

Pomost

PISMO

MAGAZYN

1992

2024

Listopad nr 1 (1)



Ewa Zabłocka-Krasowska

ZMIANA nie do powstrzymania

Magazyn „Pomost” wraca w nowej
odświeżeniu po prawie 20 latach!

**Pozarządowa nie lekkość bytu:
jak pomagają Polacy?**

Rozmowa

Nowa minister, stare wyzwania

Katarzyna Sadło

Redakcja



Fundacja RC – Regionalne Centrum Informacji
i Wspomagania Organizacji Pozarządowych
ul. Wita Stwosza 23, 80-312 Gdańsk
pomost@fundacjarc.org.pl

Redaktorka naczelna: Klara Mirecka
Menadżerka medialna: Magda Jabłońska
Redaktorka graficzna: Adrianna Wałdoch

Zespół

Marta Dzięgielewska
Ola Wasilczuk
Marta Dietrich

Współpraca

Jerzy Boczoń, Ewa Zabłocka-Krasowska,
Janusz Gałęziak, dr. hab. Witold Toczyski,
Antoni Szymański, Łukasz Kamiński,
Beata Matyjaszczyk, Katarzyna Sadło,
Alina Kotkiewicz, Aleksandra Mońko, Magdalena Trela,
Sylvia Bruna, Dr Bartłomiej Balcerzak,
Ania Kalinowska-Balcerzak, Magdalena Matelska,
Katarzyna Rucin, Bank Żywności w Trójmieście

Dofinansowanie



SPONSOROWANO ZE ŚRODKÓW NARODOWEGO INSTYTUTU WOLNOŚCI - CENTRUM
ROZWOJU SPÓŁCZYSTWA OBYWATELSKIEGO W RAMACH RZĄDOWEGO PROGRAMU
ROZWOJU ORGANIZACJI OBYWATELSKICH NA LATA 2016-2030 PROO

pomost

MAGAZYN

SPIS TREŚCI

Społeczne tematy na lekko

ZMIANA nie do powstrzymania Ewa Zabłocka-Krasowska	2
Pozarządowa nie lekkość bytu: jak pomagają Polacy? Magda Jabłońska	4
Produkowany jak bibuła z podziemia... Janusz Gałęziak	7
Rozumieliśmy, że czas jest wyjątkowy rozmowa z Antonim Szymańskim	10
U źródeł synergii społecznej pisma „Pomost” dr hab. Witold Toczyski	13
Równi goście Łukasz Kamiński	16

Cięższe tematy bez tabu

Zakupy towarów i usług przy realizacji zadań publicznych Beata Matyjaszczyk	21
Dać rzeczy słowo – czyli po co nam Rzecznik Pomorskich NGO? Marta Dietrich	25
Nowa minister, stare wyzwania Katarzyna Sadło	27
Fundraising jak z bajki? Krótka historia pozyskiwania funduszy Marta Dietrich	29

Równowaga społeczna

Edukacja obywatelska: opinie Magda Jabłońska	31
Chodź na kawę Sylvia Bruna	33

Różności

Tech-sformacja w praktyce dr Bartłomiej Balcerzak	37
W stronę zmiany: Animal Helper Magdalena Matelska	39
Joga na krześle dla seniorów w Gdańsku Katarzyna Rucin	41
Dlaczego oglądam horrory? Marta Dzięgielewska	44
Przepis Banku Żywności Trójmiasto	48
Horoskop NGO	49

Oczywistym byłoby, abym zaczęła od zdania, że jedyną pewną w naszym życiu jest zmiana. To właśnie ona wybrzmiewa z niemal wszystkich tekstów pierwszego numeru reaktywowanego po latach magazynu „Pomost”. To widać już po tym, że możecie czytać to czasopismo w wersji online, to widać w odświeżonej formie i artykułach, to widać po nowej szacie graficznej i zróżnicowanych stylach naszych autorów i autorek.

Powrót do „Pomostu” to czas pełen wspomnień, rozmów i dyskusji na temat jego przyszłości. Cieszę się, że udało nam się spotkać z panem Antonim Szymańskim, ucieszyły mnie też pozytywne słowa i wsparcie od pana Janusza Gałęziaka oraz profesora Witolda Toczyskiego, czyli osób, które były w zespole tworzącym pismo samopomocy w latach 90. Jestem dumna, że te kilka słów wstępu dzielę z Jerzym Boczoniem, ówczesnym redaktorem naczelnym.

Dziękuję wszystkim nowym osobom, które nam zaufały i zgodziły się napisać do reaktywowanego formatu. Co najważniejsze, nie skupiamy się tylko na przeszłości, pokazujemy, co dobrego dzieje się w trzecim sektorze tu i teraz. Wyrażamy nasze nadzieje, ale też i niezadowolenie. Dzielimy się dobrymi praktykami.

„Pomost” jest różnorodny, łączy ze sobą środowiska i sektory. W tekstach zwracamy się do organizacji pozarządowych, samorządów, biznesu i mieszkańców Pomorza. O tym, jak to było kiedyś i co planujemy dalej, przeczytacie na kolejnych stronach.

Zapraszam serdecznie — do czytania i pisanja



Anna Hierecka
Redaktorka naczelna
„Pomostu”

Aby nie utknąć w klimacie silnego sentymentalizmu, chciałoby się powiedzieć, że przeszliśmy od „Pomostu” lat dziewięćdziesiątych, który zagłębiony był w rozpracowywanie nowoczesnej formuły pomocy społecznej w wielosektorowej kooperacji, do „Pomostu”, który nie zważając na sferę aktywności obywatelskiej, poszukuje formuły włączającej, jak najszerze rzesze mieszkańców we wzajemne oferowanie sobie tego, co mamy najlepszego do dzielenia się, a co wynika ze współcześnie rozumianego DOBRA WSPÓLNEGO, o które warto walczyć i którym trzeba się dzielić, bo jak pisał śp. ks. Jan Twardowski „... to co mam i to czego nie mam, nawet to czego nie wiem komu dać, zawsze jest komuś potrzebne, nierówni potrzebują siebie.....”.

Oddając „Pomost” w ręce i umysły młodego pokolenia, mam nadzieję, że wartości, jakie przyświecały „ojcom założycielom” zostaną uszanowane w nowej odsłonie tego medium, a niewątpliwie jedną z najważniejszych, poza zwykłą ludzką uczciwością i przyzwoitością, była dla nas budująca porządek społeczny Zachodniej Europy od drugiej połowy XIX wieku, a obecna od ponad ćwierć wieku w naszej Konstytucji ZASADA POMOCNICZOŚCI, której przesłanie wciąż jeszcze czeka na poważne potraktowanie i pełną realizację.

„Pomost” to dla jego twórców była piękna przygoda, bo pominąwszy, fascynujący aspekt bycia prekursorem w latach 90., wychodzenie do siebie naprzeciw (bridging) była i jest nadal piękną, zawsze aktualną ideą i misją dla której warto się trudzić.

Jerzy Boczon
Prezes Fundacji RC



SPOŁECZNE TEMATY *Na Lekko*



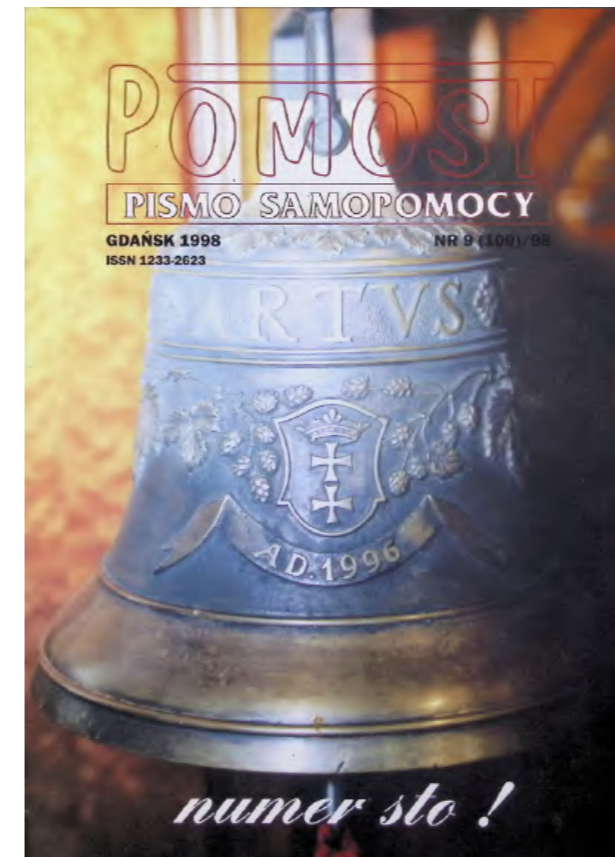
ZMIANA nie do powstrzymania

Wznowienie publikacji „Pomost”, jest odpowiedzią na wyzwania rozwojowe sektora społecznego, ale także reakcją na procesy przemian społeczno-ekonomicznych dokonujących się bardzo dynamicznie w ostatnim okresie 15 lat. Waga tworzenia powiązań międzysektorowych nieustannie zyskuje na znaczeniu w wymiarze lokalnym i globalnym.

Tak więc nazwa magazynu jest nadal aktualna, tylko osadzona już w innym kontekście społecznym. Pierwotny format wydawniczy „Pomostu” jako Pisma Samopomocy, zostanie przekształcony w Magazyn i portal, obejmujący najszerzy możliwy nurt tematyki społecznej. Adresatami będą założenia liderzy i aktywiści, członkowie grup nieformalnych i organizacji pozarządowych, instytucje publiczne, a także inni partnerzy sceny publicznej, w tym także instytucje biznesowe.

To właśnie zmiana społeczna ostatnich lat wymusiła poszerzenie grupy odbiorców oraz wzbogacenie zakresu planowanych treści o chociażby zagadnienia wynikające z respektowania zasad zrównoważonego rozwoju. Jednak cel długofalowy nowego „Pomostu” pozostaje bez zmian, czyli budowanie kapitału społecznego poprzez dialog i dzielenie się doświadczeniem.

Z satysfakcją należy zauważyć, że rozwiązania w zakresie polityki społecznej wdrażane w skali Gdańska, a inicjowane przez Fundację RC, uznawane są za modelowe i godne upowszechniania w skali ponadregionalnej. Jako organizacja pozarządowa wspierająca tzw. trzeci sektor, wypracowaliśmy modele i praktyki, którymi dzieliliśmy się z innymi organizacjami i samorządami. Fundacja RC będąc niezależnym i apolitycznym podmiotem,



Setne wydanie Pomostu, rok 1998



jednocześnie wydawcą Pisma Samopomocy „Pomost” – zyskała skuteczne narzędzie do „budowy mostów” pomiędzy ówczesnymi kluczowymi partnerami. Pierwotnie Pismo zaadresowane było głównie do członków organizacji z pola pomocy społecznej, najsilniej reprezentowanych po okresie transformacji lat 90-tych XX w. w Polsce i w regionie. Funkcja informacyjno-edukacyjna „Pomostu” była wówczas koniecznością, przy niemal zerowym dostępie do internetu.

Na zawartość redakcyjną składały się zazwyczaj prezentacje inicjatyw, projektów oraz dorobku licznych organizacji, przekaz treści edukacyjnych, publikacja list rankingowych konkursów dotacyjnych, wywiady z ekspertami, VIP-ami czy laureatami przyznawanych nagród.

Tytuł — Miasta Wolności, zobowiązuje nas do kontynuowania kultury dialogu ponad podziałami. Ważną rolą Pisma było także dowartościowanie osiągnięć liderów społecznych. Odroczone rezultaty tej misji można dostrzec w takich inicjatywach, jak: Gdańskie Nagrody, Gdańskie Fundusze, sieć Domów i Klubów Są-

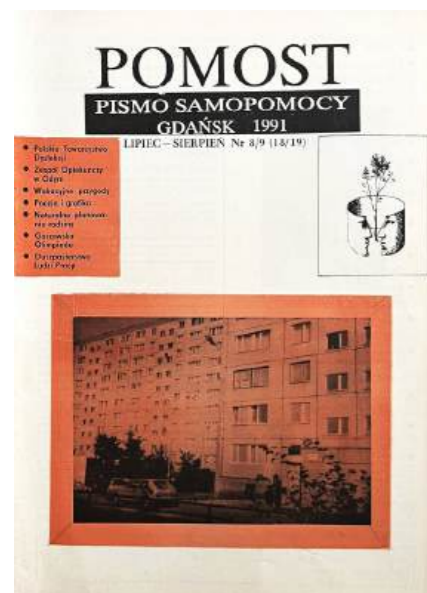
siedzkich, funkcjonowanie ponad 70 Klubów i Kół Seniora i in. Zyskująca na znaczeniu funkcja gdańskich Rad Dzielnic, stanowi świetne spoiwo dla rozwoju zaangażowanych społeczności lokalnych. Promowanie innowacyjności, a także zaradności społecznej – to trendy, które będą szczególnie promowane w nowej odsłonie magazynu „Pomost”, łączącego animatorów wartościowych inicjatyw. Prezentacja inspirujących praktyk, treści edukacyjnych z zakresu funkcjonowania trzeciego sektora oraz publicystyka społeczna – tego będzie można się spodziewać już wkrótce.

Zapraszamy do współpracy!



Ewa Zabłocka-Krasowska

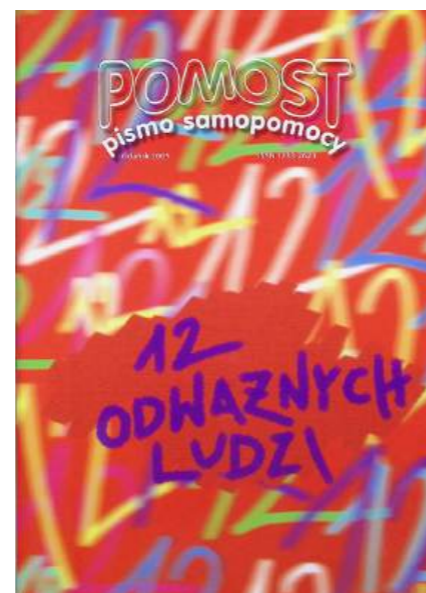
absolwentka psychologii na UG i studiów podyplomowych na UW w zakresie ewaluacji. Związana zawodowo z sektorem pozarządowym od 1996 r. jako konsultantka, zarządzająca projektami, trenerka oraz ewaluatorka. Realizowała zadania przy współpracy z instytucjami samorządowymi, rządowymi oraz grantodawczymi, jako ekspertka przy ocenie projektów społecznych. Ostatnio koordynatorka Gdańskiego Funduszu Sąsiedzkiego, autorka tekstów w piśmie samopomocy „Pomost”.



Pomost, rok 1991



Pomost, rok 1994



Pomost, rok 2005

Pozarządowa nie lekkość bytu: jak pomagają Polacy?

Najbardziej skuteczni jesteśmy, gdy w obliczu kryzysu potrzebny jest narodowy zryw, czego doświadczyliśmy przy pandemii, wojnie w Ukrainie czy powodzi. Gdy chodzi o pieniądze, to lubimy cykliczne akcje jak WOŚP czy Szlachetna Paczka, których wiarygodność potwierdzają media. Najgorzej nam idzie regularne, stałe finansowe wspieranie lokalnych inicjatyw, a wolontariat to kwestia pokoleniowa.



Wnioski z rozmowy przeprowadzonej w Kreatywnym Dziale PR Fundacji RC przez Adrianę Wałdoch, Klarę Mirecką, Martę Dziegielewską oraz Magdę Jabłońską, która zredagowała całość w felieton, uzupełniła o dane i dodała coś od siebie.

PO PIERWSZE: WPŁACAM TAM, GDZIE INNI

Pomaganie w ramach medialnych, nagłośnionych zrywów daje nam poczucie komfortu i współuczestniczenia w wielkiej sprawie. Ocieramy się również o prestiż i zaufanie, bo skoro za taką organizacją stoją znane twarze z show biznesu lub autorytety z różnych dziedzin, to jest to dowód wiarygodności. Coroczna wpłata na „Orkiestrę” sprawia, że możemy odhaczyć wykonanie zadania, a przy ogłaszaniu kolejnego pobitego rekordu jesteśmy dumni, że i nasza

złotówka tam jest. Podobnie jest jeśli chodzi o Szlachetną Paczkę. Obie te najpopularniejsze polskie inicjatywy bardzo mocno promują i komunikują ideę wolontariatu i co roku angażują coraz więcej ludzi w różnym wieku (WOŚP ponad 120 tys., a Szlachetna Paczka to ponad 12 tys. wolontariuszy). I o ile są to bardzo chwalebne, wzorowe i wzorcowe inicjatywy, skupiają na sobie dużą uwagę społeczeństwa, na czym mogą cierpieć mniejsze, lokalne inicjatywy, bo „przecież dałem już na Owsiaka”... Prawda jest taka, że większość z nas lubi to, co łatwe i co nie wymaga wysiłku, zatem z prostym przekazaniem „1,5%” również jesteśmy dobrze oswojeni.



