

OD WRZEŚNIA **DO WRZEŚNIA**

*To, co robisz,
ma znaczenie*



Uczymy się sztuki bycia odpowiedzialnym

Spis treści



DROGA DO TRADYCJI

- „Wszystkie drogi prowadzą do ludzi” 4
- Różnić się to nie to samo, co dzielić 6
- Śmiech i miłość mogą nas uratować 7
- Nic dwa razy się nie zdarza 9



DROGA DO WIEDZY

- Odpowiedzialność vs. obojętność 10
- To nie tylko słowa 12
- W Google o Solidarności, odwadze i innowacjach 13
- Razem w jednym świecie 14
- Trendy definiujące Twoją drogę kariery, czyli kompetencje przyszłości 14
- AI na co dzień 17



DROGA DO KULTURY

- Malarka dusz 18
- Antygona tu i teraz 18
- Odpowiedzialność twórcy 19
- Honorowi Obywatele Miasta Ostrów Mazowiecka 20



DROGA DO RADOŚCI

- Zimowisko w Ciechanowcu 21
 - » Poznaj opinie uczestników zimowiska 22
 - » Być odpowiedzialnym dziś 24
 - » Żaba w kocim futrze i jeszcze więcej... 27
 - » Nie bać się, że coś może nie wyjść 29
 - » Wracają, by dawać dalej 31
- Nowy rozdział zaczyna się w Łucznicy 32



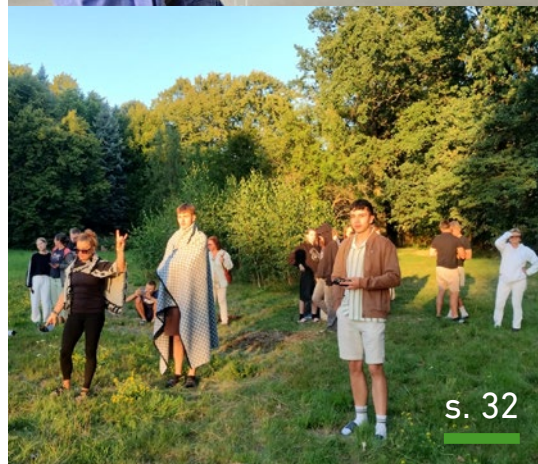
WŁASNĄ DROGĄ

- Co dalej? 35

Na okładce:

Natura zamknięta w żywicy

Wisior wykonany przez młodzież podczas warsztatów „Ekologiczna biżuteria” w Łucznicy.





Szanowni Państwo, Drodzy Stypendyści,

co roku w naszej fundacyjnej drodze towarzyszyli nam wybrani przewodnicy. Postaci z dalszej lub bliższej przeszłości. Analizowaliśmy ich życie, przymioty i wskazania, szukając przydatnych w naszej osobistej drodze drogowskazów. Bardzo wiele przestań, które odnajdowaliśmy u naszych patronów, było uniwersalne i mimo upływu czasu nie utraciło swojej ważności.

Dobro zawsze pozostaje dobrem, prawda – prawdą, rzetelność – rzetelnością. Nie zmienia się znaczenie odpowiedzialności.

Kierując się tą myślą, postanowiliśmy podczas tego roku pochylić się nie nad konkretnym patronem, ale pewną wspólną jakością, która ich wyróżniała. Spośród wielu cech wspólnych dla naszych przewodników wybraliśmy jedną i ją uwypukliliśmy. Mówimy o odpowiedzialności, która sprawia, że droga, którą idziemy, z czasem naprawdę staje się „Naszą Drogą”.

Podczas wielu spotkań, dyskusji i warsztatów sprawa odpowiedzialności poruszana była w wielu aspektach. To odpowiedzialność za siebie i własne wybory. Za ludzi, którzy są obok nas. Za słowo wypowiedziane i niewypowiedziane. Za pamięć i historię. Za wspólnotę, której jesteśmy częścią. Wreszcie – za to, czego nie zrobiliśmy, choć mogliśmy i powinniśmy byli zrobić.

O tych wydarzeniach, spotkaniach i innych fundacyjnych działaniach można przeczytać w najnowszym numerze naszego biuletynu „Od września do września”.

