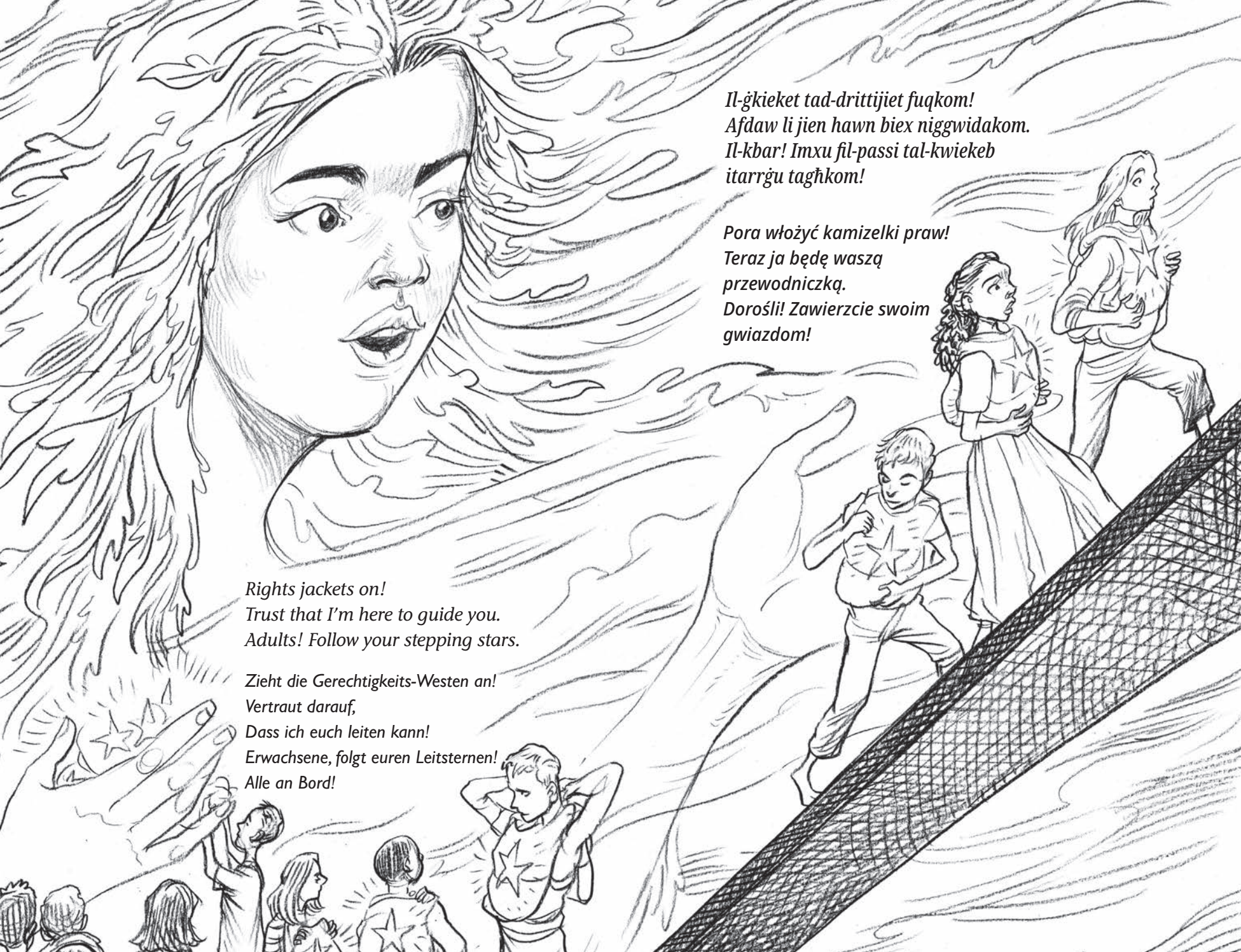
*“Merħba, bnedmin!
Jien hawn ħhalikom.
Joktru s-superpoteri tieġhi mmexxija minnkom,
mitmugħa minnkom.*

*Billu riġlejkom, karkru subġajkom.
Kabbru xewqatkom, ħolmietkom, bżonnijietkom.
Poġġuhom f’dix-xmara qawwija...*