W tym roku OPP¹ otrzymały 1,9 mld zł, czyli o 370 mln zł więcej niż w 2023, a liczba podatników, którzy zadeklarowali wsparcie, wzrosła o 2,1 mln. Przeciętna kwota przekazywanych wpłat wyniosła 128 zł.²

PO DRUGIE: JEST AKCJA, JEST MOBILIZACJA

„Tak, jesteśmy zadaniowi. Następuje tragedia, a my rzucamy wszystko i walimy na oślep. Tak bardzo jesteśmy wstrząśnięci, że chcemy od razu pomóc. Nie czekamy na rozwój sytuacji, nie doczytamy, jaka pomoc jest potrzebna. Po prostu działamy. I to było widać bardzo, gdy rozpoczęła się wojna w Ukrainie. Brudne ubrania czy przeterminowana żywność zdarzały się bardzo często, jak również niepotrzebne akcje na granicy.” - stwierdza Marta Dzięgielewska.

Tymczasem od tamtego czasu wielu z nas nauczyło się współpracować z lokalnymi organizacjami społecznymi, które dzięki swoim kompetencjom i dobremu rozeznaniu logistycznemu potrafią uporządkować chaos. Widać to było przy okazji niedawnej pomocy dla powodzian, gdzie od razu apelowano o wpłaty lub proszono o bardzo konkretne rzeczy. Udało się nas pożytecznie zdyscyplinować.

PO TRZECIE: CODZIENNY WYMIAR POMOCY

W naszej kulturze panuje przekonanie, że należy sobie radzić samemu, szczególnie jeśli nie stoi się w obliczu dużej przeciwności losu czy tragedii. Taka postawa sprawia, że nie umiemy prosić o pomoc. Z drugiej strony krąg zaangażowania ogranicza się do najbliższych.

„Rozmawiałam niedawno z koleżankami o kwestii takiej zwykłej pomocy międzyludzkiej, sąsiedzkiej np. przy przeprowadzce i stwierdziłyśmy, że jest raczej tendencja do od-

syłania od razu do gotowych rozwiązań, czyli do firmy przeprowadzkowej. Ludzie nie proszą o pomoc siebie nawzajem, bo to nie wypada.” - mówi Adrianna Wałdoch.

Czy to znaczy, że jeśli nie umiemy prosić o pomoc, to także nie potrafimy pomagać w takim zwykłym, codziennym, sąsiedzkim wymiarze? Przecież solidarność to nie tylko reakcja na katastrofę, ale element życia społecznego. Na pewno zależy to od momentu życia, w którym jesteśmy i od naszej osobistej sytuacji. Zupełnie inne podejście i możliwości ma osoba na emeryturze bez zobowiązań, a kompletnie inaczej to wygląda, gdy się ma pełen etat i dzieci.

„Przy tym tempie życia, z małymi dziećmi w domu, gdy ledwo żyjesz, trudniej jest poświęcić czas na wolontariat. Także wśród moich znajomych nie ma przestrzeni na regularne pomaganie. Ale np. raz w roku się organizujemy i robimy fajną akcję prezentową dla dzieci w szpitalach” - potwierdza Marta Dzięgielewska

Natomiast młode pokolenie wolontariat poznaje głównie pod kątem wyrobienia dodatkowych punktów na świadectwo. Jest oczywiście spory odsetek zaangażowanych młodych działaczy, grup szkolnych i takich, co po prostu mają to w genach, ale nie ma się co oszukiwać, że dla większości młodzieży jak mówi Ada „czas jest złotem i mamy go naprawdę mało dla siebie. Łączymy pracę i studia. Łatwiej jest wysłać kasę.”

Promocja pomagania powinna skupić się na komunikacie, że jest to okazja do rozwijania własnych umiejętności - na przykład organizacyjnych, zdobywanych przy konkretnej pracy, jak pomoc przy koncercie czy wernisażu. Ważną kwestią jest także nauka, wręcz „trenowanie” empatii już od najmłodszych lat. Rodzice i szkoła powinni uwrażliwiać dzieci i zachęcać do pomocy właśnie sąsiedzkiej w ramach lokalnej społeczności.

„Myślę, że lekcję tę muszą wciąż odraabiać organizacje pozarządowe. Cały czas jest przekonanie, że jak robimy dobro, to należy je robić, a nie się tym chwalić. A to właśnie dzięki mówieniu o tym szerzej, po pierwsze jesteśmy w stanie dotrzeć do potrzebujących, a po drugie, uwrażliwić innych na to, że pomoc jest potrzebna” - dodaje Klara Mirecka.

A GDYBY TAK ZDECYDOWAĆ SIĘ NA SUBSKRYPCJĘ?

W Polsce jest ok. 100 tys. aktywnych NGO, które najczęściej są wspierane przez nas okazjonalnymi darowiznami. Co drugi Polak przyznaje, że w ostatnim roku przekazał pieniądze na rzecz organizacji pozarządowej, a 35% zrobiło to kilkakrotnie. Mimo to tylko 4% decyduje się na regularne, comiesięczne wsparcie. Z danych wynika, że najczęściej pomagają finansowo osoby z wyższym wykształceniem i wyższymi dochodami, mieszkające w dużych miastach i mające ponad 55 lat³.

Tymczasem aż 80% Polaków korzysta z platform streamingowych do oglądania wideo, a połowa z nich opłaca subskrypcje, by mieć dostęp do treści⁴. Są to kwoty od 10 do 69,99 zł miesięcznie za różne opcje, a często mamy ich kilka równocześnie (filmowe, sportowe lub premium)⁵. Skoro zatem chętnie płacimy za stałą rozrywkę, to dlaczego trudniej nam się zdecydować do systematycznego wspierania organizacji pozarządowych. Tym bardziej że przykład takich platform jak Patronite i FaniMani pokazuje, że jest to jakieś rozwiązanie.

Regularne wsparcie (nawet małymi kwotami) pozwoliłoby organizacjom społecznym funkcjonować na co dzień i skutecznie działać nie martwiąc się o pokrycie pensji, czynszu czy ogrzewania. Wsparcie aktywne, zrywne

narodowe przynoszą nam dużą satysfakcję, bo efekt jest widoczny praktycznie od razu. Jednak to stabilność organizacji pozarządowych zapewnia działaniom społecznym trwalsze rezultaty i wbrew pozorom ich krąg odbiorców jest o wiele szerszy. **Regularne pomaganie jest skuteczniejsze i długofalowe. I wbrew pozorom jest też łatwe, mniej angażujące i dostępne.**

Jako naród jesteśmy sprinterami, ale może warto spróbować startu w maratonach?



Magda Jabłońska
Redaktorka „Pomostu”



Adrianna Wałdoch
Redaktorka graficzna „Pomostu”



Marta Dzięgielewska
Redaktorka „Pomostu”



Klara Mirecka
Redaktorka naczelna „Pomostu”

¹ Organizacje Pożytku Publicznego, które są uprawnione do zbierania 1,5 %
² www.prawo.pl/podatki/wplaty-1-5-proc-pit-na-rzecz-opp-2024,529336.html

³ Raport „Ufamy, ale... Polki i Polacy o organizacjach pozarządowych”, Stowarzyszenie Klon/Jawor, 2023

⁴ Digital Consumer Trends 2023, Deloitte

⁵ WirtualneMedia.pl „Serwisy streamingowe w Polsce coraz droższe. Prawie 6 tys. zł rocznie”

Do takiej współpracy trzeba było wzajemnego zrozumienia, zarówno wizji nowoczesnego systemu jak i swoich potrzeb, ograniczeń i mocnych stron.

”

Produkowany jak bibuła z podziemia...

Wspomnienie Janusza Gałęziaka

Janusz Gałęziak — psycholog, terapeuta. Założyciel i wieloletni kierownik Ośrodka Rehabilitacji Narkomanów w Smażynie. Współtwórca „Pomostu”. Polski urzędnik państwowy i samorządowy, dyplomata, w latach 1990-1997. Dyrektor Wojewódzkiego Zespołu Pomocy Społecznej w Gdańsku. W latach 1997-1999 sekretarz stanu w Ministerstwie Pracy i Polityki Socjalnej oraz pełnomocnik rządu ds. osób niepełnosprawnych. Jako radca, następnie radca-minister odpowiedzialny za obszar polityki społecznej i zatrudnienia brał udział w negocjacjach akcesyjnych i polskiej Prezydencji w Stałym Przedstawicielstwie Polski przy UE.

Przede wszystkim chcę pogratulować autorom pomysłu reaktywacji „Pomostu”!

Kiedy zakładałem Wojewódzki Zespół Pomocy Społecznej (WZPS) w roku 90., nie miałem zamiaru ograniczyć się do zbudowania zespołu i zamknięcia się w Urzędzie Wojewódzkim, Wiedziałem, że nowy system pomocy społecznej musi się opierać na partnerstwie, współpracy wielu struktur i podmiotów. Wiedziałem, że ośrodki i domy pomocy, organizacje pozarządowe muszą ze sobą współpracować.

Do takiej współpracy trzeba było wzajemnego zrozumienia, zarówno wizji nowoczesnego systemu jak i swoich potrzeb, ograniczeń i mocnych stron. Uznaliśmy, że konieczna jest

integracja, poczucie wspólnej tożsamości. Potrzebna była platforma wymiany informacji, przekazu idei, celów i propozycji rozwiązań, jak również dzielenia się doświadczeniami, problemami, informacjami zwrotnymi. Tak zrodził się pomysł pisma, otwartego dla wszystkich partnerów.

Wzajemne zrozumienie pomiędzy stroną samorządową i pozarządową okazało się również największym wyzwaniem w tworzeniu „Pomostu”. Długo nad tym pracowaliśmy, ale w końcu zaczęliśmy rozmawiać tym samym językiem. Samorządy zaakceptowały organizacje pozarządowe, pojawiły się pierwsze konkursy grantowe wspierające III sektor. Organizacje pozarządowe również okrzepły.

Dzięki porozumieniu udało się osiągnąć znaczącą zmianę społeczną, wzrost świadomości, jak ważne jest partnerstwo.

Zaczęliśmy wydawać „Pomost” jako pismo samopomocy. Początkowo produkowany na kserokopiarce, w prymitywnej formie, jak bibuła z podziemia. Jednak to nie odstraszyło czytelników, magazyn od razu wzbudził duże zainteresowanie.

Przełomem było, kiedy udało się przejść na kolorowe, ilustrowane wydanie.

Odbiorcami byli pracownicy pomocy społecznej, domów pomocy, organizacji pozarządowych, samorządów. Wysyłaliśmy „Pomost” do innych miast, aby dzielić się pomorskimi praktykami i dobrymi przykładami. Niektóre województwa zaczęły też wydawać własne, podobne pisma.

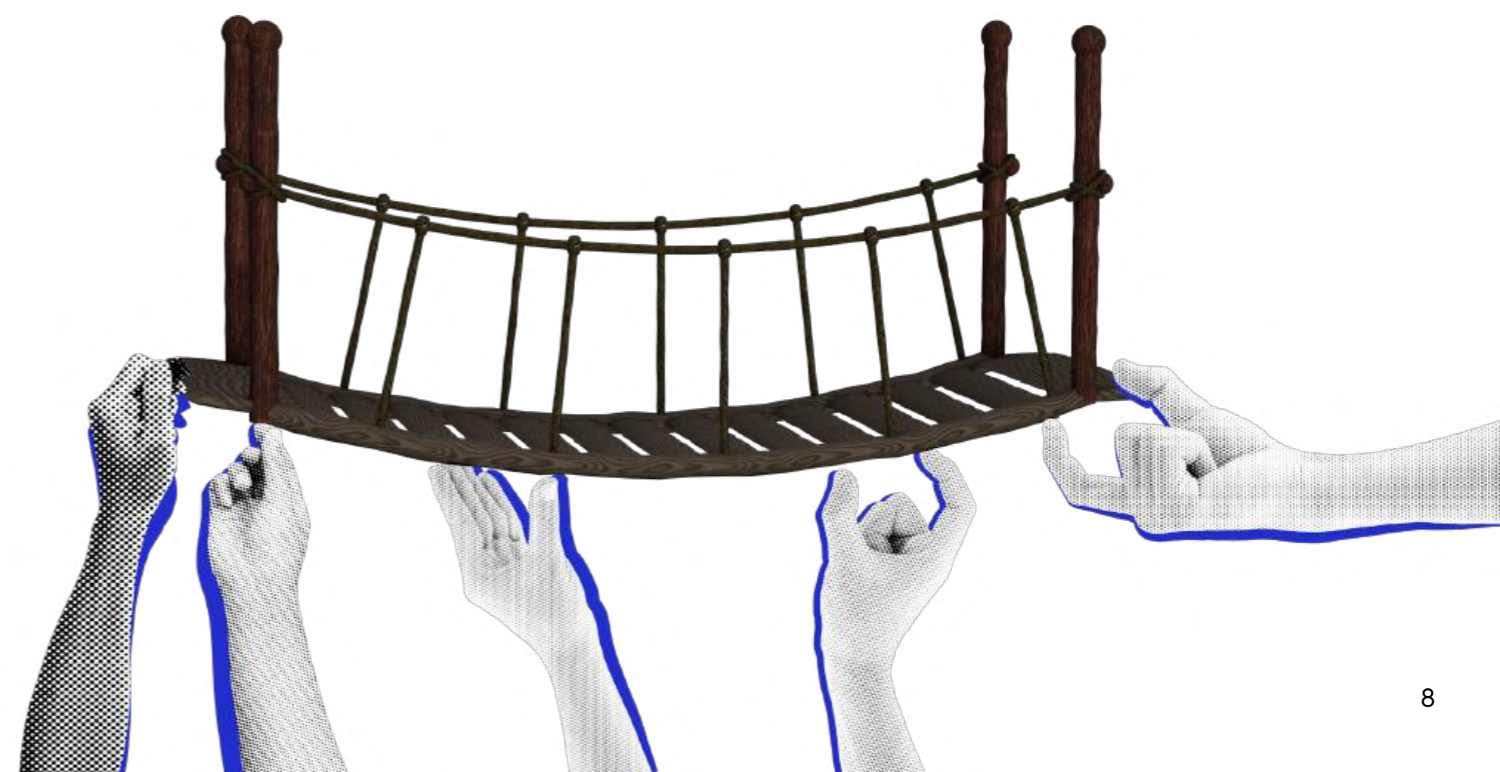
Numer specjalny, wydany w języku angielskim wyjechał nawet poza Polskę. Zabrałem go do Stanów Zjednoczonych. Jako dyrektor WZPS zostałem zaproszony przez Departament Stanu USA do odbycia podróży studyjnej. Pomyślałem, że warto podzielić się z amerykańskimi instytucjami i organizacjami tym, jaki mamy pomysł na pomoc społeczną

w regionie. Uznałem, że kompilacja najważniejszych artykułów z „Pomostu”, w tym mój programowy „Gdzie jesteśmy, dokąd zmierzamy” może być interesująca. Stąd tłumaczenie i angielska wersja pisma.

„Pomost” bardzo szybko się rozwinął. Opisywaliśmy wiele bieżących tematów, ważnych zmian zachodzących w nowej polskiej rzeczywistości. Jednak dla mnie najważniejszym momentem były pierwsze propozycje artykułów płynące od naszych partnerów. To pokazało, że „Pomost” działa w dwie strony, jest platformą porozumienia. Życzę, z całego serca, aby reaktywowany magazyn również stał się forum współpracy, wzajemnej inspiracji i wymiany idei.



Janusz Gałęziak
Psycholog, terapeuta



Rozumieliśmy, że czas jest wyjątkowy

Rozmowa z Antonim Szymańskim

Antoni Szymański — współtwórca „Pomostu”. Poseł III kadencji (przewodniczył Sejmowej Komisji Rodziny), senator VI kadencji (przewodniczył Senackiej Komisji Rodziny i Polityki Społecznej), socjolog, działacz samorządowy. Działa na rzecz wzmocnienia polskich rodzin.