Spotkania i warsztaty się kończą. Zostają po nich wspomnienia, czasem zapisane zdanie, czasem czyjaś myśl. Najważniejsze jest jednak to, co zabieramy ze sobą dalej. Być może po tym roku warto zachować jedno proste pytanie: Za co ja jestem odpowiedzialny?

Anna i Maciej Formanowiczowie



„Wszystkie drogi prowadzą do ludzi”

12 września 2025

Słowa autora „Małego Księcia” zaprowadziły nas do kolejnego roku fundacyjnego. Rozpoczynamy go od zastanowienia się nad ważną cechą charakteru, która dotyczy każdego z nas – odpowiedzialnością.



➔ Pierwsze spotkanie, pierwsze znajomości i początek wspólnej przygody

Podczas inauguracji roku do tematyki zrozumienia odpowiedzialności wprowadziły nas scenki inspirowane „Małym Księciem” Antoine’a de Saint-Exupéry’ego, przygotowane przez stypendystów i stypendystki. Słowa „Jesteś odpowiedzialny za to, co oswoiłeś” wybrzmiały szczególnie mocno, przypominając, że odpowiedzialność zaczyna się od relacji – z ludźmi, światem i samym sobą.

O wielu wymiarach odpowiedzialności mówił w wykładzie inauguracyjnym **Pan Maciej Formanowicz**.

■ ■ To codzienne decyzje – podkreślał – dotyczące zdrowia, nauki i relacji, to odpowiedzialność za słowo, ale też postawa obywatelska, taka jak udział w wyborach, reagowanie na zło i krzywdę, jak dbanie o wspólne dobro. To gotowość do podejmowania decyzji oraz ponoszenia konsekwencji (pozytywnych

i negatywnych) własnych działań, ale też braku działania. Bo odpowiedzialność wiąże się z dojrzałością oraz uczciwością wobec siebie i innych.

WITAMY NOWYCH STYPENDYSTÓW!

Z radością witamy w naszej Fundacji dziewięcioro nowych stypendystów! Cieszymy się, że dotaczyli do naszej fundacyjnej społeczności. Przed Wami czas inspirujących spotkań i ciekawych doświadczeń. Witamy na pokładzie!

Serdecznie dziękujemy wszystkim, którzy 12 września 2025 roku w Ostrowi Mazowieckiej świętowali razem z nami uroczystą inaugurację nowego roku fundacyjnego. W tym wyjątkowym dniu byli z nami stypendyści, absolwenci, rodzice, przedstawiciele władz samorządowych i oświatowych oraz przyjaciele Fundacji.

Dziękujemy, że byliście z nami!

Ewa Krawiecka



👉👈 Odpowiedzialność zaczyna się od nas – nawet od tego, co ubieramy. Pokaz kolekcji stworzonej z troską o planetę na letnich warsztatach w Łucznicy



OTWIERAMY SIĘ NA NOWE!

W Fundacji wierzymy, że warto szukać rozwiązań, które jeszcze lepiej odpowiadają na potrzeby młodych ludzi. Dlatego w roku 2026/27 rekrutacja do programu stypendialnego będzie przebiegać w nowej formule.

Przesuwamy nabór o kilka miesięcy, aby szkoły miały więcej czasu na wnikliwe poznanie kandydatów, a młodzież – na spokojne przemyślenie swojej decyzji i świadome podjęcie udziału w programie.

We wspomnianym roku szkolnym chcemy zaprosić do rekrutacji uczniów klas pierwszych szkół średnich. O szczegółach naboru będziemy informować na bieżąco.



Różnić się to nie to samo, co dzielić

4 grudnia 2025

Mikołajkowe spotkanie z uczestnikami Środowiskowego Domu Samopomocy pokazało nam, że w świecie, który często chce dopasować nas do jakichś schematów, największą wartością jest różnorodność. To, że jesteśmy różni, mamy własne światy, odmienną wrażliwość i sposób wyrażania emocji, sprawia, że każdy z nas jest wyjątkowy. Warto czerpać z różnic i na nich – a nie tylko na podobieństwach – budować relacje oraz tworzyć społeczność.



➡ Ho, ho, ho – czas na obdarowywanie!



