




## KONGRES MŁODYCH

	<b>14 listopada 2019 r.</b>
08:30 - 09:00	Rejestracja uczestników 
09:00 - 09:45	„ <i>Biznes w moich rękach</i> ”
10:00 - 12:30	<p><b>Warsztaty do wyboru:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li><b>1. Między agresją a uległością – trening asertywności</b></li> <li><b>2. Bądź dobry dla siebie</b></li> <li><b>3. Pasja – szkoła - życie</b></li> <li><b>4. Uwaga i spokój zabki</b></li> <li><b>5. Odszkodnia</b></li> </ol> <p><b>Równolegle warsztat dla pedagogów z zakresu zarządzania talentami.</b></p>
12.30 – 13.15	 Przerwa na lunch
13:15 – 14:30	<b>Kreatywne poszukiwanie rytmu.</b>
14:30 – 14:45	Zakończenie Kongresu

Kongres otworzymy wystąpieniem **Klaudii Kostrzewskiej i Michała Łyszkowskiego**, którzy opowiedzą nam o **Varsztatovni**. Będzie to historia o społeczności, relacjach i kompromisach. Dowiemy się jak się to wszystko zaczęło, czemu powstało i jak ewoluowało przez lata. Opowiedzą też o rzeczach, które sami bardzo chcieliby wiedzieć na samym początku. Poruszą również tematykę projektów społecznych, ich znaczenia w środowisku lokalnym, oraz wspólnie z uczestniczkami i uczestnikami zastanowimy się, jak przekuć je we własną działalność.

**Michał Łyszkowski** - założyciel Fundacji Varsztatovnia, twórca dwóch kampanii społecznych. Absolwent Startup Academy, zwycięzca Social Innovation Weekend Prague. Mentor i inicjator inicjatyw lokalnych. Były pracownik zespołu projektowego w korporacji ubezpieczeniowej. Certyfikowany public speaker i project manager. Autor identyfikacji marki Varsztatovnia, designu strony internetowej (<http://varsztatovnia.pl/>). W swojej pracy odpowiada za program artystyczny Fundacji i współpracę z prowadzącymi pod kątem artystycznym. Prywatnie aktor serialowy i aktor

## KONGRES MŁODYCH

improwizacji scenicznej oraz działacz lokalny. **Klaudia Kostrzewska** - product manager Fundacji Warsztatovnia, odpowiada za program zajęciowy w ośmiu miastach Polski i współpracę z ponad 50 partnerami Fundacji. Autorka kampanii społecznej Gala Dobrych Serc. Zarządza trzydziestoosobową kadrą artystyczną i społecznością ambasadorów. W swojej pracy wykorzystuje zarządzanie w systemie scrum, specjalistka projektowa z dziedziny administracji i micromanagementu. Event manager i organizatorka koncertów warsztatowych. Działaczka lokalna w społeczności Social Wolfes. Prywatnie tancerka i podróżniczka.

### Warsztaty dla młodzieży (do wyboru w dniu Kongresu):

1. **W jaki sposób możesz rozwijać logiczne myślenie, poprawić koncentrację?** Czy można nauczyć się dbania o siebie i innych? Na te pytania znajdziesz odpowiedź w czasie warsztatu "Odkocznia".

Warsztat poprowadzi **Julia Żardecka - instruktorka dramy oraz pedagogiki cyrku, antropolożka i animatorka kultury, edukatorka, współzałożycielka Odkocznia**. Absolwentka Institute of Performing Arts w Danii. Ukończyła kurs pedagogiki cyrku prowadzony przez Wojewódzki Ośrodek Animacji Kultury w Toruniu oraz kursy instruktorki dramy w Mazowieckim Instytucie Kultury. Uczestniczka międzynarodowych projektów o tematyce cyrkowej (m.in. Dania, Niemcy, Hiszpania). Stażystka w zagranicznych instytucjach kultury w projekcie „Women and Youth Entrepreneurship in Ceative Sector” w ramach programu Leonardo Da Vinci. Od 2010 roku związana z pracą w trzecim sektorze. Regularnie prowadzi projekty artystyczno-społeczne oraz edukacyjne w szkołach, domach kultury i Miejscach Aktywności Lokalnej.

2. **W jaki sposób udzielać informacji zwrotnej? Jak reagować na krytykę?** Jak wyrażać swoje opinie i przekonania? Jak bronić swoich praw? Tego dowiedzą się uczestnicy warsztatu, który poprowadzi **Magdalena Tchórznicka** - Absolwentka Instytutu Nauk Społecznych. Od ponad 15 lat związana z wieloma organizacjami pozarządowymi. W latach 2010-2018 szefowa zespołu Politycznego Fundacji Szkoła Liderów oraz członkini Zarządu Fundacji. W latach 2012-2017 szefowa jednej z

## KONGRES MŁODYCH

organizacji harcerskich w Polsce – Stowarzyszenia Harcerskiego. Od 2013 roku zaangażowana w działania na rzecz miasta st. Warszawa. Pełniła m.in. funkcję Przewodniczącej Zespołu ds. Budżetu Partycypacyjnego w Dzielnicy Śródmieście, wprowadzała zespoły dzielnicowe w proces budżetu partycypacyjnego, moderuje spotkania konsultacyjne z mieszkańcami. **Moderatorka, trenerka umiejętności miękkich – przywództwo, komunikacja, wystąpienia publiczne, przywództwo oparte na wartościach.**