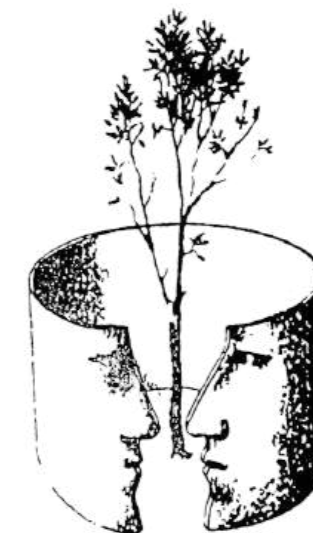
Może zaczniemy od początku, czyli tego, jak to się stało, że dołączył Pan do „Pomostu”.

Po odzyskaniu wolności w 1989 roku, zastanawialiśmy się nad nowoczesnym kształtem sfery pomocy społecznej w Polsce. W skład tej grupy wchodził Janusz Gałęziak, pracujący w Urzędzie Wojewody, profesor Witold Toczyski, który wówczas pełnił m.in.: funkcję radnego sejmiku województwa pomorskiego, był także Jurek Boczoń, którego domeną była działalność pozarządowa oraz ja. W tym gronie, o ile dobrze pamiętam, pojawił się pomysł powołania „Pomostu”.

Uznaliśmy, że potrzebne jest medium, które byłoby głosem organizacji pozarządowych, ponieważ uważaliśmy, że organizacje te są ważnym elementem szeroko rozumianej polityki społecznej, w tym także w zakresie pomocy społecznej. Chcieliśmy, by czasopismo to przedstawiało wizję tych polityk i mobilizowało do działania.

Jaka była Pana rola w tworzeniu Pomostu?

Pomyślałem, że pismo powinno mieć rozpoznawalny symbol. Poprosiłem Wiesława Smętka, wówczas studenta Akademii Sztuk Pięknych w Gdańsku (obecnie wybitnego grafika mieszkającego poza granicami Polski), o jego wykonanie. Symbol to dwa profile twarzy zwrócone ku sobie, z wyrastającym pośrodku drzewkiem, które symbolizuje wzrost i życie. Ten obraz wyraża idee Pomostu: relacje, dialog i nastawienie na słuchanie siebie nawzajem.



Symbol zaprojektowany przez Wiesława Smętka

Czy pamięta Pan, kto wymyślił tytuł „Pomost”?

Szczerze mówiąc, nie pamiętam. Wszyscy zgodziliśmy się, że „Pomost” to doskonała metafora – łączy ludzi, organizacje i idee.

Wracając do symbolu, co oznacza drzewo między profilami twarzy?

Drzewko, które na grafice jest małe, dzisiaj pewnie, można by namalować dużo większe. Symbolizuje rozwój i żywotność, a także chcielibyśmy, by były organizacje pozarządowe.

Nie analizowaliśmy tego znaku głęboko; po prostu poprosiłem o zaprojektowanie go, pokazałem w naszym gronie i wszystkim się spodobał. Myślę, że znaki mają znaczenie ponadczasowe – być może nowy Pomost również będzie z niego korzystał.

Uznaliśmy, że potrzebne jest medium, które byłoby głosem organizacji pozarządowych



Nowy Pomost nie będzie już magazynem samopomocy. Teraz kładziemy nacisk na łączenie sektorów i środowisk. Jakie cele przyświecały pierwszym numerom?

Co chcieliśmy uzyskać? Po pierwsze pokazanie ruchu pozarządowego. Ile jest i jakie są inicjatywy oraz w jakich sferach działają. Wydawało nam się ważne pokazanie, że jest wiele organizacji, ich charakteru i misji. Byliśmy przekonani, że będzie czymś mobilizującym i pokazującym innym, jak można działać. To, że periodyk wychodził systematycznie, że był rozpowszechniany bardzo szeroko, że właściwie każdy mógł tam napisać i przedstawić swoją inicjatywę, dla rozwoju organizacji pozarządowych z całą pewnością miało ogromne znaczenie.

Pomost stał się miejscem dyskusji i wymiany doświadczeń.

W jakich obszarach publikował Pan swoje teksty?

Moją domeną była tematyka społeczna dotycząca rodziny. Powstał nawet potem w Pomocie taki podtytuł: „Wokół rodziny”. Zapraszałem autorów takich jak profesor Włodzimierz Fijałkowski wybitny ginekolog położnik, twórca m.in.: Szkół Rodzenia, czy profesor Dorota Kornas-Biela, do pisania o bliskiej im tematyce rodzinnej. Była ona wtedy ważnym, bieżącym tematem poruszonym w społeczeństwie.

Dlaczego akurat rodzina?

W tamtym czasie przewodniczyłem Radzie Rodziny w województwie pomorskim, które było bardzo aktywnym, złożonym z przedstawicieli wojewody, sejmiku, biskupa diecezji gdańskiej i ponad 20 organizacji prorodzinnych. Radę traktowaliśmy jako forum dyskusji o sytuacji rodzin oraz jaka powinna być wobec niej polityka gmin. Pomost dawał nam przestrzeń do upowszechniania tych idei i relacjonowania działań Rady.

Byłem też wówczas kuratorem sądowym, więc cały czas przewijała się ta wielosekto-

wość. Czasem do „Pomostu” pisała sędzia Teresa Thiel Kubacka — odnosiła się do spraw rodzinnych, opisując kwestie rozwodów czy separacji. Przygotowany przez Radę Rodziny projekt dotyczący separacji małżeńskiej stał się dokumentem podstawowym dla przygotowania sejmowej ustawy.

Była to zatem tematyka bardzo aktualna i związana z działalnością różnych organizacji. Pisaliśmy o sytuacji demograficznej, o ubóstwie, prezentowaliśmy badania na ten temat.

Jakie różnice widzi Pan między postrzeganiem tematów pomocy społecznej i rodziny wtedy, a obecnie?

Wtedy mam wrażenie, że dyskusja była bardziej merytoryczna niż obecnie. Dzisiaj, ze względu na polaryzację i ideologizację, wiele tematów nie ma takiej przestrzeni do rzeczowej rozmowy. Rada Rodziny była miejscem dialogu, nawet jeśli uczestnicy mieli różne poglądy. Nowy „Pomost” powinien starać się przywrócić tę otwartość na różne perspektywy. Bo rzeczowa rozmowa, wzajemny szacunek, otwartość na różne poglądy i merytoryczna dyskusja są bardzo potrzebne.

Przyjmuję tę rekomendację dla nowej redakcji. Czy stworzenie „Pomostu” napotkało jakieś trudności, szczególnie biorąc pod uwagę czas przemian w Polsce?

Myślę, że po pierwsze rozumieliśmy, że czas jest wyjątkowy.

Po drugie byliśmy młodzi i chcieliśmy dobrych zmian. Była świadomość tej szczególnej chwili.

Teksty przynosiliśmy do Fundacji Regionalne Centrum Informacji i Wspomagania Organizacji Pozarządowych [Fundacja RC przp.red.] przy ulicy Grunwaldzkiej. Nie pamiętam, czy na dyskietce, czy może napisane jeszcze na maszynie, a potem ktoś to przepisywał, ale dobrze to funkcjonowało.

Wspomniał Pan, że gdy zaczynaliście, nie wiedzieliście, jaki to będzie nakład, jak to się potoczy, a jednak przez ponad dobrych 10 lat „Pomost” funkcjonował. Było to pozytywne zaskoczenie.

Nie wiem, czy zaskoczenie, ale na pewno to było ważne, że takie pismo funkcjonowało.

Czytałem wczoraj z ciekawości, co tam 30 lat temu pisaliśmy i są tam tematy ważne i dzisiaj. Porównanie tego spojrzenia z tamtych czasów, z obecnymi, dyskusja wokół tych problemów też byłaby ciekawa. Warto moim zdaniem sięgać do tych tekstów, inspirować się.

Na pewno pismo pomagało w tym, żeby ta giełda rozmaitych pomysłów związanych z obszarem społecznym była jak najszersza. Myślę też, że odegrało ono znaczącą rolę w tym, że województwo pomorskie posiada jedną z większych w Polsce procentową liczbę organizacji pozarządowych. „Pomost” to była przestrzeń do pokazania się przez organizacje.

Podobną funkcję pełni też teraz Nagroda Bursztynowego Mieczyka¹, która w tym roku obchodzi swoje 30-lecie. Jakie znaczenie miały wyróżnienia, takie jak ta Nagroda?

Tego rodzaju wyróżnienia są dla organizacji wielką wartością – podtrzymują ich motywację, są formą docenienia, a jednocześnie wzmacniają integrację między osobami zaangażowanymi w działania społeczne. Nigdy nie byłem w kapitule Bursztynowego Mieczyka, natomiast uczestniczyłem w prawie wszystkich wydarzeniach — galach wręczenia nagród. Dlaczego? Dlatego, że tam można spotkać ludzi, z którymi współpracujemy na co dzień i jest to szansa na odnowienie kontaktów.

Fakt publicznego docenienia organizacji, tych, które są honorowane, ale również tych, które nie otrzymują akurat nagrody, jest niezwykle

ważny. Słyszą tutaj dobre słowo ze strony rozmaitych osób, które doceniają ich działalność. Jest to zachęcające do dalszych działań, a to jest coś, czego człowiek potrzebuje.

I kończąc tymi dobrymi słowami, zapraszam na tegoroczną Galę, która odbędzie się 10 grudnia w Europejskim Centrum Solidarności. Dziękuję serdecznie za rozmowę oraz podzielenie się wspomnieniami.



Antoni Szymański
Współtwórca „Pomostu”,
działacz samorządowy



Klara Mirecka
Redaktorka naczelna
„Pomostu”

¹ Nagroda Bursztynowego Mieczyka im. Macieja Płażyńskiego to nagroda przyznawana pomorskim organizacjom pozarządowym.

U źródeł synergii społecznej pisma „Pomost” według Witolda Toczyskiego

SPOŁECZNE WYZWANIA PO UPADKU REALNEGO SOCJALIZMU W 1989 ROKU.

Koniec lat 80. zastał polskie opozycyjne elity nieprzygotowane do kompetentnego wzięcia spraw w swoje ręce i budowanie normalnych demokratycznych struktur. W ugrupowaniach przejmujących władzę w 1990 roku w samorządach lokalnych i w państwowej administracji wojewódzkiej pojawili się ludzie pełni dobrych intencji, ale dotąd niemający doświadczenia w rządzeniu i skazani byli na rozpoznawanie demokratycznego rządzenia bojem. Jednym z elementów tego, nazwijmy eufemistycznie, zwiadu demokratycznego

była szeroko rozumiana polityka społeczna. W ramach tego pojęcia było przede wszystkim odzyskiwanie podmiotowości społeczeństwa w ramach samorządu gminnego. Również na poziomie państwowej administracji wojewódzkiej pojawili się ludzie, którzy musieli się wszystkiego uczyć w działaniu. Częścią szeroko rozumianej polityki społecznej były branżowe sprawy funkcjonowania pomocy społecznej, mieszkalnictwa, rodziny, oświaty itp. To była rewolucja mentalna z budowaniem nowych struktur funkcjonowania demokratycznego społeczeństwa. Jednym z elementów tego procesu było stworzenie pisma, które mogłoby przedstawiać różne praktyczne elementy tworzenia wspólnot lokalnych.



Jerzy Boczoń, lata 90.

INSTYTUCJONALNE AKTYWA „POMOSTU”

W ramach instytucjonalnych struktur samorządów lokalnych i władz regionalnych pojawili się ludzie pełni radosnego uniesienia, że będziemy budować relacje społeczne w dużej mierze oparte na tradycjach chrześcijańskich wartości. Na poziomie regionu gdańskiego największe znaczenie miał Wojewoda Maciej Płażyński. Pociągnął za sobą środowisko gdańskiej opozycji, w tym Janusza Gałęziaka, który był kierownikiem ośrodka dla narkomanów w Smażynie. Do instytucjonalnych struktur, które miały pozytywny wpływ, był Sejmik Samorządowy, który tworzył wsparcie dla procesu budowania nowych struktur wzmacniających oddolne ruchy społeczne. Szczególną rolę pod skrzydłami dwóch wyżej wymienionych odegrał Jerzy Boczoń, aktywny do dzisiaj, którego bez wątpienia trzeba uznać za głównodowodzącego frontu budowania ruchu organizacji pozarządowych. Był on najbardziej kreatywnym, pełnym entuzjazmu Ojcem inicjatywy „Pomost”. Był też głównym długoletnim redaktorem i wydawcą. Wyrósł naukowo i społecznie w Katedrze Socjoekonomii na Wydziale Ekonomicznym Uniwersytetu Gdańskiego.

SPOŁECZNE AKTYWA „POMOSTU”

Zapleczem społecznym „Pomostu” z jednej strony były konkretne osoby, ale one czerpały swoją wiedzę i wolę działania ze środowisk, w których mieli oparcie.

Za Antonim Szymański stało środowisko ruchów rodzinnych, w tym przede wszystkim Human Life International. Byli to lekarze, położnicy, kuratorzy, sędziowie rodzinni i zwyczajni ludzie zaangażowani w ruchach prorodzinnych.

Za piszącym te słowa, Witoldem Toczyskim stała przede wszystkim Katedra Socjoekonomii, którą kierował. Tam gromadzono przez 20 lat wiedzę o polityce społecznej w Polsce i w Europie. Szczególnym doświadczeniem był kontakt z prof. Joergensenem z Socjale Hojskole w Kopenhadze, który umożliwił w czasie wyjazdów studialnych studentom i pracownikom katedry zapoznanie się z działalnością ruchów obywatelskich i formami aktywizacji małych wspólnot lokalnych. Dzisiaj możemy ten kontakt ocenić, że uczeń przerósł mistrza, bo ruch działań wspólnotowych organizacji pozarządowych jest w Polsce potężną siłą.

fot. Robert Kozakiewicz

„Pomost” okazał się wielkim
wytwórcą efektów synergii
w działaniu zwykłych obywateli na
rzecz przyjaznych form społecznej
kooperacji nie tylko w ramach
organizacji pozarządowych.



POWSTANIE EFEKTU SYNERGII W RÓŻNYCH SFERACH ŻYCIA SPOŁECZNEGO ZA POŚREDNICTWEM „POMOSTU”

Początek lat 90. zaznaczył się bólem ekonomicznym i społecznym w wykonaniu transformacji Balcerowicza. Państwowe firmy upadały, prywatyzacja ukazała swoje brutalne oblicze, które prowadziło do ogromnego bezrobocia. Społeczeństwo niby brało sprawy w swoje ręce, ale brakowało wiedzy i doświadczenia jak to robić. Potrzebne było forum, na którym ukazano by możliwe ścieżki społecznego i ekonomicznego działania, aby przezwyciężyć ciemne strony transformacji. Pojawiła się cała gama wypowiedzi gdańskich autorów o zwalczaniu bezrobocia, o formach wsparcia bezdomnych, o działaniu instytucjonalnej pomocy w gminach

i w regionie. Artykuły miały warstwę informacyjną, ale także szkoleniową jak np. korzystać z funduszy Phare, czy Equal. Jednocześnie było to forum przekazu wiedzy o budowaniu struktur społeczeństwa obywatelskiego, co znakomicie robił zespół fundacji Regionalnego Centrum Informacji i Wspomagania Organizacji Pozarządowych kierowany przez Jerzego Boczonía. To w „Pomoście” rozpropagowano w latach 90. idee 1% w budżecie samorządów terytorialnych. Tam zasiano idee ruchu rodzin wielodzietnych, rodzin z dziećmi z niepełnosprawnościami, czy sposobów funkcjonowania spółdzielni socjalnych.

„Pomost” okazał się wielkim wytwórcą efektów synergii w działaniu zwykłych obywateli na rzecz przyjaznych form społecznej kooperacji nie tylko w ramach organizacji pozarządowych.



Dr hab. Witold Toczyski

współtwórca „Pomostu”. Twórca socjoekonomii na Uniwersytecie Gdańskim. W 1991 włączył się do przemian ustrojowych w planowaniu regionalnym jako dyrektor Biura Rozwoju Regionalnego w Rządowym Centrum Studiów Strategicznych. Założyciel Bałtyckiego Instytutu Spraw Europejskich i Regionalnych. Inicjator badań nad przedsiębiorczością społeczną młodzieży i stosowania zasad demokracji deliberatywnej w sektorze organizacji pozarządowych w Towarzystwie Debat Obywatelskich.