Fot. dzięki uprzejmości Miasta Ostrowi Mazowieckiej

Wydarzenie odbyło się 4 grudnia 2025 r. w Starej Elektrowni w Ostrowi Mazowieckiej. Przygaszone światła i świąteczne dekoracje już od wejścia wprowadzały w klimat świąt. Uczestnicy Środowiskowego Domu Samopomocy, wspierani przez opiekunów, przygotowali pantomimę o dobroci i niesieniu pomocy, podczas której zaprezentowali swoje talenty wokalne oraz aktorskie. Udowodnili, że śpiewać można nie tylko głosem, lecz także... rękami! Pastorałki wykonane równocześnie w języku migowym

uświadomiły wszystkim, jak wiele jest sposobów wyrażania emocji.

Na zakończenie podopieczni ŚDS wręczyli gościom choinki, które wykonali podczas zajęć maskaramy. Państwo Anna i Maciej Formanowiczowie otrzymali serdeczne podziękowania za wieloletnie wsparcie działalności Domu oraz zaangażowanie w budowanie relacji z uczestnikami.

Małgorzata Wilanowska



Śmiech i miłość mogą nas uratować

20 grudnia 2025

Wigilia w naszej już niemal trzydziestoletniej Fundacji przyciągnęła w tym roku wyjątkowo liczne grono – od obecnych stypendystów po absolwentów, którzy wpadli podzielić się tym, dokąd poniosło ich życie po zakończeniu przygody w „Naszej Drodze”.



➡ Na początek poezja, żeby poczuć święta



➡ I muzyka, która dopełnia nastrój

Wysłuchaliśmy opowieści Wiktorii, która właśnie rozpoczęła pracę jako lekarka, Bartka – doktoranta biologii, oraz Pauliny – doświadczonej dziennikarki. Wszyscy zgodnie podkreślali, że czas spędzony w Fundacji był dla nich bezcenną lekcją odwagi, otwartości na świat i drugiego człowieka. Zachęcali młodszych kolegów i koleżanki, aby w pełni korzystali z wyjazdów, spotkań i warsztatów oferowanych przez Fundację, ponieważ wszystko, czego tu doświadczą, zapoczentuje w przyszłości.

O potrzebie wykorzystywania szans wspominał również Pan Maciej Formanowicz, który życzył stypendystom odwagi i wiary w siebie. Przypominał, że Boże Narodzenie to czas pokoju, ale musimy pamiętać, że nie wszyscy na świecie go doświadczają. „Śmiech i miłość mogą nas uratować” – zacytował myśl księdza Jana Twardowskiego, podkreślając tym samym, że wzajemna życzliwość i wrażliwość pomagają budować pokój.

Dziękujemy wszystkim za obecność. Miło było spotkać naszych absolwentów i ich najbliższych. Takie spotkania zbliżają nas do siebie jeszcze bardziej i umacniają naszą fundacyjną wspólnotę.

Ewa Krawiecka



➤ Kolęda łączy



➤ Trochę pracy, dużo serca... i proszę, są prezenty!



➤ Chętnie wysłuchaliśmy historii Wiktorii, Bartka i Pauliny o drodze do sukcesu



➤ Dobry prezent to taki, który przyda się przez cały rok



➤ Bo niektóre więzi zostają na zawsze



Nic dwa razy się nie zdarza

26 czerwca 2026

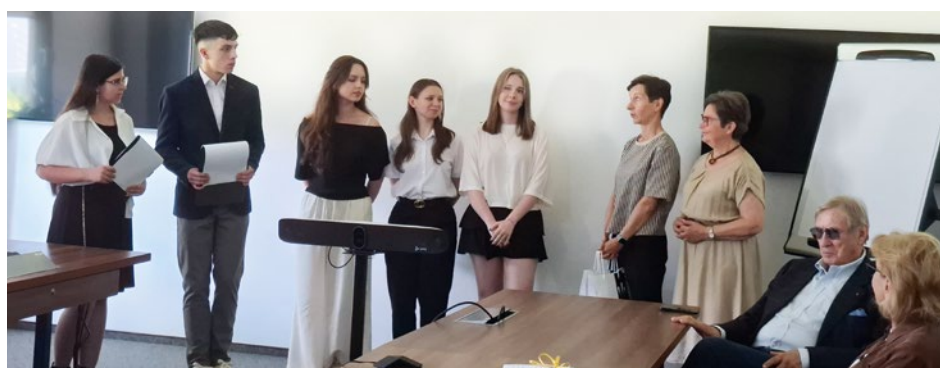
26 czerwca 2026 roku w Ostrowi Mazowieckiej spotkaliśmy się z czworgiem naszych tegorocznych maturzystów. Za nimi cztery lata aktywnego udziału w programie Fundacji.