3. W czasie Kongresu uczestniczki i uczestnicy wezmą udział w warsztacie z zakresu **zarządzania sobą w czasie.** Warsztaty poprowadzi **Michał Landowski – prawnik, legislator i politolog, auditor systemu zarządzania jakością ISO. Sekretarz Powiatu Pruszkowskiego, były Zastępca Prezydenta Miasta Pruszkowa. Instruktor harcerski - członek Władz Naczelnych ZHP,** lider i trener organizacji pozarządowych. Zaangażowany w liczne projekty społeczne oraz edukacyjne we współpracy z fundacjami i stowarzyszeniami. Współtwórca oraz animator Miejskiej Rady Seniorów i Młodzieżowej Rady Miasta. Koordynator trzech edycji budżetu obywatelskiego Miasta Pruszkowa, członek Rady Rynku Pracy, członek Światowego Związku Żołnierzy Armii Krajowej. Autor monografii z zakresu samorządu terytorialnego oraz współtwórca komentarza do ustawy o finansach publicznych. Zapalony żeglarz i fan sportów zimowych.
4. **Uczestnicy i uczestniczki warsztatu "Bądź dobry dla siebie" będą mieli okazję przyjrzeć się temu jak zdanie na własny temat wpływa na ich wybory, decyzje, samopoczucie i działanie.** Warsztaty poprowadzą: Sandra Głowacka i Anna Łukawska-Adamczyk. **Sandra Głowacka** ma 18 lat i chodzi do klasy maturalnej. Uwielbia czytać książki, pisać własne historie i artykuły na swojego bloga. **Od 8 lat z bezkresną miłością trenuje Aikido z czarnym pasem na biodrach.** Kilka lat temu zafascynowało ją również oglądanie gal MMA dzięki jednej z walk Mameda Chalidowa. Rozwija się artystycznie, ucząc się gry na gitarze i choć - jak twierdzi - nie zna się na śpiewaniu, nie wyobraża sobie swojego świata bez muzyki. I przynajmniej raz w tygodniu, jak każdy człowiek, lubi sobie trochę poleniuchować. **Anna Łukawska-Adamczyk - dyrektorka Młodzieżowego Domu**

## KONGRES MŁODYCH

**Kultury, prezeska Fundacji WIEŚWIEJAK, pedagożka, animatorka, trenerka.** W 2016 r. uzyskała tytuł Liderki Wiejskiej Krajowej Sieci Obszarów Wiejskich Województwa Mazowieckiego i znalazła się w Złotej Dziesiątce Kobiet Sukcesu Mazowsza gdzie doceniono jej działalność społeczną. Od wielu lat współpracuje z Fundacją Szkoła Liderów, gdzie, m.in wspiera warszawskie Domy Kultury w rozwoju wolontariatu w ich instytucji. Szkoli i ocenia wnioski w programie "Dobry pomysł" Fundacji ING Dzieciom.

5. **„Uważność i spokój żabki” poprowadzi Beata Kamińska – Suchanek – psycholog, promotor zdrowia.** Nauczyciel mindfulness dla dzieci Metodą Eline Snel „Uwaga to działa”. Doświadczenie zdobywała pracując w ośrodku szkolno-wychowawczym. Doradza nauczycielom w pracy z dziećmi, przeżywającymi różne trudności.

**Nauczyciele/ opiekunowie grup młodzieżowych wezmą udział w warsztacie „Mam tę moc!”.** W czasie warsztatu, uczestnicy przyjrzą się jakie działania dorosłych mogą wspierać lub blokować rozwój silnych stron oraz talentów młodych ludzi. Wspólnie wypróbują autorskie oraz ogólnodostępne narzędzia, które mogą pomóc młodzieży oraz dorosłym w rozpoznaniu ich "mocy". Warsztat poprowadzi **Agnieszka Leśny – magister pedagogiki oraz kulturoznawstwa.** Realizuje rozprawę doktorską na Wydziale Pedagogicznym Uniwersytetu Warszawskiego. Posiada doświadczenie pracy w szkole podstawowej oraz w gimnazjum. Wieloletnia instruktorka harcerska i nauczyciel akademicki. Wiele lat związana z Centrum Nauki Kopernik, w latach 2013 - 2015 jako trenerka szkoleń dla nauczycieli i zespołu trenerskiego. Współpracuje z Pracownią Gier Szkoleniowych. W fundacji Pracownia Nauki i Przygody pełni funkcję szefa zespołu trenerskiego. W ciągu ostatnich 3 lat zrealizowała ponad 500 godzin szkoleń i warsztatów dla dzieci, młodzieży oraz dorosłych.

## KONGRES MŁODYCH

W czasie Kongresu odbędą się również **warsztaty bębniarskie**. Zagramy na bębnach. Wsłuchamy się w dźwięki. **Całość zakończymy wspólnym interaktywnym koncertem** na bazie nauczonego podczas warsztatów materiału muzycznego. Warsztaty poprowadzi **Iza Kowalewska - polska wokalistka, bębniarka, pianistka, autorka muzyki oraz tekstów i muzykoterapeutka. Absolwentka Akademii Muzycznej im. Grażyny i Kiejstuta Bacewiczów w Łodzi na wydziale Muzykoterapii oraz warszawskiego Państwowego Studium Jazzu w klasie śpiewu**. W 2013 roku ukazał się jej debiutancki album solowy zatytułowany „Diabeł mi Cię dał. Nagrania promowane teledyskami do utworów "Tango D N A" i "Diabeł mi Cię dał" wydała firma Universal Music Polska. W 2015 roku Iza Kowalewska wydała drugi solowy album „Nocna zmiana” Universal Music Polska . Piosenkarka tworzyła linie melodyczne, pisała teksty i nagrywała głos oraz występowała dla takich twórców jak: Fisz, EMADÉ, O. S. T. R., Envee, Medium, Sistars, Novika Czarny HIFI, Krzysztof Kiljański, Adam Strug, Tomasz Stańko, Leszek Możdżer, Katarzyna Nosowska, HEY, Ania Rusowicz etc.