Jak rozmawiać, żeby nie urazić i jeszcze samemu czuć się dobrze? Równi Goście przychodzą z odpowiedzią: zwyczajnie. Tak, jak rozmawia się z dorosłą osobą.



fot. Piotr Manasterski

Równi Goście

Ten projekt robimy po to, aby pokazać, że osoby z niepełnosprawnością intelektualną mogą robić to samo, co osoby bez niepełnosprawności – mówi Pani Joanna, 39-letnia osoba z Zespołem Downa, jedna z Ambasadek projektu. Jaki to projekt? Równi Goście, czyli efekt współpracy Danuty Kłopotkiej i Łukasza Kamińskiego, reprezentujących Fundację Adapa oraz Piotra Manasterskiego, gdyńskiego fotografa, założyciela Studia PORTfoto, którzy z Ambasadorami i społecznością fundacji starają się zmienić sytuację dorosłych osób z niepełnosprawnością intelektualną.

Osób, które tak jak wszyscy lubią grać w kręgle, wychodzić do pubu, oglądać komedie i jeść pizzę. Nie wszyscy niestety jeszcze to wiedzą. A przecież status osoby dorosłej nabywamy wraz z wiekiem, a nie z poziomem wykształcenia czy rozwoju intelektualnego. Nie traktujemy się równo. Pora to zmienić. Pora pokazać, że wszyscy jesteśmy Równi Goście!



TU SĄ TWOJE PIENIĄŻKI

Zwracanie się „na Ty”, infantylny język, czy pomijanie przy rozmowie i mówienie do rodzica/opiekuna to główne błędy, jakie popełniamy w kontakcie z dorosłymi osobami z niepełnosprawnością intelektualną. W restauracji słyszą: „Co dla Ciebie?”. Na zakupach: „Tu są Twoje pieniądze”, a w kinie o pokazanie biletu proszony jest rodzic czy asystent. Te obserwacje to efekt wieloletniej pracy, setek wyjść „na miasto” w ramach treningów ekonomicznych, wyjść uspołeczniających, wycieczek, które organizuje fundacja. Czy to zła wola? Uważamy, że nie!

To efekt niewiedzy, utrwalonych stereotypów, strachu czy obaw przed reakcją drugiej strony. Jak rozmawiać, żeby nie urazić i jeszcze samemu czuć się dobrze? Równi Goście przychodzą z odpowiedzią: zwyczajnie. Tak, jak rozmawia się z dorosłą osobą. Grzecznie, z szacunkiem, używając zwrotów adekwatnych do wieku. A skoro do tej pory nikt nie opowiedział o tym wystarczająco głośno – przyszła pora, aby to zmienić! Nadchodzą Równi Goście i sami biorą sprawy w swoje ręce.

PIĘKNE, ALE CODZIENNE

„Zróbmy coś, co zmieni postrzeganie dorosłych osób z niepełnosprawnością intelektualną w społeczeństwie” – taka była pierwsza idea. Jak to zrobić? To musiałyby być coś, czego jeszcze nie było, co by trafiło do wszystkich, to musiałyby być prawdziwe i autentyczne. Ale też proste i codzienne, bo właśnie codzienność trzeba zmienić. Niepełnosprawność się zdarza. Jest od nas niezależna, jak kolor oczu, wzrost czy piegi. Ale wcale nie musi wykluczać ani wzbudzać sensacji. Wszyscy się od siebie różnimy, ale mamy prawo robić dokładnie to samo. Zróbmy więc zdjęcia, które pokażą różnych ludzi w codziennych, zwyczajnych sytuacjach – w restauracji, pubie, u barbera czy w czasie gry na konsoli!

- Pomysł był. Zacząłem więc wokół niego „chodzić”. Pierwsze kroki skierowałem do Danuty (prezes Fundacji Adapa), potrzebowałem jej „zielonego światła”, aby móc we wszystko zaangażować fundację – wspomina Łukasz Kamiński, pomysłodawca projektu. – Dostałem je. Teraz musimy zrobić zdjęcia, które ukazą całą ideę projektu.

Pomysł na zdjęcia był jasny: miały być naturalne, autentyczne i miały nieść przekaz. Tutaj pojawia się Piotr Manasterski. Do udziału w projekcie nie trzeba go było długo przekonywać.

- Kiedy Łukasz opowiedział mi o pomysle na projekt „Równi Goście” wahałem się tylko 5 minut – mówi fotograf. Wszystko wydawało się ustalone, jednak Piotr nie był pewny czy podoła nowej dla siebie sytuacji. - Moje obawy dotyczyły jedynie tego, czy nie mając doświadczenia w kontaktach z osobami z niepełnosprawnością intelektualną, poradzę sobie na spotkaniu z nimi. Obawy prysły po pierwszym kwadransie wizyty w Adapie. Od razu dało się wyczuć dobrą energię, rozmawialiśmy o pomysłach na zdjęcia, Podopieczni sami wybierali sesję, w których czuliby się dobrze. Nie było narzekania, z którym często spotykam się w codziennej pracy, że <nie lubię zdjęć> albo <tylko proszę szybko>. Tu było odwrotnie, od podopiecznych bił entuzjazm, zainteresowanie, akceptacja. Zdjęcia były aranżowane, ale robiliśmy je w autentycznych, codziennych sytuacjach. Dlatego emocje też są autentyczne! – podsumowuje Piotr.

Jak pokazuje jego przykład – nie ma się czego bać! Wystarczy uśmiech, dobra wola i odrobina cierpliwości. O energię zadbają już sami Równi Goście. To właśnie chcemy pokazać społeczeństwu – dajcie nam szansę, a zobaczycie, że to fantastyczne osoby – pełne pasji, radości, ale też mające swoje nadzieje, obawy, doświadczające porażek. Jak każdy z nas.

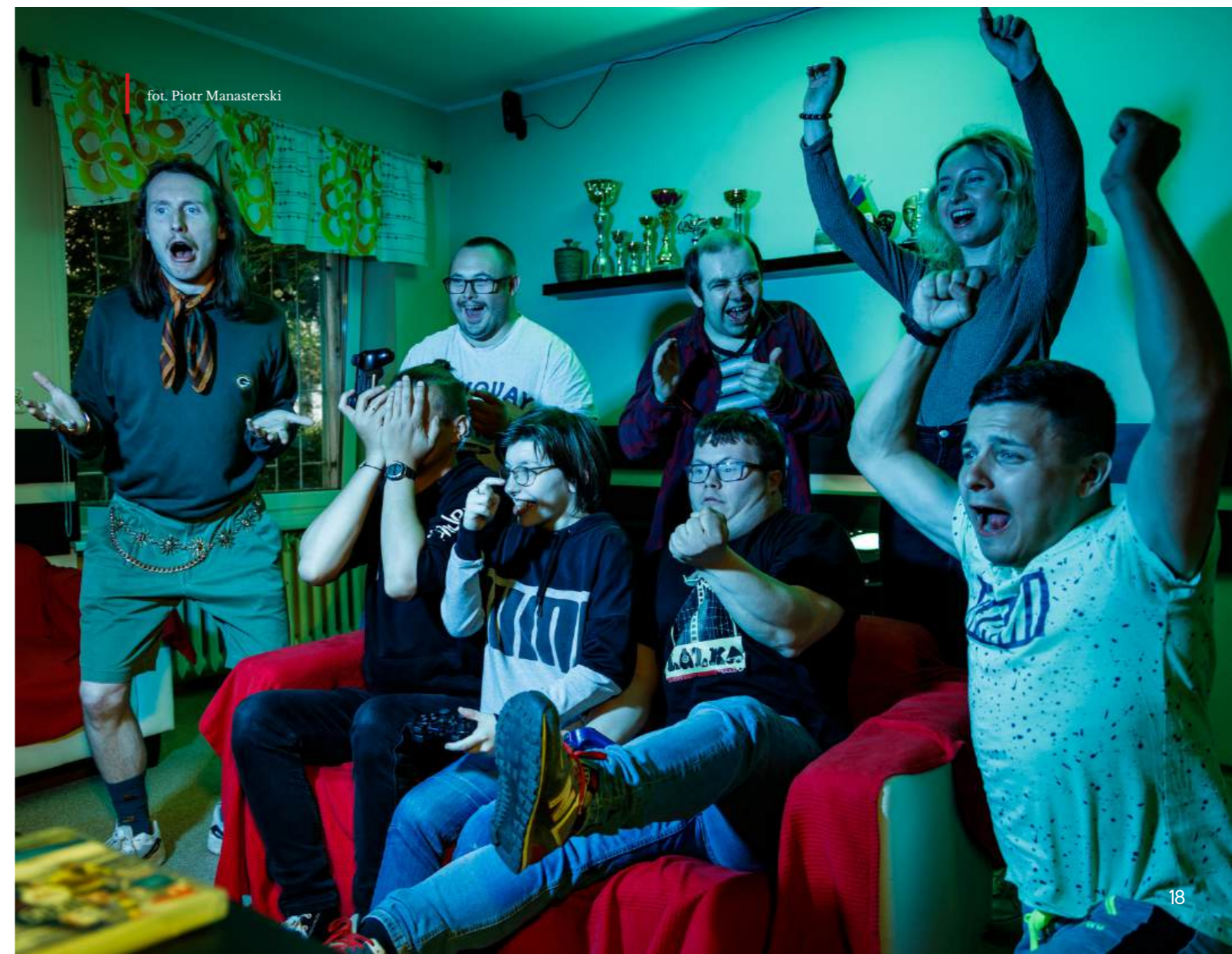
ASPEKT EDUKACYJNY. ASPEKT PRAKTYCZNY

Tak więc utworzył się zespół wspólnie pracujący nad wdrożeniem idei, tak bardzo dla nas ważnej. - Idei? Czy naprawdę „równość” jako pojęcie, to cały czas tylko „idea”? – zastanawia się Danuta Kłopocka. – Dla nas to coś więcej – dodaje. To cel naszych działań, to zmiana, która dokonuje się dla Równych Gości. Dzięki Równym Gościom...

Spotkania zespołu odbywały się regularnie. Dotyczyły pomysłów na kolejne sesje zdjęciowe, ale także kierunku, w jakim cały projekt miał podążać. – Zaczęło się od pomysłu na wydanie kalendarza ze zdjęciami, a skończy-

ło się... Jeszcze się nie skończyło! – śmieje się Danuta.

Po drodze projekt ewoluował, dzięki spotkaniom z Łukaszem Murawskim i niezliczonym burzom mózgów – poszerzył się o pomysł utworzenia sieci miejsc przyjaznych osobom z niepełnosprawnością intelektualną! Do udziału w projekcie udało się przekonać Patryka Hardzieja, znanego trójmiejskiego grafika i ilustratora, który zadanie zaprojektowania identyfikacji wizualnej projektu zlecił swoim Studentom z prowadzonej przez niego wspólnie z dr. Adamem Świerzewskim Pracowni Identyfikacji i Systemów Wizualnych na Wydziale Grafiki gdańskiej ASP. Po burzliwych negocjacjach wybraliśmy projekt Macieja Bukowskiego. >



fot. Piotr Manasterski

Przedstawienie Ambasadorów projektu (pani Joanna, pani Natalia, pan Artur, pan Krystian, pan Mateusz) jako „równych gości” to zdecydowanie najważniejszy aspekt edukacyjny całego przedsięwzięcia. - Bycie Ambasadorem „Równych Gości” to dla mnie wielka sprawa, dzięki temu mam szansę uświadamiać ludzi i pokazywać im, że wszyscy jesteśmy równi – mówi Mateusz. Aspekt praktyczny będzie stały, namacalny, codzienny. Będzie to sieć przyjaznych miejsc, w których osoby tam pracujące dowiedzą się od nas, jak w sposób komfortowy dla obu stron, komunikować się z osobami z niepełnosprawnością intelektualną.

SZKOLENIE ZA POMOCĄ UŚMIECHU

Ekipa „Równych Gości” zamierza przygotować praktyczne kompendium wiedzy – kilka najistotniejszych wskazówek, co we wzajemnej komunikacji jest ważne, na co zwrócić szczególną uwagę. Najważniejszy będzie jednak kontakt bezpośredni, by pokazać, że najbardziej liczy się uśmiech. Równi Goście zamierzają odwiedzać miejsca, chcące dołączyć do projektu i szkolić pracowników...uśmiechem.



Łukasz Kamiński

współtwórca, pomysłodawca i lider projektu. Terapeuta zajęciowy z ponad 15-letnim doświadczeniem w pracy z osobami z niepełnosprawnością intelektualną. Oligofrenopedagog, absolwent dziennikarstwa na Uniwersytecie Gdańskim. W Fundacji Adapa pracuje od 2015 roku, rolę terapeuty łączy z funkcjami fundraiser, specjalisty od social mediów i szeroko pojętej promocji. Mąż Ani, tata Klary, w wolnych chwilach gotuje dla rodziny, ogląda mecze i gra na PlayStation.



Facebook: Równi Goście
Instagram: rowni.goscie
I już za chwilę: www.rownigoscie.pl

Pierwsza próba przerosła najśmielsze oczekiwania. Równi Goście pojechali do Gdańska, do siedziby firmy Sii Polska, od której otrzymali wsparcie finansowe i zaproszenie na przeprowadzenie warsztatów robienia koszulek. Efekt? To już sprawdzicie w mediach społecznościowych.





Zakupy towarów i usług przy realizacji zadań publicznych (projektów)

W pierwszych dniach września na stronie Rządowego Centrum Legislacji zamieszone zostały projekty rozporządzeń Przewodniczącego Komitetu ds Społeczeństwa Obywatelskiego dotyczące nowych wzorów: ofert na zadania publiczne, umów i sprawozdań.

Czas konsultacji wyznaczono do 6.10.2024, a nowe wzory miały wejść w życie jeszcze w tym roku. Jednak pod wpływem licznych negatywnych opinii sektora organizacji pozarządowych oraz przedstawicieli samorządu wycofano się z projektu.

Nie ulega wątpliwości, że wzór oferty wymaga zmiany, ale nie w formie obecnie zaproponowanej.

Jedną z ważnych zmian było dodanie we wzorze umów punktów, które już są znane organizacjom realizującym projekty w ramach FIO, Funduszu Młodzieżowego w 2024 r.:

„10. Wydatki dokonywane w ramach zadania muszą być dokonywane zgodnie z powszechnie obowiązującymi przepisami prawa, w szczególności z zachowaniem przepisów ustawy o finansach publicznych (...) z uwzględnieniem zasad uczciwej konkurencji. Poprzez zapewnienie zasad uczciwej konkurencji rozumie się przeprowadzenie procedury wyboru wykonawców zapewniający przejrzystość

(...)uzyskanie najlepszych efektów zamówienia, w tym efektów w stosunku do poniesionych nakładów.

11. Po stronie Zleceniobiorcy leży obowiązek zapewnienia konkurencyjności wydatkowania środków poprzez zastosowanie procedur wyboru dostawców towarów i usług (np. stosowanie wewnętrznych regulaminów).”

Proponowane uregulowania zobowiążą organizacje do wprowadzenia procedur wydatkowania środków na wzór zamówień publicznych. W obecnych umowach na realizację projektów również znajdują się zapisy mówiące o konieczności zapewnienia konkurencyjności w wydatkowaniu środków. Inspiracją do opracowania własnej procedury mogą być uregulowania już opracowane przeze mnie dla jednej z organizacji.



Procedura wewnętrzna dokonywania zakupów

1. Nadzór nad udzielaniem zamówień sprawuje Prezes organizacji lub osoba wskazana przez Zarząd

Szacowanie wartości zamówienia

1. Przed dokonaniem zakupu towarów i/lub usług, NGO dokonuje z należytą starannością szacowania wartości zamówienia.
2. Podstawą ustalenia wartości zamówienia jest całkowita należność przysługująca wykonawcy/sprzedającemu za dane towary i usługi.
3. Obliczając szacunkową wartość zamówienia należy wziąć pod uwagę konieczność łącznego uwzględnienia trzech przesłanek:
 - a. usługi i dostawy towarów są tożsame rodzajowo lub funkcjonalnie przy czym tożsamość rodzajowa dostaw obejmuje dostawy podobne (tożsamość przedmiotowa),
 - b. możliwe jest udzielenie zamówienia w tym samym czasie (tożsamość czasowa),
 - c. możliwe jest wykonanie zamówienia przez jednego wykonawcę (tożsamość podmiotowa).
4. Tożsamość czasowa rozumiana jest jako całkowity okres realizacji umowy na realizację projektu.
5. Przedmiot zamówienia opisuje się w sposób jednoznaczny i wyczerpujący, za pomocą dokładnych i zrozumiałych określeń, uwzględniając wszystkie wymagania i okoliczności mogące mieć wpływ na cenę.
6. Szacownie wartości następuje w drodze porównania minimum trzech źródeł informacji (np. strona www, gazetka sklepu, zapytanie telefoniczne, zapytanie za pośrednictwem wiadomości e-mail, itp.).
7. Szacowanie dokumentuje się w sposób zapewniający właściwą ścieżkę audytu, w formie protokołu wraz z załącznikami potwierdzającymi rynkową cenę zakupu towarów i usług bez podatku od towarów i usług.
8. Przeprowadzone szacowanie wartości zamówienia jest podstawą do wyboru tryby dokonywania zakupów towarów i usług.