Wspólnie podsumowaliśmy ubiegły rok, którego tematem była szeroko rozumiana odpowiedzialność. Okazją do refleksji na ten temat stała się krótka część artystyczna, która przypomniła wydarzenia fundacyjne całego roku.

Każdy z maturzystów dostał drobny upominek od stypendystów i... wiersz, napisany specjalnie dla niego. Były wzruszenia, wspomnienia, podziękowania oraz życzenia.

Wszystkim maturzystom dziękujemy za wspólne lata i życzymy odwagi w spełnianiu marzeń, dobrych wyborów oraz wielu sukcesów.

Patryk Sikora



**A NA FINAŁ...
RYMUJEMY
I TAK
MATURZYSTOM
DZIĘKUJEMY!**

Dla Oliwii Nowackiej

*Od samego rana uśmiechem zaraża,
Przy niej nikomu smutek się nie zdarza.
Pomocna i miła, ma serce ze złota,
Do wspierania innych zawsze ma ochotę.
Ma dystans do siebie i z wpadki się śmieje,
Choćby i wokół szalaty zawieje.
Przez życie idzie drogą jasną i gładką,
Każdy chce spędzać czas z Oliwką Nowacką!*

Dla Gabrieli Kuleszy

*Na macie walczy jak prawdziwa mistrzyni,
Podziw i zachwyt wokół siebie czyni.
Każdy jej ruch to siła i gracia,
Należy jej się ogromna owacja!
Lecz poza sportem ma serce na dłoni,
Zawsze pomocna, przed smutkiem obroni.
Miła, opiekuńcza, a gdy siada za kółko,
Mknie przez świat – z uśmiechem i lekkością!*

Dla Oliwii Gumowskiej

*Gdy wchodzi na scenę, czas nagle staje,
Ona swym głosem zachwyt rozdaje.
Śpiewa, w teatrze gra i talentem czaruje,
A cała sala braw nie żałuje!
Choć z twarzy wielką gwiazdę przypomina,
To nie jest kopia – to nasza dziewczyna!
Oliwka własnym, jasnym blaskiem świeci,
I śmiało po sukces do przodu leci!*

Dla Barbary Traczyk

*Basia ma uśmiech jak słońce na niebie,
Jej blask przyciąga wszystkich do siebie.
Humorem sypie jak z rękawa, ot tak!
Przy niej pięknieje cały nasz świat.
Wszyscy ją lubią – to jasna sprawa,
Gdzie jest Basia, tam klasa i świetna zabawa.
Serdeczna, wesola, z urokiem osobistym,
Jest dla nas skarbem po prostu oczywistym!*



Fot. Giesel / stock.adobe.com



Odpowiedzialność vs. obojętność

10 października 2025

10 października 2025 roku uczestniczyliśmy w spotkaniu z ks. Grzegorzem Michalczykiem, duchownym Archidiecezji Warszawskiej, krajowym duszpasterzem środowisk twórczych, Wiceprzewodniczącym Polskiej Rady Chrześcijan i Żydów. Tematem rozmowy była odpowiedzialność i obojętność, dwa słowa, które – jak się okazało – potrafią całkowicie zmienić sens naszego życia i relacji z innymi ludźmi.

Ksiądz rozpoczął spotkanie od refleksji nad początkiem Biblii, historią stworzenia człowieka i pierwszego grzechu. Pokazał nam, że już wtedy pojawił się problem braku odpowiedzialności. Gdy Kain zabił swojego brata Abela, próbował się usprawiedliwić słowami: „Czyż jestem stróżem brata mego?”. To właśnie w tej wymówce widać coś, co ksiądz nazwał obojętnością, czyli ucieczką od odpowiedzialności. Od tamtej chwili człowiek przestał czuć, że powinien troszczyć się o drugiego człowieka.