*Witajcie, wędrowcy!
Jestem tu dla was.
Moje fale niosą waszą siłę –
rosną, gdy im zaufacie.*

*Zanurzcie we mnie ręce i stopy.
Dajcie pić marzeniom, pragnieniom i potrzebom.
Poddajcie je mojemu potężnemu nurtowi...*



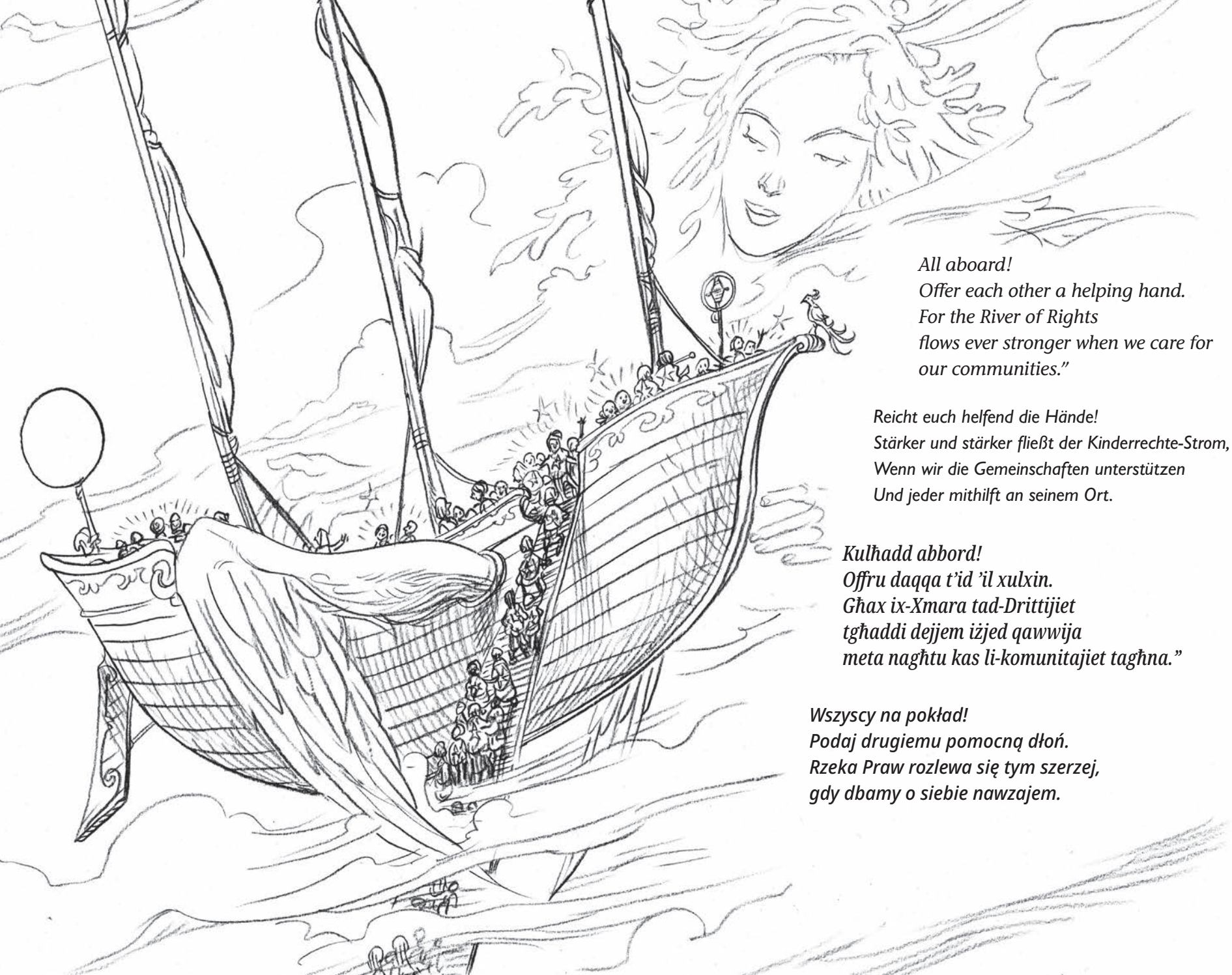


*Il-ġkieket tad-drittijiet fuqkom!
Afdaw li jien hawn biex niggwidakom.
Il-kbar! Imxu fil-passi tal-kwiekeb
itarrġu tagħkom!*