Zakupy do 20 000 zł

1. W przypadku, w którym łączna wartość zakupu towarów i usług nie przekracza kwoty 20 000 zł, NGO może dokonać zakupu z wolnej ręki, z uwzględnieniem:
 - a. możliwości zakupów towarów i usług na rynku lokalnym;
 - b. możliwości zakupów w podmiotach ekonomii społecznej;
 - c. możliwości uzyskania rabatów i zniżek od ceny wyjściowej, dostępnej dla innych podmiotów dokonujących zakupów;
 - d. dotychczasowej współpracy z podmiotem oferującym dane towary/ usługi, przy uwzględnieniu terminowości dostaw towarów/usług oraz jakości towarów/ usług oferowanych przez dany podmiot.
2. Zakupy dokonywane w trybie z wolnej ręki powinny odbywać się w cenach nie wyższych niż wynika to z szacowania wartości zamówienia.

Zakupy powyżej 20 000 zł, a poniżej 50 000 zł – rozeznanie rynku

1. W przypadku, w którym po oszacowaniu wartość zamówienia łączna wartość zakupu towarów i usług przekracza kwotę 20 000 zł ale nie przekracza 50 000 zł NGO dokonuje rozeznania rynku.
2. Rozeznanie rynku ma na celu potwierdzenie, że dana usługa, dostawa lub robota budowlana została wykonana po cenie rynkowej.
3. W celu potwierdzenia przeprowadzenia rozeznania rynku konieczne jest udokumentowanie dokonanej analizy cen/cenników potencjalnych wykonawców zamówienia – wraz z analizowanymi cennikami. Udokumentowanie polega na sporządzeniu notatki, do notatki załącza się pozyskane cenniki.
4. Cenniki można pozyskać ze stron internetowych wykonawców lub poprzez upublicznienie opisu przedmiotu zamówienia wraz z zapytaniem o cenę na stronie internetowej NGO lub skierowanie zapytań o cenę wraz z opisem przedmiotu zamówienia do potencjalnych wykonawców.

Zamówienia powyżej 50 000 zł – zapytanie ofertowe

1. W przypadku, w którym po oszacowaniu wartość zamówienia łączna wartość zakupu towarów i usług przekracza kwotę 50 000 zł, NGO zobowiązany jest do umieszczenia w swojej siedzibie oraz na swojej stronie internetowej zapytania ofertowego, które powinno przynajmniej zawierać:
 - a. opis przedmiotu zamówienia;
 - b. wymagania jakie musi spełnić oferent, aby uczestniczyć w postępowaniu (jeżeli dotyczy)
 - c. kryteria wyboru oferty
 - d. sposób i termin składania ofert, przy czym termin na składanie ofert nie może być krótszy niż 7 dni kalendarzowych.
2. Po przeprowadzeniu zapytania ofertowego NGO sporządza sporządzenie protokołu z wyboru. Złożone oferty stanowią załącznik do protokołu.
3. Zapytania NGO można nie stosować do zamówień, które mogą być zrealizowane tylko przez jednego wykonawcę ze względów technicznych o obiektywnym charakterze.



Beata Matyjaszyk

magister prawa, ukończone Studia Podyplomowe w zakresie zamówień publicznych w INP PAN, szef zespołu projektowego ZHP Chorałwi Gdańskiej, wieloletnia przewodnicząca GROU, trener, szkoleniowiec, doradca, członek Zespołu ds. uproszczeń prawnych dla ngo przy Ministrze ds. Społeczeństwa Obywatelskiego





FUNKCJA RZECZNIKA JAKO ODPOWIEDŹ NA POTRZEBY SEKTORA

W obliczu tych wyzwań, powołanie rzecznika organizacji pozarządowych w województwie pomorskim stanowi istotny krok w kierunku poprawy warunków funkcjonowania tego sektora. Rzecznik ma wspierać organizacje pozarządowe poprzez takie działania jak:

Monitoring – związany z pracami nad programami współpracy samorządów z organizacjami pozarządowymi i ich wykonaniem w wybranych gminach/ miastach/powiatach.

Informacja – zbieranie i rozpowszechnianie informacji na temat: sytuacji sektora obywatelskiego w województwie pomorskim, procesów partycypacji społecznej, narzędzi wspierających rozwój demokracji oraz transparentności samorządów i organizacji pozarządowych.

Rzecznictwo – spotkania z przedstawicielami samorządów i NGO, spotkania z przedstawicielami sektora obywatelskiego – udzielanie porad, pomoc w przygotowaniu wniosków o udostępnienie informacji publicznej, możliwość opracowywania ekspertyz prawnych w specyficznych przypadkach, monitoring spraw/problemów zgłaszanych przez NGO.

Jednym z kluczowych zadań rzecznika byłby także udział w procesach legislacyjnych i konsultacjach społecznych na szczeblu regionalnym. Organizacje pozarządowe, zwłaszcza te mniejsze, często nie mają wystarczających zasobów, aby aktywnie uczestniczyć w tych procesach, a to skutkuje brakiem uwzględnienia ich potrzeb w tworzeniu prawa. Rzecznik, będąc głosem sektora, mógłby wpłynąć na kształtowanie przepisów, które lepiej odpowiadałyby realnym potrzebom małych i średnich NGO-sów.

Zatem rzecznictwo w tym zakresie to zbieranie informacji o problemach sektora i planistyczna praca nad łączeniem potrzeb różnych stron dialogu społecznego, z wyłączeniem sieciowania i wymianą dobrych praktyk interesantów. Docieranie do informacji i odpowiednie zarządzanie danymi – to nadawanie treści temu, co w sektorze niedopowiedziane konieczne doprowadzania zmian i rozwiązywania problemów.

Fundacja RC zareagowała na tak zdiagnozowaną potrzebę pomorskich organizacji pozarządowych i uruchomiła w październiku biuro Rzecznika Pomorskich NGO.

Rolę Rzecznika pełni Marta Dietrich, która w pierwszym miesiącu pracy przyjęła i rozpoznała 6 skarg.

Zgłaszane sprawy dotyczą bardzo różnych obszarów. To sytuacje nagłej utraty lokalu czy braku porozumienia z podmiotem użytecznym. Zgłoszenia dotyczą aspektów prawnych. Czasem wynikają z braku rozumienia zapisów umów, a czasem z potrzeby jak najlepszego się z nich wywiązania w nowej dla organizacji sytuacji. Mają... różny kaliber. Wszystkie są dowodem na to, że funkcja, którą na siebie wzięłam, jest potrzebna. Czy temu podałam? Czas pokaże. Na szczęście... nie jestem w tym sama.

Biuro mieści się w siedzibie Fundacji w Gdańsku Oliwie przy ul. Wita Stwosza 23.



Marta Dietrich
Rzecznik Pomorskich NGO

Dać rzeczy słowo: czyli po co nam Rzecznik Pomorskich NGO?

Województwo pomorskie od lat charakteryzuje się dynamicznym rozwojem sektora organizacji pozarządowych. Zwłaszcza małych i średnich, które pełnią niezwykle ważną rolę w budowaniu społecznego kapitału i wspieraniu lokalnych inicjatyw. Organizacje te, choć działają na rzecz dobra publicznego, napotykają na liczne bariery i trudności, które ograniczają ich możliwości rozwoju.

PROBLEMY, Z KTÓRYMI MIERZĄ SIĘ MAŁE I ŚREDNIE ORGANIZACJE

Jednym z głównych wyzwań, przed którymi stają małe i średnie organizacje pozarządowe, jest skomplikowany system prawny i administracyjny, w którym muszą funkcjonować. Organizacje te często nie mają zasobów, aby zatrudnić specjalistów z zakresu prawa, księgowości czy zarządzania, co skutkuje problemami w kwestiach formalnych, takich jak rozliczanie dotacji, pisanie wniosków czy pro-

wadzenie dokumentacji. Ponadto zdarza się, że potrzebują wsparcia w relacjach z administracją publiczną. Ciałem powołanym do mediacji i wsparcia organizacji w takich momentach są Rady Organizacji Pozarządowych lub lokalne Rady Działalności Pożytku Publicznego. Jednakże nie funkcjonują one w każdym miejscu na Pomorzu lub też funkcjonują słabo i nie wykazują inicjatywy.

”
Inna sprawa, że jako organizacje nie wypracowaliśmy sensownych pomysłów na pogodzenie własnej idealistycznej wizji świata z politycznymi realiami.

Nowa minister, stare wyzwania

Zwracamy się do Pana z apelem o zwołanie okrągłego stołu z udziałem organizacji społecznych działających na rzecz ochrony praw człowieka. Uważamy, że przyjęcie dokumentu przez rząd powinno być poprzedzone konsultacjami społecznymi z udziałem zorganizowanego społeczeństwa obywatelskiego i przedstawicieli samorządów, które zaangażowane są na co dzień w niesienie pomocy i integrację osób z doświadczeniem migracji i uchodźstwa. Jesteśmy gotowi współtworzyć taką strategię, dzieląc się naszą wiedzą, ekspertyzą i doświadczeniami. Uważamy, że szeroki dialog z różnorodnymi interesariuszami jest kluczowy dla wypracowania rozwiązań, które będą zarówno skuteczne, jak i zgodne z wartościami demokratycznymi. Oczekujemy od rządu przedstawienia kalendarza tego procesu i zapewnienia dostępu do procesu konsultacji dla wszystkich, którzy będą chcieli wziąć w nim udział.

To fragment apelu, z jakim 18 października do premiera Donalda Tuska zwróciło się kilkadziesiąt organizacji pozarządowych zajmujących się tematyką okołomigracyjną po tym, jak premier ogłosił plan czasowego zawieszenia prawa do azylu (w kolejnych dniach doprecyzowanego jako czasowe zawieszenie prawa do składania wniosków o azyl poza placówkami Straży Granicznej). I choć wszyscy są raczej zgodni (nawet jeśli wielu nie powie tego głośno), że zapowiedzi Tuska są konstytucyjnie wątpliwe, a jego strategia migracyjna będzie prostą kon-

tynuacją tak mocno krytykowanej strategii poprzedniego rządu, gdy przyszło do głosowania w rządzie, radykalnej strategii uszczelniania granic nie sprzeciwił się jakoś bardzo stanowczo nawet były Rzecznik Praw Obywatelskich obecnie pełniący funkcję Ministra Sprawiedliwości.

Jest połowa listopada, nic nie wiadomo o planach zorganizowania okrągłego stołu, nie wiem nawet, czy premier jakoś oficjalnie odpowiedział na apel organizacji, ale zapytany przez dziennikarza o to, czy weźmie udział w spotkaniu z organizacjami pozarządowymi, raczej nie pozostawił złudzeń. „Jeszcze nie zdecydowaliśmy, czy wezmę udział, ale na pewno rząd nie zmieni stanowiska ws. ochrony granicy. Minister Adriana Porowska przekaze to aktywistom”. I to by było na tyle. Aktywiści byli potrzebni, gdy pomagali ówczesnej opozycji oskarżać poprzedni rząd o zabijanie (lub przyzwolenie na nie) uchodźców forsujących polsko-białoruską granicę, ale są całkowicie zbędni, gdy opozycja stała się władzą. Nie powiem, że mnie to jakoś bardzo dziwi, taka po prostu już jest nasza polityka, a kolejne rządy pod tym względem nie bardzo się różnią. Cała ta sytuacja z pokazywaniem organizacjom ich miejsca w szeregu przez władzę, prowadzi do gorzkich refleksji nad wyjątkowo słabą pozycją organizacji pozarządowych wobec władzy, która na poziomie deklaracji sama jest bardzo proobywatelska.

Tymczasem wystarczył jeden trudniejszy temat, żeby okazało się, że z organizacjami nie warto rozmawiać, można im okazywać lekceważenie, a ministra ds. społeczeństwa obywatelskiego jest od komunikowania im woli premiera.

Inna sprawa, że jako organizacje nie wypracowaliśmy sensownych pomysłów na pogodzenie własnej idealistycznej wizji świata z politycznymi realiami. Żadne państwo nie może sobie przecież pozwolić na niekontrolowany przepływ nielegalnych migrantów przez niestrzeżoną granicę, a już na pewno nie może sobie na to pozwolić państwo dzielące tę granicę z Łukaszenką i Putinem. Postulaty organizacji pozarządowych, żeby wpuszczać do Polski każdego, przyjmować od niego wnioski azylowe, a potem zezwalać na swobodne poruszanie się były od początku naiwne i nieodpowiedzialne, nawet jeśli moralnie atrakcyjne. Po wypowiedzeniu nam przez Łukaszenkę i Putina wojny hybrydowej, w której migranci są elementem moralnego szantażu, wpuszczanie do Polski każdego, kto chce u nas złożyć wnioski o azyl, byłoby zwyczajnie groźne, jeśli zaraz po przyjęciu takiego wniosku traciłobyśmy kandydata na azylanta z oczu. A tak właśnie się działo. I niestety, organizacje pozarządowe zajmujące się tematem migracji nie miały żadnego pomysłu na rozwiązanie tego problemu, konsekwentnie postulując rozwiązanie politycznie nierealne i po prostu niebezpieczne. Problem niekontrolowanej migracji organizowanej przez wroga nam państwo narastał przez lata, tymczasem można odnieść wrażenie, że pozarządowi aktywiści w żaden sposób nie dostosowali swojej agendy do obrastającej w coraz bardziej niepokojące odkrycia rzeczywistości. Niestety, w którymś momencie trzeba sobie powiedzieć, że polityka wpuszczania każdego, a potem się zobaczy, nie ma szans sprawdzić się w Polsce, tak jak nie sprawdziła się w krajach szeroko otwierających swoje granice. Bardzo bym chciała takiego okrągłego stołu, ale obawiam się, czy środowisko pozarządowe ma argumenty, którymi byłoby w stanie „zbić” te całkiem oczywiste — niekontrolowana migracja jest ogromnym zagrożeniem,

żaden kraj nie jest w stanie przyjąć każdego, kto chce w nim zamieszkać, a państwo jest odpowiedzialne przede wszystkim za bezpieczeństwo swoich obywateli. Tymczasem w mediach społecznościowych obserwuję kolejną odsłonę oskarżeń pod adresem Polski – jedna z organizacji publikuje kolejne klepsydry upamiętniające osoby, które zmarły na granicy, za każdą z tych śmierci obwiniając państwo polskie. Także za to, że ktoś próbując sforsować płot spadł z niego i się zabił. No nie, ja się nie czuję winna tej śmierci. I takimi argumentami można tylko zaszkodzić przyszłej/niedosłej debacie, dostarczając władzy tak potrzebnych jej teraz argumentów za tym, że nie warto kontrowersyjnych polityk konsultować ze społeczeństwem obywatelskim.

Traktuję więc tę sprawę jako ważny i trudny test tego, jak bardzo jesteśmy w stanie dać się wypchnąć na margines debaty o Polsce z dorabianą nam gębą pięknoduchów, którzy życia nie znają, nie rozumieją, nie powinni się odzywać gdy poważni ludzie radzą...



Katarzyna Sadło

trenerka, konsultantka i autorka publikacji poradniczych dla organizacji pozarządowych. Była wieloletnia prezeska Fundacji Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego. Związana także z Ogólnopolską Federacją Organizacji Pozarządowych, Funduszem Obywatelskim im. Henryka Wujca i Stowarzyszeniem Dialog Społeczny. Członkini zarządu Fundacji dla Polski.

Fundraising jak z bajki? Krótka historia pozyskiwania funduszy

W pewien zimowy wieczór, gdy mroźne powietrze ścinało serca i drogi, w krakowskiej pracowni znanego artysty zrodziła się idea pełna ciepła i współczucia. Artysta ten, inspirowany postacią Brata Alberta – świętego, który poświęcił życie pomaganiu ubogim i bezdomnym – postanowił, że wesprze ruch jego imienia. Brat Albert, znany z powiedzenia „Trzeba być dobrym jak chleb”, wciąż inspirował ludzi do pomagania najuboższym, a jego spuścizna wymagała wsparcia, by kontynuować działalność. I wtedy właśnie artysta zdecydował: stworzy obraz, który przekaże na rzecz organizacji, by ta mogła zdobyć środki na dalszą pomoc potrzebującym.