„Dziś widzimy ludzi obojętnych na krzywdę uchodźców, biednych, bezdomnych czy tych, którzy po prostu są „inni” (...) Zło nie zaczyna się od wielkich tragedii, ale od drobnych gestów, od naszej obojętności wobec drugiego człowieka.

Ksiądz Grzegorz Michalczyk połączył tę biblijną historię z wydarzeniami z naszej współczesności. Przypomniał przemówienie Mariana Turskiego, który podczas rocznicy wyzwolenia obozu mówił w 2020 roku, że Auschwitz nie spadł nagle z nieba – on dreptał małymi kroczkami. Wszystko zaczęło się właśnie od obojętności. Najpierw pojawiły się tabliczki „Żydom nie wolno siadać na tych ławkach”, potem kolejne zakazy i wykluczenia. Ludzie przestali reagować. Przyzwyczaili się do zła. I to milczenie, zgoda na krzywdę innych, doprowadziła do tragedii. Ten fragment spotkania wyjątkowo zapadł w pamięć, bo uświadamiał, że podobne mechanizmy wcale nie dotyczą tylko przeszłości. Ksiądz mówił, że także dziś widzimy ludzi obojętnych na krzywdę uchodźców, biednych, bezdomnych czy tych, którzy po prostu są „inni”. Zwrócił uwagę, że zło nie zaczyna się od wielkich tragedii, ale od drobnych gestów, od naszej obojętności wobec drugiego człowieka.



➡ Nasz gość przekazał nam wskazówki „jak żyć bardziej”

W drugiej części spotkania ksiądz przywołał przypowieści z Ewangelii o bogaczu i Łazarzu oraz o miłosiernym Samarytaninie. Obie pokazują, że prawdziwe człowieczeństwo zaczyna się tam, gdzie potrafimy zauważyć cierpienie innych. Nie wtedy, gdy pomagamy dla nagrody czy pochwały, ale dlatego, że po prostu widzimy w drugim człowieku wartość.



➤ Każdy z nas ma wpływ na to, jaki jest świat

Na zakończenie ks. Michalczyk odczytał fragment Ewangelii o sędzie ostatecznym: „Wszystko, co uczyniliście jednemu z tych braci moich najmniejszych, Mnieście uczynili”. Te słowa, jak powiedział, są jednym z najważniejszych sprawdzianów naszego człowieczeństwa.

Padła także myśl, która skłoniła mnie do refleksji. Ludzie niewierzący, którzy czynią dobro, często robią to bez oczekiwania nagrody – po prostu dlatego, że widzą człowieka w potrzebie. Pomagają z serca, kierując się współczuciem i poczuciem odpowiedzialności za drugiego. To dla nas, chrześcijan, ważna lekcja. Wiara nie powinna być „transakcją” z Bogiem – ja pomogę, a Ty coś mi dasz w zamian. Bóg i tak się o nas troszczy i nas kocha. A ludzi, których spotykamy na swojej drodze, nie stawia tam przypadkowo. To oni nam przypominają,



Obojętność zawsze komuś szkodzi

abyśmy w codzienności potrafili być takimi, jakimi Bóg nas stworzył: dobrzy, gotowi do pomocy.

Ksiądz nie mówił tylko o religii: mówił o człowieczeństwie, empatii i odpowiedzialności, o tym, że każdy z nas ma wpływ na to, jaki jest świat wokół. Obojętność zawsze komuś szkodzi.

Na koniec mogliśmy zadać księdzu pytania – zarówno na tematy związane z wykładem, jak i związane z naszymi przemyśleniami. To spotkanie dało nam do myślenia oraz nas poruszyło. Myślę, że właśnie o to chodziło, byśmy po wyjściu z sali chcieli znaleźć odpowiedź na pytanie – „Czy jestem stróżem brata mego?”.

Klaudia Jasioneck



To nie tylko słowa

14 listopada 2025

Hejt i mowa nienawiści – czym się różnią i jak sobie z nimi radzić? Jaki wpływ mają takie zachowania na świadka, sprawcę i ofiarę? Jakie są ich motywy i konsekwencje? I wreszcie, od czego zacząć, by im przeciwdziałać?