*Pora wlożyć kamizelki praw!
Teraz ja będę waszą
przewodniczką.
Dorośli! Zawierzcie swoim
gwiazdom!*

*Rights jackets on!
Trust that I'm here to guide you.
Adults! Follow your stepping stars.*

*Zieht die Gerechtigkeits-Westen an!
Vertraut darauf,
Dass ich euch leiten kann!
Erwachsene, folgt euren Leitsternen!
Alle an Bord!*



*All aboard!
Offer each other a helping hand.
For the River of Rights
flows ever stronger when we care for
our communities."*

*Reicht euch helfend die Hände!
Stärker und stärker fließt der Kinderrechte-Strom,
Wenn wir die Gemeinschaften unterstützen
Und jeder mithilft an seinem Ort.*

*Kulhadd abbord!
Offru daqqa t'id il xulxin.
Għax ix-Xmara tad-Drittijiet
tghaddi dejjem iżjed qawwija
meta nagħtu kas li-komunitajiet tagħna."*

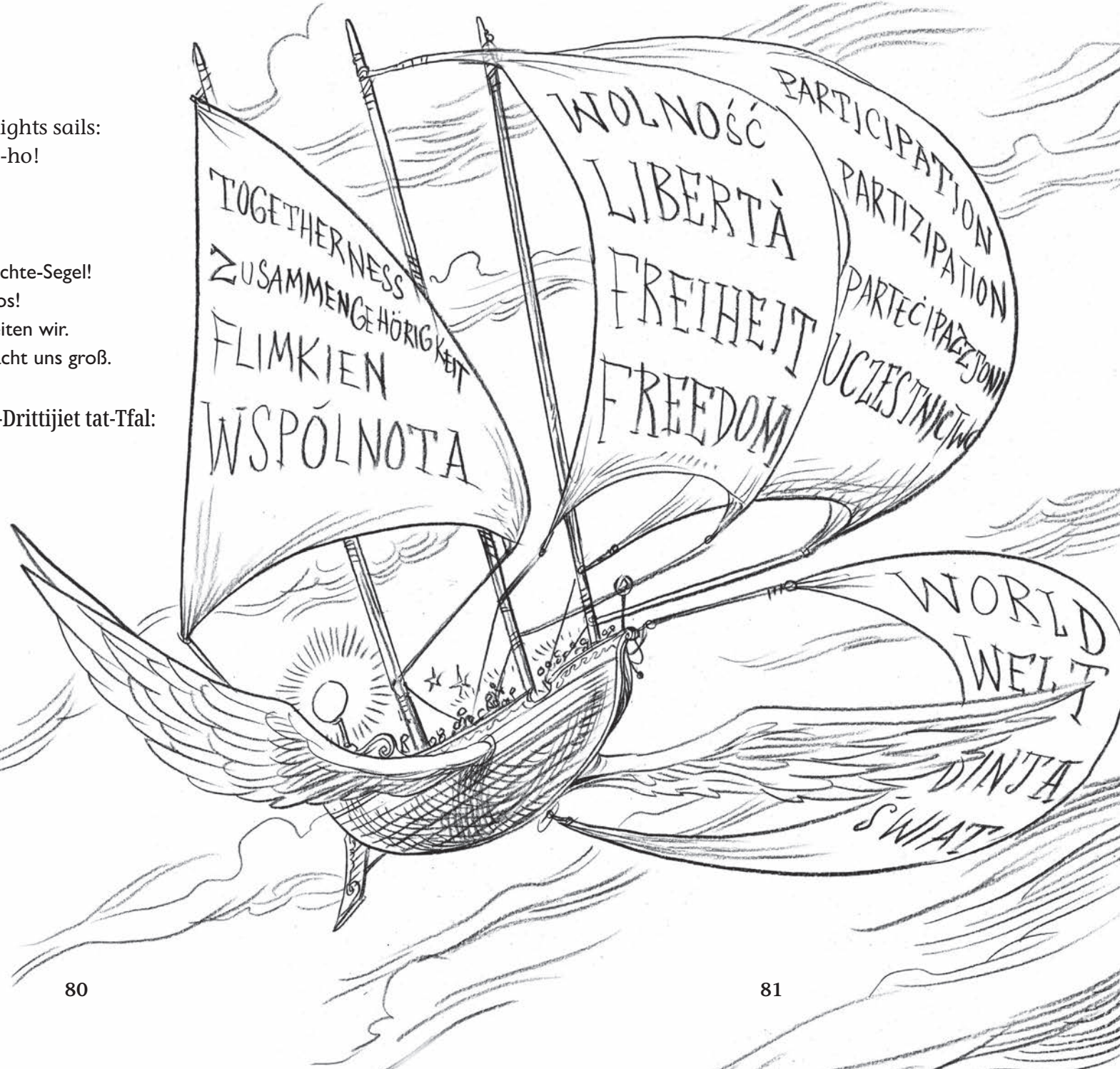
*Wszyscy na pokład!
Podaj drugiemu pomocną dłoń.
Rzeka Praw rozlewa się tym szerzej,
gdy dbamy o siebie nawzajem.*