Obraz, który powstał, był prawdziwym arcydziełem. Był pełen światła, ciepłych barw i nadziei – dokładnie taki, jaki był cel Brata Alberta. Ukazywał scenę pełną symboliki: postać mężczyzny wyciągającego ręce w geście pomocy, otoczonego aurą ciepła, choć wokół niego panowała surowa zima. Przekaz obrazu był jasny – nawet w najtrudniejszych momentach można dostrzec światło, jeśli są wokół nas ludzie, którzy pragną pomagać.

Wiadomość o darowiźnie, która rozeszła się po Krakowie, poruszyła wielu mieszkańców. Zorganizowano uroczystą aukcję, na którą przybyli zarówno mecenasowie sztuki, jak i zwykli krakowianie – wszyscy ci, którzy byli związani z ideą Brata Alberta. Atmosfera wydarzenia była pełna podniosłości i wzruszenia; wszyscy wiedzieli, że licytują nie tylko obraz, ale także możliwość wsparcia najbardziej potrzebujących. Ostateczna cena przekroczyła oczekiwania organizatorów, a zebrane fundusze pozwoliły na otwarcie nowej kuchni dla ubogich oraz na zakup zimowej odzieży dla bezdomnych.

Dzięki temu obrazowi, który artysta podarował z serca, organizacja Brata Alberta mogła dotrzeć do większej liczby osób, rozdając nie tylko ciepłe posiłki i ubrania, ale również nadzieję i poczucie, że nie są sami.

Obraz, który wsparł ruch Brata Alberta, stworzył **Jacek Malczewski**, znany polski malarz okresu Młodej Polski. Jego dzieło „Błędne Koło”, przedstawiające postać Chrystusa cierpiącego, głęboko poruszało każdego, kto je zobaczył. Symbolicznie ukazywało współczucie dla cierpiących i odrzuconych – wartości bliskie zarówno Malczewskiemu, jak i Bratu Albertowi.



Marta Dietrich

Rzecznik Pomorskich NGO
Socjolożka. Ewauatorka działań społecznych. Trenerka fundraisingu.
Badaczka Pomorskiej Pracowni Badań Obywatelskich.



I wtedy właśnie artysta zdecydował: stworzy obraz, który przekaże na rzecz organizacji, by ta mogła zdobyć środki na dalszą pomoc potrzebującym.

Jacek Malczewski, Błędne koło [fragment]



Edukacja obywatelska: OPINIE

“Edukacja obywatelska ma pokazywać młodym ludziom, że my – obywatele jesteśmy częścią większej wspólnoty” - to są słowa Jędrzeja Witkowskiego koordynatora prac zespołu eksperckiego nad przygotowaniem projektu podstawy programowej nowego przedmiotu, którego wstępną wersję Ministerstwo Edukacji Narodowej zaprezentowało 13 września 2024.

Chodzi o uświadomienie młodym ludziom ich roli jako obywateli w różnych wspólnotach – lokalnej, krajowej i międzynarodowej. Materiał ma być podzielony na pięć tematycznych obszarów, co ma pomóc zrozumieć zjawiska zachodzące w tych wspólnotach i angażować się w działania obywatelskie. Będą uczyć się o prawach człowieka, ochronie środowiska, prawach konsumentów oraz systemie podatkowym.

Program ma kłaść nacisk na praktyczność i umiejętności: weryfikowanie informacji, formułowanie i wyrażanie opinii, a także rozwią-

zywanie problemów. Przewidziano realizację projektów edukacyjnych oraz działań obywatelskich, co ma umożliwić uczniom praktyczne zaangażowanie.

Edukacja obywatelska będzie nauczana w klasie drugiej i trzeciej liceum oraz technikum, a także w szkołach branżowych. Jak podkreśla Witkowski, uwzględniona ma zostać współpraca z organizacjami pozarządowymi, co ma na celu otwarcie szkoły na świat zewnętrzny.

Ekspertami od edukacji obywatelskiej są ludzie z NGO! Mamy brać udział w przygotowywaniu materiałów i scenariuszy zajęć. Możemy również pomagać w organizacji działań obywatelskich i projektów edukacyjnych, co wzbogaci praktyczny wymiar nauki. W ten sposób uczniowie będą uczyć się analizować informacje z różnych źródeł, co przyczyni się do ich aktywnego uczestnictwa w życiu społecznym.

Bardzo cieszę się, że edukacja obywatelska ma rozwijać sprawczość, poczucie wpływu, otwartość i szacunek względem innych, współpracę, empatię i solidarność oraz zaangażowanie na rzecz dobra wspólnego młodych ludzi. Kompetencje te przydadzą im się nie tylko w kontekście zmian na rzecz lepszego społeczeństwa, ale także na ich własnej drodze życiowej. Życzyłabym sobie i nam, żeby każdy człowiek był wyposażony w taki pakiet! Nie uważam, że edukacja obywatelska jako przedmiot powinna pojawić się na wcześniejszych etapach edukacyjnych, bo dobrze działająca szkoła od najmłodszych lat ma szansę rozwijać podwaliny pod nią. Dziać się to może m.in. poprzez zaangażowanie osób uczniowskich w samorząd uczniowski, branie udziału w projektach społecznych czy wolontariacie, zdobywanie wiedzy na różnych

przedmiotach (np. historii, WOSie, geografii, informatyce, biologii, edukacji dla bezpieczeństwa, języku polskim czy godzinie wychowawczej). Otwarta współpraca ze środowiskiem pozaszkolnym jest wpisana w podstawę programową edukacji obywatelskiej, więc organizacje pozarządowe będą miały co robić! Mogą edukować, angażować młodych ludzi (np. poprzez wolontariat) czy wspólnie z nimi realizować działania obywatelskie oraz projekty edukacyjne (badawcze lub społeczne) będące podstawą zaliczenia przedmiotu. Mam nadzieję, że założenia edukacji obywatelskiej przełożą się na działania i czeka nas nowy, owocny etap współpracy pomiędzy organizacjami pozarządowymi a szkołami!



Aleksandra Mońko

dyrektorka i psycholożka w Niepublicznej Szkole Podstawowej Montessori Latawiec, prezeska Stowarzyszenia Educational Cha(lle)nge.

Edukacja obywatelska będzie uzupełniała formalne nauczania o działania praktyczne, a NGO będą kluczowym wsparciem dla szkół, szczególnie jeśli chodzi o zaangażowanie społeczne na poziomie lokalnym, ale nie tylko. Dzięki swojej wiedzy pomogą w kształtowaniu takich kompetencji jak współpraca, podejmowanie inicjatyw, odpowiedzialność społeczna oraz rozwiązywanie problemów społecznych. Przyczynią się do umożliwienia bezpośredniego doświadczania przez młodych ludzi tego, jak funkcjonuje społeczeństwo obywatelskie i jaki oni mogą mieć wpływ na zmiany w swoim otoczeniu.



Alina Kotkiewicz

prezeska Stowarzyszenia EDUQ

Współpraca szkół z organizacjami pozarządowymi (NGO) to strzał w dziesiątkę! Jako Europe Direct Gdańsk, prowadzący warsztaty i lekcje o tematyce unijnej, widzimy, że uczniowie i nauczyciele coraz chętniej sięgają po zajęcia, które wychodzą poza ramy tradycyjnych przedmiotów. Tematy takie jak Zielona Unia, ABC UE czy możliwości wolontariatu, pracy i studiów za granicą stają się żywe i angażujące, kiedy są prowadzone w formie warsztatów. Pozwala to młodym na aktywne uczestnictwo, dyskusje i praktyczne ćwiczenia poprzez interakcję i spotkania z ekspertami lub zagranicznymi wolontariuszami (często po angielsku). Nasze działania, oparte na edukacji nieformalnej, dają uczniom szansę na rozwijanie umiejętności niezbędnych w dzisiejszym świecie, tj. współpraca, kreatywne myślenie, czy komunikacja. Uważamy, że wzmacnia to świadomość obywatelską i kulturową młodych ludzi, jednocześnie będąc dla nich odskocznią od tradycyjnych lekcji.



Magdalena Trela

koordynatorka Europe Direct Gdańsk, Stowarzyszenie Morena

O opinie zapytała i spisała:



Magda Jabłońska
Redaktorka „Pomostu”

Czy współczesne kawiarnie mogą stać się miejscem-instytucją? Przestrzenią, w której znajdziemy coś więcej niż tylko dobrą kawę (choć wiemy, że to bardzo ważne ;)?



KAWIARNIA, JAKO MIEJSCE OTWARTE

Kawiarnia jako miejsce otwarte to koncept, w którym kawiarnia pełni rolę nie tylko punktu spotkań przy kawie, ale również przestrzeni dostępnej dla wszystkich – miejsca, które włącza lokalną społeczność i sprzyja nawiązywaniu więzi. Często w działaniach społecznych, mówiąc o grupie docelowej, określenie, że jakieś działanie jest dla wszystkich, jest równoznaczne z tym, że jest dla nikogo. A jak to jest z miejscami? Czy można wkluczać do nich różne osoby? Wtedy jest najciekawiej. Miejsce dla wszystkich, bez względu na płeć, wiek, pochodzenie, poziom sprawności. Miejsce otwarte na to by w tej samej przestrzeni spotkały się młode osoby uczące się do egzaminu, rodziny z małymi dziećmi, seniorzy, osoby z doświadczeniem migracji, niebinarne.

Kawiarnia staje się wtedy czymś więcej niż lokalem gastronomicznym – pełni funkcję nowoczesnej „agory”, w której każdy może znaleźć przestrzeń dla siebie, poczuć się częścią wspólnoty i uczestniczyć w działaniach, które odpowiadają na rzeczywiste potrzeby ludzi w danej okolicy. Otwartość w tym kontekście oznacza gotowość do współpracy z otoczeniem i podejmowania tematów ważnych dla lokalnej społeczności.

To podejście pozwala tworzyć kawiarnie, które żyją rytmem miasta i ludzi, a ich otwartość staje się fundamentem budowania więzi i wzajemnego zrozumienia w lokalnej społeczności.

DROBNE GESTY MAJĄ ZNACZENIE

Koncepcja powstania kawiarni i działania, które realizujemy na co dzień, to budowanie takiego miejsca, do którego można wejść, tak po prostu. Próg wejścia jest niski, a drobne gesty, jak menu na szybie czy darmowa woda, czynią to miejsce jeszcze bardziej przyjaznym.

Otwartość kawiarni to nie tylko kwestia dostępności. Atmosfera tych miejsc sprawia, że każdy może poczuć się mile widziany, niezależnie od tego, czy przychodzi na pięć minut, czy na kilka godzin. Ludzie różnych profesji i zainteresowań mogą wspólnie przebywać w jednej przestrzeni, tworząc niewidoczną sieć interakcji i inspiracji. To przestrzeń inkluzywna – dla każdego.

W Kompozycie, w kawiarni, którą prowadzę, spotykają się nastolatki, by uczyć się do egzaminu, dorośli wpadają na kawę, pary spotykają się na randki, odbyły się nawet zajęcia Polskiego Języka Migowego. Osoby wpadają, by popracować, lub złapać oddech w ciągu dnia.

Sami organizujemy lub włączamy się w działania, które sprzyjają poznaniu nowych osób, ale też spędzaniu czasu, wśród dorosłych, bez alkoholu, gdzie łącznikiem mogą być różne rzeczy. Razem z Markiem Rogalą organizujemy kolektywne czytanie w ramach cyklu „to nie jest czas na czytanie w samotności”, których forma spotkań pozwala na spotkanie osób, które na co dzień się nie spotykają, a to, że każdy czyta swoją książkę, niweluje barierę języka i pozwala wejść w doświadczenie na swoich warunkach.

Organizujemy warsztaty ceramiczne, dzieciarskie, praktykujemy jogę, aby tworzyć preteksty do spotkań. A od kilku miesięcy jesteśmy częścią grupy „Stocznia. To nie może być zwykła dzielnica”, aby podkreślić ważność naszego terenu i móc wpływać na jego rozwój.



fol. Rafał Mroziński

Chodź na kawę!

Instytucje, przestrzenie sąsiedzkie, biblioteki, ławki przy blokach, a nawet klatki schodowe – to miejsca, w których codziennie się mijamy. Czasem zamienimy tam parę słów, a innym razem z krótkiej rozmowy wyłania się inicjatywa, która może zmienić naszą rzeczywistość. Wokół każdego z tych miejsc tworzy się mniejsza lub większa społeczność. Bywa, że dzieje się to powoli, lecz równie często w sposób spontaniczny, przypadkowy. Dzięki fizycznym przestrzeniom możemy zakotwiczyć się w danym miejscu, zyskać punkt odniesienia, który jest niezłą bazą do tego, co dalej.

Przez ostatnie dziesięć lat zajmowałam się animacją społeczno-kulturową. Na początku były to bardziej nieformalne działania we współpracy z organizacjami pozarządowymi, później – praca w dużej instytucji kultury. Wspólnie z zespołem staraliśmy się budować i wzmacniać społeczeństwo obywatelskie,

które nie tylko obserwuje, co dzieje się wokół niego, ale aktywnie kreuje i wpływa na rzeczywistość. Takie, które czuje odpowiedzialność za swoje otoczenie i realnie je kształtuje.

Rok temu podjęłam odważną decyzję o znaczącej zmianie zawodowej. Postanowiłam otworzyć kawiarnię w sercu gdańskiej stoczni, z nadzieją na kontynuowanie tego, co mi bliskie – tworzenie otwartej przestrzeni, która wzmacnia więzi sąsiedzkie i lokalne. Działa w odniesieniu do miejsca.

Słowo „zmiana”, które jest motywem przewodnim pierwszego numeru tego magazynu, chcę odnieść właśnie do lokalności i wpływu na otoczenie. Czy współczesne kawiarnie mogą stać się miejscem-instytucją? Przestrzenią, w której znajdziemy coś więcej niż tylko dobrą kawę (choć wiemy, że to bardzo ważne ;)?

PRZESTRZEŃ WSPÓŁBYCIA

W dobie coraz większej liczby pracowników i pracownic zdalnych oraz wyzwań psychicznych, kryzysu osamotnienia kawiarnia staje się alternatywą dla biura i domowej przestrzeni. Daje możliwość bycia między ludźmi, co dla wielu jest bardzo istotne. Atmosfera kawiarni może działać kojąco, przynosząc poczucie kontaktu, nawet jeśli nie angażujemy się w rozmowy z innymi. Jest to forma wspólnoty bez konieczności uczestniczenia – możemy być obok innych, ale w swoim rytmie. Kawiarnia staje się w ten sposób miejscem bezpiecznym, oferującym przestrzeń zarówno dla introwertyków, jak i ekstrawertyków. Miejsce, które zaprasza do bycia razem lub osobno, do pracy lub odpoczynku, do dialogu



Sylwia Bruna

antropolożka kultury, animatorka społeczno-kulturalna, badaczka, zajmuje się dostępnością kultury oraz działaniami ze społecznością lokalną. Przestrzeń publiczna (również ta niefizyczna), codzienne praktyki i lokalność w mieście to obszary jej eksploracji inspiracji. Na co dzień prowadzi kawiarnię Kompozyt w gdańskiej stoczni.

lub ciszy. To jedno z niewielu miejsc, w których można być sobą i zarazem częścią większej całości.

Kompozyt funkcjonuje prawie rok. To doświadczenie, choć krótkie, pokazuje, jak proste gesty i zapraszanie ludzi do środka mogą odmienić przestrzeń i wypełnić ją życiem. Otwarcie drzwi to dopiero pierwszy krok – później zaczyna się łączenie kropek, które nadają temu miejscu unikalny charakter. Bo to ludzie tworzą miejsce – inaczej nie byłoby miejscem.



fot. Rafał Mroziński



Tech-sformacja w praktyce, czyli tzw. cyfryzacja pracy w trzecim sektorze

Ostatnie lata to ogromnie wymagający czas na wielu płaszczyznach życia społecznego: od sytuacji i napięć geopolitycznych, przez globalną redefinicję sposobów pracy, po wartości najważniejsze w kontekście cywilizacyjnym. Organizacje pozarządowe odgrywają nierzadko kluczową rolę w tych obszarach, nie tylko zabezpieczając humanitarnie możliwość ciągłości łańcucha dostaw rzeczy niezbędnych, ale też edukując społeczeństwa do funkcjonowania w nowych rzeczywistościach i czasach.