14 listopada uczestniczyliśmy w spotkaniu z **Panią dr hab. Magdaleną Formanowicz**, psychologą na Uniwersytecie SWPS i kierowniczką Centrum Badań nad Relacjami Społecznymi. Podczas wykładu lepiej zrozumieliśmy, skąd biorą się te zjawiska i jak możemy na nie reagować.



CZY SŁOWA MOGĄ RANIĆ?

Zaczelśmy od stwierdzenia „Słowa mogą ranić tak samo jak czyny”. Pani doktor zaprosiła nas do dyskusji i zadała pytanie, czy na pewno jest to trafne sformułowanie. W codziennym życiu nasze działania w dużej mierze opierają się właśnie na słowach i języku, którym się posługujemy, a mózg przetwarza je podobnie jak każde inne działanie.

CZYM SĄ HEJT I MOWA NIENAWIŚCI?

Mowa nienawiści to działania i słowa skłaniające do nienawiści. Jest skierowana do grup, np. mniejszości, kobiet, wyznawców danej religii czy osób zamieszkujących jakieś miejsce. Mowa nienawiści bardzo często przekształca się w przemoc. Natomiast hejt jest szerszą kategorią – obraża ludzi ogólnie, bez względu na to, do jakiej grupy należą.

JAK ODRÓŻNIAĆ KRYTYKĘ OD HEJTU?

Krytyka może być konstruktywna i dobrze, aby taka była. Natomiast hejt to po prostu obrażanie kogoś. Krytyka konstruktywna ma pomóc danej osobie w rozwoju i na przykład lepszym wykorzystaniu

umiejętności, a hejt jest krzywdzącym, agresywnym obrażaniem.

JAKIE SKUTKI PŁYNĄ Z MOWY NIENAWIŚCI I HEJTU?

Jest ich wiele, ale zawsze są one negatywne. Najpierw przyjrzelśmy się roli sprawcy – konsekwencjom, jakie niesie ona dla niego samego. To m.in. konsekwencje prawne oraz złudne poczucie wyższej wartości, a także utrzymujący się stres i pobudzenie.

W przypadku ofiar konsekwencjami są: strach, niska samoocena, wycofanie się, izolacja, przygnębienie, rozmyślanie o tym, co jest prawdziwe, trudności w nawiązywaniu relacji, obniżony nastrój, co może skutkować depresją i próbami samobójczymi.

Kolejna grupa to świadkowie. Tu skutkami mogą być: bardziej negatywne postrzeganie sprawcy, zażenowanie sytuacją, poczucie winy w razie braku reakcji, poczucie niesprawiedliwości oraz lęk.

Pani doktor zwróciła również uwagę – co potwierdzają nasze doświadczenia – że treści nacechowane negatywnie przetwarzamy intensywniej i częściej do nich wracamy w myślach.

JEŚLI JA NIE ZAREAGUJĘ NA HEJT, ZROBI TO KTOŚ INNY

Czy na pewno? Zjawisko to nazywa się ignorancją pluralistyczną. Polega na tym, że błędnie zakładamy, iż w danej sytuacji ktoś inny zareaguje lub podejmie działanie, podczas gdy w rzeczywistości większość osób może myśleć podobnie – mieć wątpliwości, nie popierać danego zachowania, ale jednocześnie czekać na reakcję innych.

Jednym z ważniejszych sposobów wsparcia ofiar, gdy jesteśmy świadkami zdarzenia, jest odwrócenie uwagi sprawcy. Możemy na przykład zasymulować zastrąbnięcie, zagwizdać lub udawać, że źle się czujemy. Ważne jest, żeby nie reagować agresją na agresję, bo to nie rozwiąże sytuacji.

To było bardzo pouczające spotkanie. Poruszaliśmy trudne i ważne tematy, wobec których nie można przejść obojętnie. Hejt i mowa nienawiści są częścią naszej codzienności. Tym bardziej warto wiedzieć, jak na nie reagować i jak sobie z nimi radzić.

Kinga Jankowska



W Google o Solidarności, odwadze i innowacjach

13 grudnia 2025

Wizyta u światowego giganta technologicznego to spotkanie z historią i odwagnymi ludźmi, których droga udowadnia, że wszelkie ograniczenia istnieją jedynie w naszych głowach. Cele i marzenia są na wyciągnięcie ręki, jeśli tylko naprawdę chcemy je realizować i mamy odwagę o nie zawalczyć.