Raise the Child Rights sails:
Heave-ho, Heave-ho!
In this flow
here we glow.

Setzt die Kinder-Rechte-Segel!
Hau-Ruck, Leinen los!
Auf dieser Welle reiten wir.
Unser Leuchten macht uns groß.

Ghollu l-qlugh tad-Drittijiet tat-Tfal:
Tlaqna, tlaqna!
F'dix-xmara
aħna niddu.

Żagle na maszt
Dziecka Praw:
Hej-ho! Hej-ho!
Płyniemy wraz.



Starlight is in our hands –
our superpower to ride the tides
and spread the news of children's rights.

Hier kommen wir
Mit Sternleuchten in unseren Händen.
Wir werden mit Superkräften die Gezeiten reiten
Und die Botschaft der Kinderrechte verbreiten.

Dawl l-istilel qieghed f'idejna
is-superpoter tagħna li nirkbu l-mewġ
jofroġ u jimla u nxerrdu l-aħbar
tad-drittijiet tat-tfal.

W naszych rękach światło gwiazd,
mamy moc łamania fal,
wieść o prawach dziecka płynie w dal.

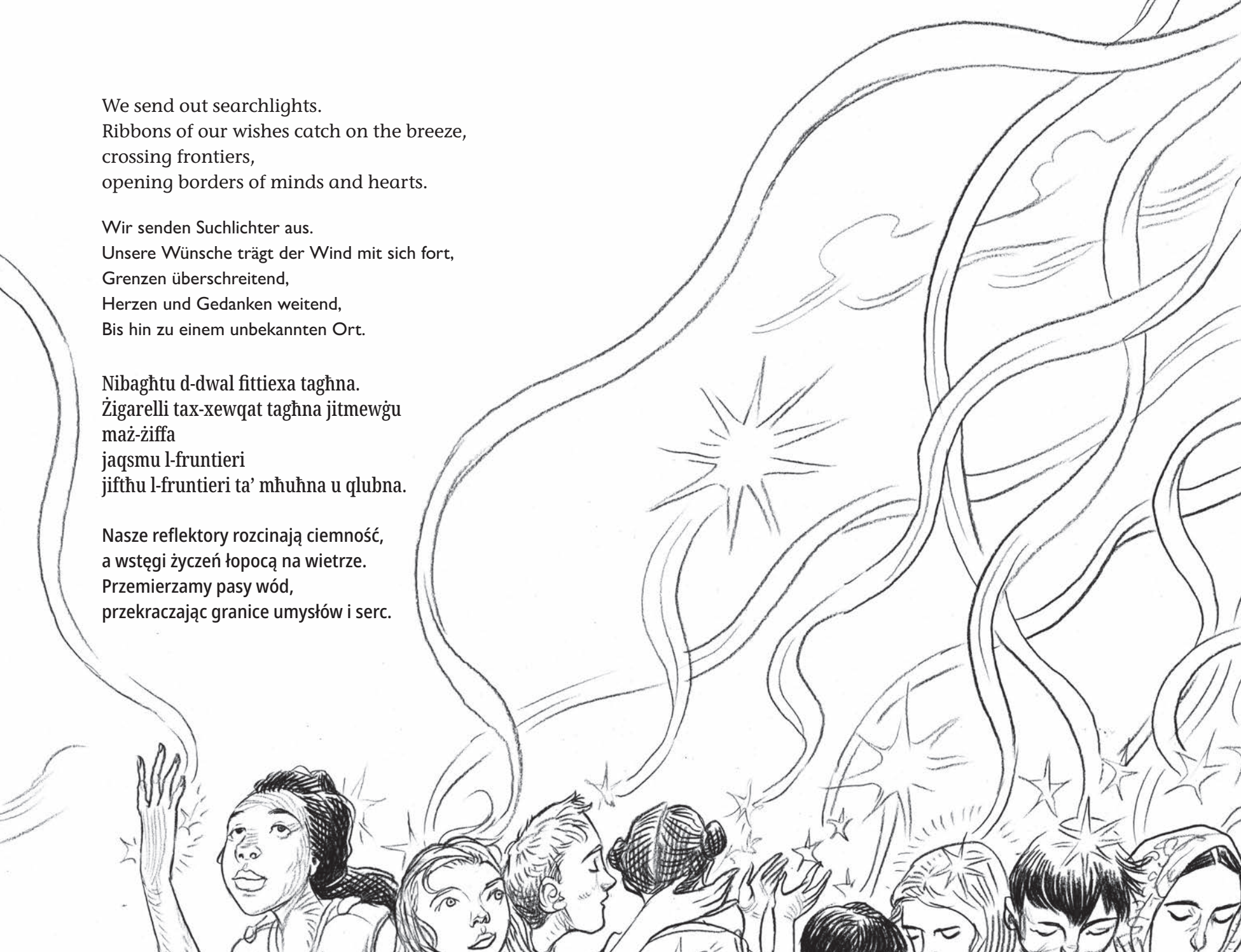


We send out searchlights.
Ribbons of our wishes catch on the breeze,
crossing frontiers,
opening borders of minds and hearts.

Wir senden Suchlichter aus.
Unsere Wünsche trägt der Wind mit sich fort,
Grenzen überschreitend,
Herzen und Gedanken weitend,
Bis hin zu einem unbekanntem Ort.

Nibagħtu d-dwal fittiexa taġġna.
Žigarelli tax-xewqat taġġna jitmewġu
maż-żiffa
jaqsmu l-fruntieri
jifih u l-fruntieri ta' mħuħna u qlobna.

Nasze reflektory rozcinają ciemność,
a wstęgi życzeń łopocą na wietrze.
Przemierzamy pasy wód,
przekraczając granice umysłów i serc.