Nie zmienia to faktu, że trzeci sektor również wewnętrznie przechodzi wymagający okres redefinicji, głównie za sprawą standaryzacji pracy zdalnej, wprowadzania narzędzi technologicznych oraz rozwiązań opartych na sztucznej inteligencji. Praca zdalna, wcześniej co prawda spotykana w sektorze NGO, stała się koniecznością podczas pandemii, co wymusiło szybką adaptację do nowych warunków. Dzięki platformom takim jak Microsoft Teams czy Zoom organizacje mogły kontynuować swoją działalność, koordynując pracę zespołów rozproszonych na całym świecie. Przykładowo, Amnesty International organizowała globalne spotkania i szkolenia online, które z powodzeniem zastąpiły tradycyjne warsztaty i spotkania terenowe.

Technologia stała się nie tylko narzędziem pracy, ale także kluczowym elementem zarządzania. Systemy do zarządzania projektami, takie jak Trello czy Asana, umożliwiły monitorowanie postępów w czasie rzeczywistym i zwiększyły transparentność działań. Organizacje zaczęły też wykorzystywać zaawansowane systemy CRM, jak Salesforce, do efektywnego zarządzania danymi o darczyńcach, co pozwoliło na lepsze personalizowanie kampanii. Na przykład WWF może teraz kierować swoje akcje do konkretnych grup darczyńców zainteresowanych określonymi tematami, co zwiększa skuteczność i zaangażowanie odbiorców.

Sztuczna inteligencja, choć wciąż stosunkowo nowa w tym sektorze, już teraz wpływa na jego rozwój. Chatboty oparte na AI, używane m.in. przez organizację Save the Children, pomagają w szybkim odpowiadaniu na pytania darczyńców i beneficjentów. Dzięki nim organizacje mogą zaoszczędzić czas, który mogą przeznaczyć na bardziej złożone działania. AI znajduje też zastosowanie w analizie danych i przewidywaniu potrzeb, np. Refugee Assistance dzięki uczeniu maszynowemu potrafi przewidywać potrzeby uchodźców, co pomaga w lepszym planowaniu pomocy.

W Polsce organizacje pozarządowe mogą liczyć na wsparcie technologiczne w ramach współpracy z biznesem lub większymi organizacjami o globalnym zasięgu, jednak nie eliminuje to częstego lęku przed rozwojem technologii, co deklaruje ponad 60% Polaków (wg raportu CBOS, 'Sztuczna inteligencja – uczucia, narzędzia i diagnoza medyczna' z Października 2024).

Dlatego inicjatywy związane z rozwojem kompetencji cyfrowych i krytycznego myślenia o roli technologii w działaniach NGO-sów są niezbędne. Nie jest bowiem tajemnicą, że organizacje pozarządowe, które potrafią wykorzystać nowe technologie, mogą lepiej odpowiadać na zmieniające się potrzeby społeczne i działać szybciej oraz skuteczniej, w dynamicznie zmieniającym się świecie.

Na całe szczęście, ze względu na dostępność takich narzędzi jak ChatGPT, lub Perplexity, rozwijanie kompetencji wokół AI jest łatwiejsze, niż mogłoby się wydawać. Co prawda, warto szukać kursów, oraz szkoleń oferujących możliwość pełniejszego zrozumienia możliwości tych narzędzi, jednak nawet we własnym zakresie możliwe jest nauczenie się tego jak korzystać z dostępnych publicznie wersji GenAI.

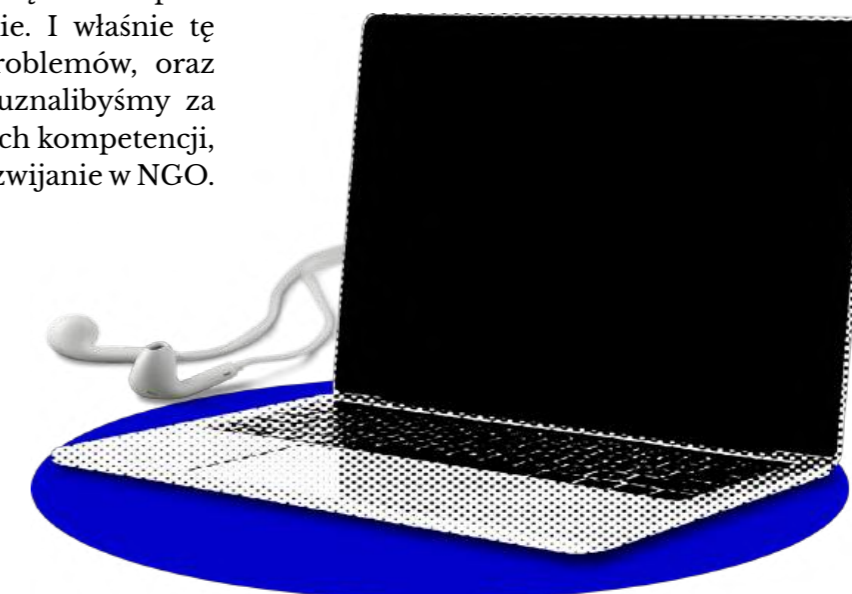
Kluczowym aspektem jest tutaj eksperymentowanie i poszukiwanie rozwiązań dla problemów, które są nam bliskie. I właśnie tę umiejętność definiowania problemów, oraz kluczowych dla nas zadań, uznalibyśmy za jedną z ważniejszych cyfrowych kompetencji, jakie powinny być obecnie rozwijane w NGO.



Dr Bartłomiej Balcerzak

ekspert Federacji na rzecz Lepszej Debaty Publicznej ds. uczenia maszynowego i AI, współtwórca BITECH ThinkTank oraz specjalista w zakresie dezinformacji i wielkich modeli językowych (LLMs). Współpracował z PJATK i UW, publikując artykuły i realizując projekty takie jak Dream, LivingLab i Infotester. Obecnie Starszy Ekspert ds. Sztucznej Inteligencji w Banku Millennium.

Federacja na rzecz Lepszej Debaty Publicznej (FLDP) zrzesza organizacje pozarządowe, działając na rzecz jakości debaty publicznej w Polsce. Promuje wolność słowa, etykę mediów, społeczną odpowiedzialność technologii, inicjuje projekty strażnicze dla NGO, a także realizuje program Akademia Innowacyjności NGO, finansowany przez Narodowy Instytut Wolności.





*Spółeczeństwo głośno przemówiło
w imieniu tych, którzy głosu nie mają.*



W stronę zmiany: Zwierzęta tego potrzebują

Choć w zbyt wielu miejscach wciąż traktowane są jak żywe alarmy, jedzenie, tania siła robocza lub dostarczyciele futer, sposób pojmowania zwierząt w Polsce się zmienia. Nasze społeczeństwo nie tylko ewoluowało, ale chce też kolejnych zmian i nie boi się o nie walczyć.

Animal Helper ruszyło pilotażowo w województwie pomorskim w listopadzie 2023 roku. Jak jest rok później? Działamy w połowie kraju, zatrudniamy kilkunastoosobowy zespół cudownych operatorek, przyjęliśmy

już ponad 8000 zgłoszeń i tysiące zwierząt otrzymało pomoc. Społeczeństwo nam zaufało i potwierdziło: 112 dla zwierząt jest potrzebne.

POLACY KOCHAJĄ ZWIERZĘTA

Wszyscy (albo zdecydowana większość z nas) pamiętamy obrazki z lat 90. Psy na łańcuchach i przy budach, resztki jedzenia z pańskiego stołu w miskach, chleb rzucany ptakom na potęgę. Dziś jesteśmy już mądrzejsi. Bardziej empatyczni, zaangażowani i wyedukowani.

Z badań, które przeprowadziliśmy, wynika, że 86,2% Polaków uważa, że zwierzęta w domu powinny być traktowane jako równoprawni uczestnicy życia rodzinnego. Aż 84,1% wskazuje, że istnieją silne więzi emocjonalne łączące ludzi ze zwierzętami, podobne do tych, które występują między członkami rodziny. I wreszcie, niemal 90% opiekunów zwierząt czuje odpowiedzialność i rozumie konieczność dbania o dobro zwierzęcia.

SKORO JEST TAK DOBRZE, CZEMU JEST TAK ŹŁE?

Tymczasem, w ciągu niespełna roku działania, systematycznie rozszerzając zasięg i przyjmując zgłoszenia z połowy Polski, otrzymaliśmy ponad 8000 prośb o udzielenie pomocy zwierzętom. Aż 35% z nich dotyczy znęcania się, głównie poprzez niewłaściwe warunki bytowe i rażące zaniedbanie. Skala cierpienia zwierząt jest porażająca.

Głównym narzędziem, którym posługujemy się w naszej codziennej pracy, jest ustawa o ochronie zwierząt. To dokument z 1997 r., który, choć był rewolucją jak na tamte czasy, wymaga gruntownych zmian. Po to, by zwyrodnialcy nie czuli się bezkarni, a dobrostan zwierząt przestał być pustym hasłem.

SPOŁECZEŃSTWO WALCZY

Marszałek Hołownia powiedział, że to będzie jesień zwierząt. Mocne słowa. Wielu próbowało coś w naszym prawie zmienić. Dopiero teraz, gdy organizacje prozwierzęce i społeczeństwo wzięły sprawy w swoje ręce, widać światelko w tunelu. Dokładnie 534 077 Polaków podpisało się pod obywatelskim projektem zmian w ustawie o ochronie zwierząt. Postulowane zmiany to m.in. zakaz stosowania łańcuchów i uwięzi, zwiększenie kar za znęcanie się nad zwierzętami, ograniczenie działania pseudohodowli, uwzględnienie kolejnych przesłanek do znęcania się nad zwierzętami, a także obowiązkowe chipowanie, celem walki z bezdomnością. Te postulaty powinny być wprowadzone już dawno, a teraz wreszcie jest na to realna szansa.

**Spółeczeństwo głośno przemówiło
w imieniu tych, którzy głosu nie mają.**



Magdalena Matelska

Fundacja Psia Krew, projekt Animal Helper

Fundacja Psia Krew to organizacja, której na sercu leży dobro potrzebujących zwierząt. Założycielem jest Adam Van Bendler, obok którego zebrała się całkiem spora grupa ludzi z zapałem i serduchem do działania. Naszym celem jest pomoc potrzebującym zwierzętom – nie tylko psom (co mogłaby sugerować nazwa), ale także kotom, jelenkom, jeżykom, świnkom – wszystkim zwierzętom, które potrzebują pomocy. Od listopada 2023 roku Fundacja uruchomiła Animal Helper – aplikację i obsługującą ją centralę, które działają jak pierwsze w Polsce 112 dla zwierząt.





Joga na krześle dla seniorów w Gdańsku bije rekordy popularności

Od ponad roku Gdańska Fundacja Zdrowie Przez Ruch realizuje nietypowy projekt. Ma on na celu zwiększenie świadomości zdrowotnej wśród osób starszych, promowanie aktywności fizycznej, poprawę samopoczucia seniorów oraz nawiązywanie nowych znajomości. Wszystko to udaje się osiągnąć dzięki specjalnie dostosowanym ćwiczeniom jogi.

Zajęcia odbywają się w przyjaznej, bezpiecznej atmosferze, a ich program jest dopasowany do indywidualnych potrzeb uczestników, w tym osób z ograniczoną mobilnością. Zajęcia jogi na krześle to dobry powód, żeby wyjść

z domu z przyjemnością. Do tej pory udział w nich wzięło 158 seniorów i seniorek!

“Joga na krześle jest moim autorskim pomysłem, który zyskuje coraz większe grono zwolenników w Gdańsku, co mnie bardzo cieszy. Po przeprowadzeniu wielu rozmów z seniorami o tym co jest im potrzebne do poprawy ich dobrostanu, wpadłam na pomysł zorganizowania takiej formy zajęć.” - mówi prezeska Gdańskiej Fundacji Zdrowie Przez Ruch Katarzyna Rucin.

NA CZYM POLEGA JOGA NA KRZESLE?

Joga na krześle to dostosowana forma klasycznej jogi, w której większość pozycji wykonywana jest w pozycji siedzącej lub przy wsparciu krzesła. Dzięki temu osoby o ograniczonej ruchomości, które mogłyby mieć trudności z wykonywaniem tradycyjnych po-

zycji jogi na macie, mogą w pełni korzystać z praktykowania tej formy ruchu. Ćwiczenia obejmują techniki oddychania, delikatne rozciąganie, wzmacnianie mięśni (również głębokich) oraz ćwiczenia równowagi.

Korzyści zdrowotne jogi na krześle dla seniorów:

1. Zwiększona elastyczność i siła mięśni – Regularne ćwiczenia jogi na krześle pomagają zwiększyć elastyczność mięśni, co może przeciwdziałać sztywności oraz bólom stawów, które są powszechne w starszym wieku. Delikatne rozciąganie poprawia zakres ruchu, co ułatwia wykonywanie codziennych czynności, np.: schylenie, wiązanie butów.
2. Wzmocnienie równowagi i koordynacji – Problemy z równowagą są częste wśród seniorów i mogą prowadzić do upadków. Joga na krześle zawiera ćwiczenia równowagi, które pozwalają wzmocnić mięśnie odpowiedzialne za stabilizację ciała. To nie tylko zmniejsza ryzyko urazów, ale także daje uczestnikom poczucie pewności siebie.
3. Poprawa funkcji układu krążenia – Delikatny ruch i oddychanie poprawiają krążenie krwi, co jest korzystne dla zdrowia serca i obniża ryzyko nadciśnienia oraz innych chorób sercowo-naczyniowych. Ćwiczenia korzystnie wpływają na zmniejszenie opuchlizny nóg.
4. Redukcja stresu i poprawa zdrowia psychicznego – Techniki oddechowe stosowane podczas zajęć pomagają wyciszyć umysł, co może przyczynić się do zmniejszenia poziomu stresu, poprawy jakości snu i równowagi emocjonalnej.

OD JOGI NA KRZESLE PO WARSZTATY WYJAZDOWE

Pierwszą grupą uczestniczącą w zajęciach były panie z Domu Sąsiedzkiego w Domu Zarazy w gdańskiej Oliwie. Kolejny projekt pilotażowy rozpoczął się we współpracy z Miastem Gdańsk z wydziałem ds. seniorów w październiku 2023. Zajęcia odbywały się w Centrum Aktywizacji Społecznej na Dolnej Bramie 8. Obecnie projekt toczy się cyklicznie od sierpnia do listopada. Fenomenem tych zajęć jest to, że odbywają się w różnych dzielnicach Miasta Gdańska, takich jak Suchanino, Wrzeszcz, Dolne Miasto, Orunia, Zielony Trójkąt.

Liczni uczestnicy zajęć często podsuwają nowe pomysły. Wśród nich są np. warsztaty wyjazdowe z jogą na krześle, qi-gongiem, kajakami, Nordic Walkingiem i koncertem mis tybetańskich. Projekt jogi na krześle stanowi otwartą inicjatywę dla wszystkich chętnych seniorów z Gdańska, którzy chcą zadbać o swoje zdrowie i poczuć, że każdy dzień przynosi nową energię. Wartością dodaną wspólnych zajęć i wyjazdów jest wspaniała atmosfera, nowe przyjaźnie, dobra zabawa, która sprawia, że uczestnicy cieszą się jak dzieci. To są te chwile radości, która czyni życie przyjemnym.



Katarzyna Rucin

Prezes Gdańskiej Fundacji Zdrowie Przez Ruch, trener pływania i instruktor aqua fitness, absolwentka siłowni NGO w Fundacji RC, pomysłodawczyni projektów autorskich w Gdańsku Jogi na krzesłach, aqua senior' 24, solankowy październik dla seniorów.

Więcej informacji: www.zdrowieprzezruch.pl

Dlaczego oglądam horrory?

Kino grozy dostarcza nam nie tylko rozrywki, ale także staje się sposobem na nazwanie i oswojenie zbiorowych lęków społecznych, które są często zbyt trudne do wyrażenia w codziennym życiu.

Idea połączenia rozrywki z psychologiczną analizą lęków czyni kino grozy fascynującym narzędziem do badania nie tylko indywidualnych, ale także zbiorowych traum i obaw, które kształtują naszą rzeczywistość.

JESIENNA TRADYCJA

W moim domu powstała jesienna tradycja. Nie obejmuje ona wypiekania dyniowych ciast – chociaż teraz myślę, że taki wypiek mógłby być świetnym dodatkiem. Nasza tradycja polega na tym, że przez cały październik oglądamy minimum trzy filmy grozy tygodniowo, aż do Halloween. Uwielbiam to święto ze względu na moją słabość do przebierania się i spożywania absurdalnej ilości słodczy. Z radością daję się ponieść tej zachodniej tradycji.