Warszawskie biuro Google robi wrażenie. Mieści się w nowoczesnym wieżowcu, w samym sercu miasta.

Rozpoczęliśmy od spotkania z **Panią Małgorzatą Niezabitowską**, dziennikarką, pisarką, działaczką Solidarności oraz rzeczniczką prasową rządu Tadeusza Mazowieckiego, pierwszego niekomunistycznego gabinetu po II wojnie światowej, który stał się symbolem przełomowych zmian w Polsce. To była podróż w czasie! Pani Małgorzata opowiadała nam o powojennej Polsce, o kluczowych wydarzeniach i ruchach wolnościowych, które na przestrzeni kolejnych dekad doprowadziły do zmian ustrojowych w naszym kraju.

Dzień wizyty, 13 grudnia, to ważna data, 44. rocznica wprowadzenia stanu wojennego. Oglądaliśmy wymowne czarno-białe fotografie z tamtego okresu, wykonane ukradkiem małym aparatem schowanym w rękawiczce, w atmosferze niepewności i lęku o własne bezpieczeństwo. Pani Małgorzata wraz z mężem, ryzykując aresztowanie, dokumentowali ówczesną rzeczywistość, by następnie przekazywać te materiały na Zachód. Wspomnienia nie tak dawnych, a już historycznych wydarzeń, otworzyły nam oczy na to, jak bardzo Polska się zmieniła i jak odważni byli „zwyčajni” ludzie, którzy walczyli o godne życie, o wolność, o rzeczywistość, w której dziś żyjemy.



Kolejne prezentacje poprowadzili pracownicy Google **Kacper, Magda i Ola**. Opowiedzieli nam o swoich ścieżkach zawodowych: szkole na prowincji, później studiach, zagranicznych stażach, a dziś Google. Nieważne skąd pochodzisz – liczy się talent, zapał i pracowitość. Zachęcali, by chwytając nadarzające się szanse, korzystać z okazji i nie bać się podejmowania odważnych decyzji. Pokazali nam nowinki technologiczne i przydatne narzędzia do wykorzystania w szkole, na studiach oraz do prywatnych celów.

🔍 Zagłębiamy w przeszłość

Na zakończenie czekały na nas prezenty: książka Małgorzaty Niezabitowskiej i Feliksa Falka „Na wzburzonych falach” oraz różnorodne gadżety od naszych gospodarzy. Serdecznie dziękujemy **Pani Magdalenie Dziewguć** z firmy Google za gościnne przyjęcie, inspirujące spotkania i wartościowe rozmowy. Dziękujemy za otwartość, podzielenie się wiedzą i umożliwienie nam odkrycia nowych perspektyw.

Małgorzata Wilanowska





Razem w jednym świecie

20 lutego 2026

Czy możemy powiedzieć o sobie, że jesteśmy odpowiedzialni? Kiedy możemy uznać się za osoby odpowiedzialne?

Takie pytania stawialiśmy sobie podczas spotkania z **Panem Maciejem Formanowiczem**, który szeroko omówił różne aspekty bycia odpowiedzialnym. Mówił o konfliktach na świecie – o wojnie w Ukrainie i konfliktach na Bliskim Wschodzie, o losach setek tysięcy migrantów, osób bezdomnych i ludzi cierpiących z powodu głodu czy chorób. To wszystko dzieje się, można powiedzieć, „obok” nas. A my? Często żyjemy w swoich „bańkach”, w których łatwo się zamknąć i zapomnieć, że świat może wyglądać zupełnie inaczej. Że ludzie żyją w innych warunkach, często mierząc się z wojną, głodem, skutkami katastrof klimatycznych.

Musimy nauczyć się żyć razem, szanować odmienność i różne punkty widzenia, a jednocześnie kierować się wspólnymi, uniwersalnymi wartościami: sprawiedliwością, prawdą, miłością, wolnością, równością i tolerancją.

Kiedy o nich zapominamy, pojawiają się konflikty. Widzimy to zarówno w naszym kraju, gdzie społeczeństwo jest mocno podzielone i zamiast dialogu

■ ■ Musimy akceptować inność – to nas wzbogaca, a nie ogranicza. Ważne jest jednak rozróżnienie: tolerancja to nie to samo, co bycie tolerowanym. Ja nie chcę być tolerowany – ja jestem tolerancyjny, czyli akceptuję i szanuję inność. Szanuję ją, nie wyśmiewam się z niej i nie traktuję jako czegoś gorszego.