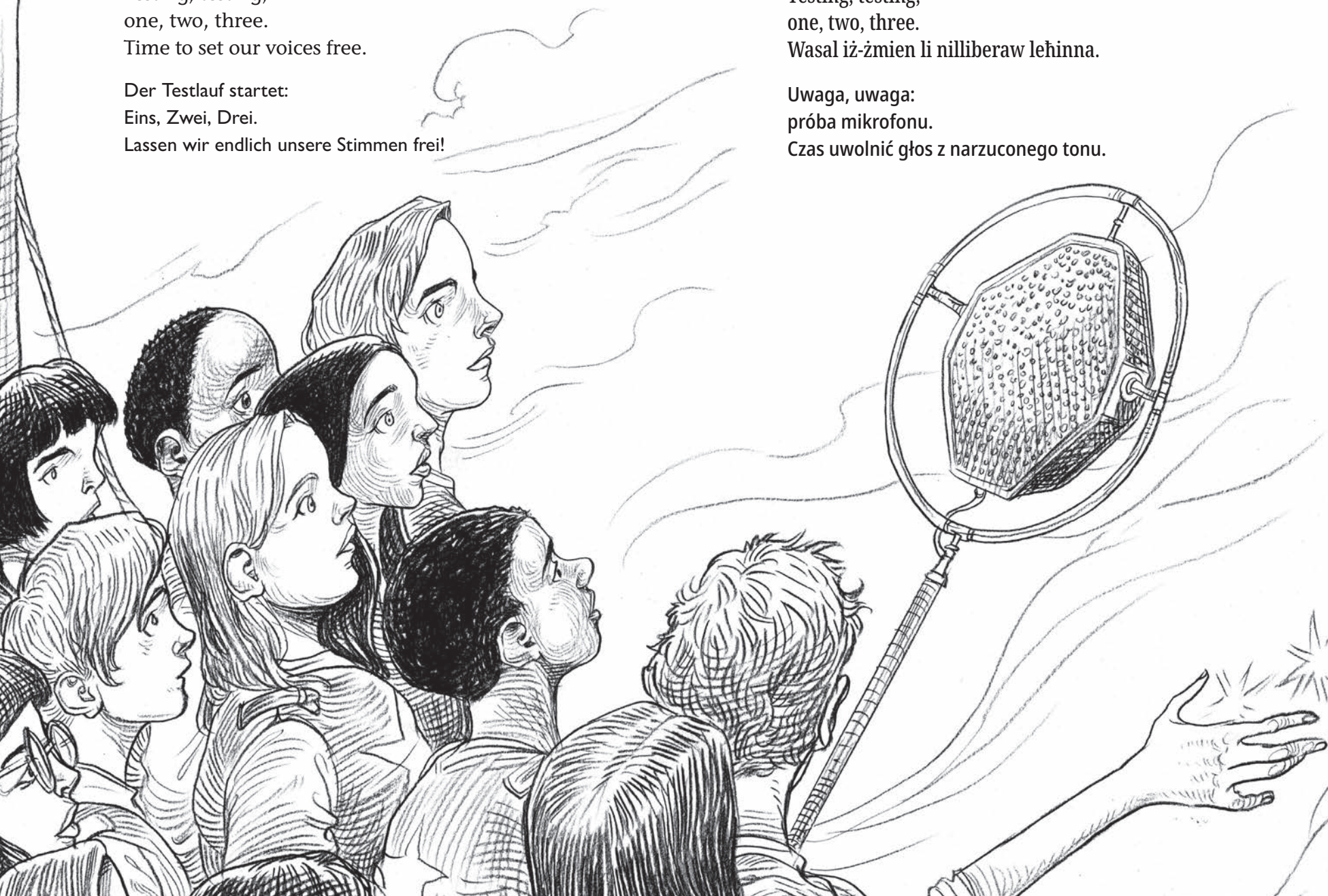


Testing, testing,
one, two, three.
Time to set our voices free.

Der Testlauf startet:
Eins, Zwei, Drei.
Lassen wir endlich unsere Stimmen frei!

Testing, testing,
one, two, three.
Wasal iż-żmien li nilliberaw lehinna.

Uwaga, uwaga:
próba mikrofonu.
Czas uwolnić głos z narzuconego tonu.



Young of this Earth,
come to claim your rights from birth.
It's time to speak in one voice, one chorus.
It's time to sing together ...

Ihr Kinder der Welt habt von Anfang an
Rechte, die keiner euch nehmen kann.
Unsere Stimmen vereint, es ist an der Zeit!
Wir singen gemeinsam, wir tragen es weit.
Schützt unsere Rechte ab jetzt und für immer!

Žgħar id-dinja
ejjew ħudu drittijietkom sa minn twelidkom ...
Wasal iż-żmien li nitkellmu b'vuċi wahda, kor wiehed.
Wasal iż-żmien li nkantaw flimkien ...

Wszyscy młodzi, wszyscy wraz,
upomnijmy się o zbiór należnych nam praw.
Przemówmy jednym głosem, zaśpiewajmy razem:
Wszyscy i wszystkie, po wsze czasy...





Protect our rights forever.

Schützt für immer unsere Rechte!

Ħarsu Drittijietna għal Dejjem.

Zgodnie chrońmy prawa nasze.

About the project

Seen and Heard: Young People's Voices and Freedom of Expression is a three-year European project (2023–26) exploring how children's books and culture can help young readers understand human rights and express their opinions. Our team is international and multi-generational. We are children's literature scholars, human rights experts, activists, artists, writers and educators as well as more than 600 young people aged 10–14 of over 50 nationalities, including many migrants and refugees.