Osobiście lubię się bać... WYŁĄCZNIE podczas oglądania filmów. Może jest to pewnego rodzaju substytut życia na krawędzi, szczególnie gdy na co dzień zmagam się z mniej ekscytującymi wyzwaniem – chociaż wychowanie dwóch energicznych córek spędza mi sen z powiek! Najwyraźniej potrzebuję dodatkowej stymulacji przynajmniej raz w roku.

ARCHETYPY STRACHU

Wyszłam z założenia, że to, czego się boimy, jest głęboko zakorzenione w społeczeństwie oraz wspólnych lękach. Czy tak jest? Istnieją przecież archetypy strachu, które nam towarzyszą z pokolenia na pokolenie.

Powstają jedynie nowe wersje zmyry, przesładowcy, czy też obiektów naszych obaw.

Co roku skrupulatnie przygotowuje listę filmów, które mają mnie wyrwać z kapci. Na liście znajdują się zarówno klasyki filmografii, jak i nowości kinowe z ostatnich lat. Dbam o różnorodność tematyki, aby zaskakiwać siebie, odkrywać nowe poziomy ludzkiego niepokoju i dobrze się bawić.

Filmy grozy wykorzystują archetypy takie jak strach przed nieznanym, lęk przed śmiercią, dehumanizacją oraz utratą kontroli, które odkrył i opisał Carl Jung w koncepcji „zbiorowej nieświadomości”. Czym jest zbiorowa nieświadomość? To lęki głęboko zakorzenione w naszej psychice, które łatwo wywołać za pomocą emocjonalnych triggerów². W filmach pojawiają się one w postaci tajemnych sił, krwawych morderstw, strasznych białowłosych dzieci, martwych zwierząt czy pociągających nas mrocznych wampirów.

KLASYKI GROZY

Za najbardziej przerażające uznaję ekranizacje książek Stephena Kinga, który kiedyś straszyl mnie okrutnie w powieściach i niczym

>

¹ O psychologii wschodniej medytacji. W: Carl Gustav Jung: Podróż na Wschód. Leszek Kolankiewicz (red.). Wyd. 1. Warszawa: Wydawnictwo Pusty Obłok, 1989, s. 165.

² Czasownik „trigger” - prowokować (silną reakcję emocjonalną), wywoływać skrajne emocje [w]: Słownik polsko-angielski. Polish-English Dictionary, PWN, 2014.

”
Żyjemy w świecie, w którym poszukujemy intensywnych emocji, jako odskoczni od codzienności. Strach w kontrolowanych warunkach, takich jak oglądanie horroru, staje się dla nas formą rozrywki.

Joey z serialu „Przyjaciele”³, jedyne czego pragnęłam, to zatrzasnąć książkę w zamrażarce, żeby nigdy więcej nie doświadczyć tego strachu. Na mojej liście znajdziecie klasyki, takie jak „Dracula” (1992) w reżyserii Francis Forda Coppoli. Film ten doskonale ilustruje, w jaki sposób legendy i folklor tworzą symbolikę różnych aspektów ludzkich lęków i pragnień, głównie związanych z obsesją na punkcie nieśmiertelności, mrocznych popędów i zakazanych owoców. Wampir symbolizuje śmierć, która w tym kontekście oznacza wieczność potępionej duszy.

Na liście nie może zabraknąć „Psychozy” (1960) Alfreda Hitchcocka, w której analizujemy strach przed ludzką naturą. To dzieło pełne jest obrazów napięcia psychicznego i moralnych dylematów, które wywołują instynktowny lęk przed ciemnymi stronami umysłu człowieka.

Strach przybiera różne formy. Do tych bardziej oczywistych zaliczam wszelkie filmy o charakterze paranormalnym, takie jak „Paranormal Activity” (2007) w reżyserii Oren Peli czy „Egzorcysta” (1973) od Williama Friedkina. W tych historiach potworem jest demon, uwięziona dusza. Śmierć to temat, który przesładuje ludzkość i budzi wiele obaw. Religie pomagają nam ją przyswoić, jednak lęk przed samą śmiercią oraz życiem po niej pozostaje.

Horrory, thrillery i filmy grozy to gatunki, w których twórcy bawią się z odbiorcami, konfrontując nas nie tylko z naszymi lękami, ale także ukazują nam społeczne niepokoje charakterystyczne dla danej epoki. Przykładem są filmy o zombie, takie jak „REC” (2007), hiszpański hit od Jaume Balagueró i Paco Plaza. Mimo upływu lat wciąż wywołują

je przerażenie – zombie symbolizuje śmiertelną chorobę, wirus. Nic dziwnego, że ten film tak nas niepokoi. Minęły zaledwie cztery lata po pandemii, podczas której masowo umierali ludzie.

Nie można zapominać, że każdego z nas straszy coś innego, a nasze lęki często mają źródło w osobistych traumach. Dla niektórych widzów horrory mogą mieć również wartość terapeutyczną, osuwając realne stresy w kontrolowanych warunkach. Taka forma kontaktu z lękiem może ułatwiać zarządzanie napięciem i emocjami⁴.

MOJE TEGOROCZNE ODKRYCIE

Przykładów zbiorowej nieświadomości obecnej w filmach grozy jest wiele. Wspomniałam jedynie o kilku z nich. Przejdźmy jednak do mojego tegorocznego odkrycia – zmory współczesności, która wywołała we mnie najwięcej emocji, tylko przez samo uzmysłowienie sobie tego lęku.

Mówię tu o filmie „Substancja” (2024) w reżyserii Coralie Fargeat. Genialna Demi Moore uświadamia nam, jak absurdalnym lękiem jest strach przed utratą młodości. Starość stała się zmorą współczesnego świata, obsesyjną obawą przed zmianami fizycznymi w naszym ciele, walką z ego oraz problemami tożsamościowymi. Boimy się samotności i przymusu dostosowania się do standardów piękna. Film w sposób dosłowny ukazuje, jak bardzo kobiety i ich fizjologia są uprzedmiotowione⁵. Glorifikacja młodości staje się niebezpieczna, a akceptacja starzejącego się „ja” wydaje się prawdziwą zgrozą. Nie boimy się już śmierci, jako naturalnego następstwa starości – boimy się samego procesu starzenia.

DLACZEGO FUNDUJEMY SOBIE STRACH?

Żyjemy w świecie, w którym poszukujemy intensywnych emocji, jako odskoczni od codzienności. Strach w kontrolowanych warunkach, takich jak oglądanie horroru, staje się dla nas formą rozrywki.

Psycholodzy tłumaczą, że w trakcie takich przeżyć uruchamiają się reakcje chemiczne w organizmie, takie jak zwiększone wydzielanie dopaminy i adrenaliny, które mogą działać stymulująco, a nawet wywoływać uczucie euforii⁶.

Oglądanie horrorów staje się rodzajem „próby” przed rzeczywistymi sytuacjami zagrożenia, a mechanizmy obronne, które się aktywują, pomagają nam radzić sobie z lękami w codziennym życiu. Przeżywanie strachu w fikcyjnych sytuacjach dostarcza satysfakcji związanej z pokonaniem trudności, co wzmacnia poczucie kontroli i odwagi.

Uczciwie będzie zaznaczyć w tym miejscu, że oglądanie horrorów nie jest dla każdego. Nawołuję do odpowiedzialnego podejścia do przyswajania takich treści.

Amerykańska badaczka z wydziału Psychologii na Uniwersytecie Illinois Wesleyan, Dr

Amanda Vicary zauważa, że częste oglądanie treści typu filmy grozy, czy programów true crime mogą prowadzić do wzmożonego poczucia zagrożenia, co negatywnie wpływa na subiektywne poczucie bezpieczeństwa na co dzień. Taka długotrwała ekspozycja na treści wywołujące lęk może skutkować objawami fizycznymi, takimi jak przyspieszone bicie serca czy chroniczne zmęczenie, a także problemami psychicznymi, w tym stanami depresyjnymi i lękowymi. Zatem pamiętajmy, żeby z odpowiedzialnością podchodzić do tematyki grozy⁷.

W moim przypadku oglądanie horrorów to czysta przyjemność, którą dzielę z mężem i przyjaciółmi. Ta jesienna tradycja buduje moje więzi społeczne i wzbudza emocjonalne dyskusje na temat strachu. Zawsze znajduję okazję, aby sprawdzić nowinki z kina grozy czy seriali telewizyjnych!

Pozycje z mojej listy serdecznie polecam!



Marta Dzięgielewska
Redaktorka „Pomostu”

⁶ Margee Kerr Ph.D. Why We Love to Be Scared, at www.psychologytoday.com, 7.10.2015.

⁷ Monica Cull, What is True Crime? A Not So Strange Addiction, <https://www.discovermagazine.com>, 27.03.2024.



fot. Juan Felipe Ramirez

³ Joey Tribbiani fikcyjna postać z serialu Przyjaciele (Friends, 1994-2004) oraz główny bohater serialu Joey (2004-2006). Postać Joeya odtwarzał aktor Matt LeBlanc. W opisie nawiązuję do odcinka 13 – „Ten, w którym Monica i Richard są tylko przyjaciółmi” z sezonu 3. W tym odcinku w zamrażalniku Joeya, schowana jest książka „Lśnienie” Stephena Kinga. Książka trafiła tam, ponieważ Joey, czytając ją wieczorem, przeraził się i zgodnie ze swoim zwyczajem schował ją tam dla bezpieczeństwa.

⁴ Magdalena Świokło: Adaptacyjne funkcje emocji negatywnych. univ.gda.pl. [dostęp 2020-10-19].

⁵ RICHARD LAWSON, A Fearless Demi Moore Faces the Horrors of Aging—or Not—in The Substance, at Vanity Fair, 20.05.2024.

Ciasto z bananem i marchewką

Składniki:

2 jabłka starte na grubej tarce
 Tyle samo marchewki startej na cienkiej tarce
 Rozgnieciony banan lub dwa
 4 jajka
 250 ml mąki
 125 ml cukru (lub bez cukru)
 150 ml kefiru
 Łyżeczka proszku do pieczenia

Jajka ubić, składniki wymieszać i upiec ciasto.

Przepis pochodzi z publikacji Banku Żywności Trójmiasto. Organizacja zebrała przepis od klientów sklepów społecznych. To właśnie oni codziennie udowadniają, że z żywności, którą wiele osób by wyrzuciło, można przygotować smaczne i niebanalne potrawy.

Przepis na ciasto z bananem i marchewką zdradziła Alona. Przyjechała ona do Polski z Ukrainy, z niepełnosprawnym dzieckiem i starszymi rodzicami. W Polsce podoba jej się to, że w przypadku utraty pracy szybko można znaleźć nową (nawet jeśli nie jest to praca marzeń, zawsze jest szansa na coś lepszego). W Polsce zdziwiło ją, że obowiązuje wiele skomplikowanych przepisów prawnych. Alona wybrała ten przepis, bo to propozycja zdrowego wypieku (tym zdrowszego, im mniej cukru dodamy). Ciasto jest pachnące i szybkie do zrobienia, a to bardzo ważne dla zapracowanej mamy.

Bank Żywności
 w Trójmieście 



HOROSKOP ★

Poprosiliśmy naszą wróżkę AI o przepowiednie dla organizacji pozarządowych na najbliższy miesiąc. Zamiast znaków zodiaku mamy miesiące założenia NGO!

Styczeń

W nadchodzącym miesiącu Twoja organizacja odczuje przypływ energii do zakończenia ważnych projektów. To czas na dopinanie spraw i rozwiązywanie założeń – skupcie się na szczegółach, a wasze działania przyniosą trwałe efekty.

Luty

Przed Wami miesiąc pełen spotkań i możliwości sieciowania. Wasze zdolności do nawiązywania relacji będą kluczowe, zwłaszcza przy okazji nowych inicjatyw. Zwróćcie uwagę na współpracę z innymi organizacjami – wspólne działania mogą przynieść niespodziewane korzyści.

Marzec

Nadchodzący miesiąc przyniesie nowe inspiracje i pomysły na działania. Czas skupić się na poszukiwaniu świeżych rozwiązań oraz inwestowaniu w rozwój zespołu. Zaufajcie swojej kreatywności – to ona poprowadzi Was na nowe ścieżki.

Kwiecień

Dla organizacji powstałych w kwietniu nadchodzący miesiąc to czas wzmożonej aktywności. Skorzystajcie z tej energii i podejmujcie się ambitnych projektów, które od dawna planowaliście. Śmiałość i otwartość przyniosą Wam sukcesy oraz uznanie w społeczności.

Maj

Organizacje założone w maju czeka miesiąc stabilizacji i dopracowywania szczegółów. To idealny moment, by przemyśleć dalsze kroki i wzmocnić fundamenty organizacji. Zwróćcie uwagę na finansowe aspekty swoich działań – dzięki temu będziecie gotowi na nowe wyzwania.

Czerwiec

Miesiąc przyniesie Waszej organizacji możliwość zaangażowania nowych członków lub wolontariuszy. To czas na wzmocnienie relacji i budowanie zespołu – znajdźcie sposoby na zbliżenie ludzi wokół waszej misji. Otwarta komunikacja pomoże w osiągnięciu wspólnych celów.

Lipiec

Dla organizacji z lipca nadchodzący miesiąc to czas pozytywnego rozgłosu i promocji. Warto podjąć działania, które pozwolą Wam zaprezentować efekty swojej pracy szerokiej publiczności. Wasze zaangażowanie zostanie docenione – nie bójcie się pokazać światu!

Sierpień

Przed Wami czas, by skoncentrować się na edukacji i podnoszeniu kompetencji zespołu. Miesiąc sprzyja zdobywaniu wiedzy i rozwijaniu nowych umiejętności, które w przyszłości okażą się nieocenione. Zainwestowanie w rozwój teraz przyniesie długotrwałe korzyści.

Wrzesień

Wasza organizacja ma okazję wykorzystać nadchodzący miesiąc na podsumowanie dotychczasowych osiągnięć. To moment, by docenić efekty pracy zespołu i przygotować się do dalszego rozwoju. Czas refleksji pozwoli Wam na lepsze zrozumienie tego, co działa najlepiej.

Październik

Dla organizacji założonych w październiku nadchodzący miesiąc przyniesie wiele możliwości współpracy. Zacieśnianie relacji z lokalną społecznością i innymi organizacjami będzie kluczowe dla realizacji przyszłych projektów. Bądźcie otwarci na nowe partnerstwa.

Listopad

Nadchodzący miesiąc to czas intensywnego działania i realizacji zadań, które wymagały odłożenia na później. Skupcie się na efektywności i dbajcie o organizację pracy – wkrótce zauważycie, że Wasze wysiłki przynoszą konkretne efekty.

Grudzień

Przed Wami miesiąc, który sprzyja podsumowaniom i planowaniu na przyszłość. To dobry moment, by przygotować strategię na nadchodzący rok i spojrzeć na sukcesy, jakie osiągnęliście. Wasza organizacja ma moc inspirowania – dzielcie się swoimi osiągnięciami!



AI
Wróżka





Drodzy Czytelnicy i Drogie Czytelniczki,

“Pomost” to pismo, w którym każdy głos ma znaczenie. Chcemy, aby w tym miejscu, w kolejnym numerze, pojawiły się listy od Was- pełne pasji, humoru, a może nawet małego prztyczka w nos (bo czemu nie?).

Chcielibyśmy, aby „Listy do Redakcji” były stałym elementem magazynu – czymś co przeglądamy z wypiekami na twarzy. Czekamy na Wasze mailowe wiadomości, w których możecie poruszać tematy, które są dla Was ważne – zarówno te dotyczące spraw lokalnych, jak i ogólnych, związanych z sektorem pozarządowym i nie tylko!

Wasze pytania, sugestie, a także konstruktywna krytyka są dla nas ważne jak dobra kawa – mocne i niezbędne do przetrwania. To dzięki Wam nasz magazyn będzie żył, rozwijał się i odpowiadał na Wasze potrzeby. Chcemy przeczytać Wasze opinie na kwestie poruszone w „Pomoście”, a także zapraszamy do dzielenia się pomysłami na przyszłe tematy, które powinniśmy poruszyć.

Nie bójcie się także dzielić swoimi osobistymi historiami czy refleksjami. Wasze doświadczenia są niezwykle ważne!

Czekamy na Wasze listy! Piszcie na pomost@fundacjarc.org.pl lub wysyłajcie pod adres ul. Wita Stwosza 23, 80-312 Gdańsk z dopiskiem POMOST.

Z pozdrowieniami

Zespół Redakcyjny

pomost
MAGAZYN

Twoja reklama już prawie tu jest!
Prawie, bo czeka tylko na Twój kontakt z naszą redakcją!

Chyba, że chcesz, aby w tym miejscu pojawiły się suchary naszej redakcji – serio, mamy ich sporo.