Through this project we've carried out research, human rights education, creative workshops and mentoring, as well as making this children's book. Throughout, we've paid exceptionally close attention to young people's voices.

The project is led by the University of Malta in collaboration with Amnesty International Poland, Humboldt-Universität zu Berlin and the University of Wrocław. You can find out more at:

seenandheardproject.eu

Amnesty International and human rights education

Amnesty International is a global movement of over ten million people standing up for humanity and human rights. Its purpose is to protect people wherever justice, fairness, freedom and truth are denied. It is independent of any government, political ideology, economic interest or religion.

Amnesty's work includes human rights education, which is a lifelong learning process to help everyone understand human rights and respect and support each other. There are five free creative human rights education resources that accompany this book, for use with children aged 10–14. If you're a student, please encourage your teachers to download for free at:

seenandheardproject.eu/hre-resources

For more about Amnesty and human rights education, go to:

amnesty.org/en/human-rights-education

Acknowledgements

We thank everyone who has contributed precious time, insights and voices to this project – we couldn't have done it without your solidarity!

The children, young people and teachers of these wonderful schools:

In Malta and Gozo: St Clare Middle School, St Clare College, Pembroke – with special thanks to Ms Marie Ann Ciantar; St Joseph Senior School Sliema, Sliema; St Catherine High School, Sliema; St Albert the Great College, Valletta; Gozo Middle School, Gozo College, Victoria Gozo; Kirkop Middle School, St Benedict College, Kirkop.

In Berlin: Fichtelgebirge-Grundschule – many thanks to Bojka Bogdanovic; Wedding-Schule – our gratitude to Angelika Maier.

In Wrocław: Primary School No. 1, Wrocław, with gratitude to Katarzyna Zwierzyńska-Paluszek and Julia Solomentseva.

The Seen and Heard core team and creatives:

University of Malta: Dr Giuliana Fenech, Sandy Calleja Portelli and Giuliana Barbaro-Sant.

Amnesty International Poland: Nicky Parker, Kasia Salejko, Magdalena Kozłowska and Justyna Kuzar-Dembele.

Humboldt-Universität zu Berlin: Dr Farriba Schulz.

University of Wrocław: Dr Justyna Deszcz-Tryhubczak, Natalia Jerzak, Alex Solomentsev and Martyna Stec.

Sita Brahmachari for running superb freedom of expression workshops, for distilling the *Seen and Heard* young people's words and actions into the communal poem at the heart of the book, and for writing the creative human rights education resources that accompany it.

Chris Riddell for early advice and support, for running wonderful art workshops with the children and young people of *Seen and Heard*, and for illustrating the book so generously and gorgeously.

Charlie Cauchi, Andres Felipe Algeciras Marquez and Uli Decker for inspirational mentoring and film-making.

Ed Dingli for *Seen and Heard* project art and design.

Leanne Ellul for Maltese translation, Nadia Budde for German translation and Ewa Rajewska for Polish translation.

Last but not least, Shannon Cullen and everyone at Walker Books for their generosity in making this project possible – especially Emma Lidbury, Ben Norland and Faith Leung for expertly making and producing the book.



Welcome to our Freedom of Expression Festival,
where we, the young of this world,
shine a light on children's rights.

Willkommen zu unserem Fest der Meinungsfreiheit!
Wir Kinder der Welt fordern Aufmerksamkeit
für unsere Rechte, deshalb sind wir hier.
Für die Rechte der Kinder, denn das sind wir.

Merħba għall-Festival tal-Libertà tal-Espressjoni
tagħna fejn aħna, iż-żgħar tad-dinja,
nixħtu dawl fuq, id-drittijiet tat-tfal.

Witajcie na naszym Festiwalu Wolności Słowa,
gdzie my, dzieci tego świata, rozświelimy
wam drogę do praw dziecka.

THIS BOOK CANNOT BE SOLD.



ISBN: 978-83-948139-8-7



**Seen
& Heard**

YOUNG PEOPLE'S VOICES & FREEDOM OF EXPRESSION



Uniwersytet
Wrocławski



L-Università
ta' Malta