Maciej Formanowicz

często pojawiają się wzajemne oskarżenia, niechęć i brak zrozumienia, jak i na świecie, gdzie decyzje przywódców nie zawsze opierają się na szacunku, współpracy i trosce o drugiego człowieka.

Nie jesteśmy sami. Jesteśmy częścią większej całości, a nasze codzienne wybory mają wpływ na innych. Odpowiedzialność zaczyna się od nas, od małych, codziennych decyzji, od tego, jak traktujemy drugiego człowieka i jak reagujemy na problemy, które dotyczą innych. Jeśli każdy z nas zacznie od siebie, mamy szansę wspólnie zmieniać świat na lepsze.

Małgorzata Wilanowska

Trendy definiujące Twoją drogę kariery, czyli kompetencje przyszłości

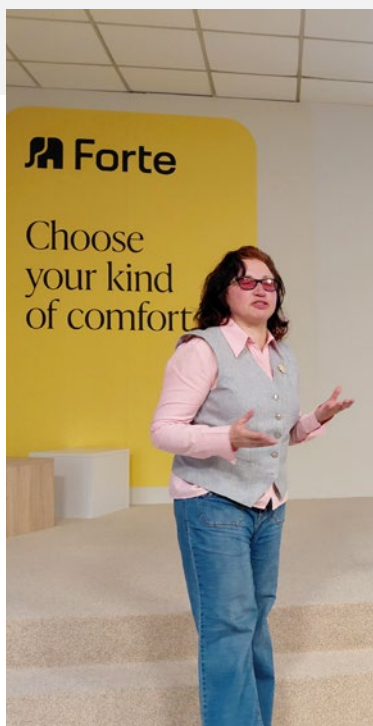
19 marca 2026

Jak odnaleźć się na dynamicznie zmieniającym się rynku pracy i napisać CV, które działa? To spotkanie było konkretną dawką wiedzy i praktycznych wskazówek o kompetencjach przyszłości, nowych technologiach i świadomym budowaniu swojej ścieżki zawodowej.

19 marca 2026 roku odbyły się warsztaty z **Panią prof. Ewą Krawiecką** oraz **Panią Magdą Urbańską** – szefową działu rekrutacji w Biurze Personalnym Grupy Forte S.A.

Skupiliśmy się na kompetencjach najbardziej punktowanych w świecie zdominowanym przez

sztuczną inteligencję (AI) oraz tych, które tracą na wartości. Sztuczna inteligencja wpływa na wiele stanowisk i zmienia obowiązki pracownika, ale jedno pozostanie pewne: człowiek zawsze będzie niezastąpionym elementem w budowaniu kultury empatii i dobrostanu.



TY JESTEŚ ODPOWIEDZIALNY ZA ROZWÓJ KOMPETENCJI

ADAPTACJA:

Testuj nowe narzędzia, zmieniaj rutynę i ucz się samodzielnie, aby szybciej reagować na zmiany.



MYŚLENIE KRYTYCZNE:



Analizuj dane, nie siedź w jednej bańce informacyjnej, ćwicz rozwiązywanie problemów i porównuj różne źródła informacji.

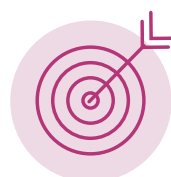
WSPÓŁPRACA:



Angażuj się w projekty zespołowe, rozwijaj empatię i ćwicz aktywne słuchanie.

DECYZYJNOŚĆ:

Podejmuj szybkie decyzje w małych sprawach (codzienne małe kroki), aby budować pewność siebie i odpowiedzialność. Wyznaczaj cele i dąż do ich realizacji.



KREATYWNOŚĆ:

Inspiruj się sztuką, sportem, literaturą, filmem i innymi branżami, korzystaj z burzy mózgów i metod kreatywnego myślenia.



KIEDYŚ

szttywne godziny i miejsce pracy



praca elastyczna, hybrydowa

DZIŚ

opór przed zmianami



gotowość do zmian

stały profil kompetencji



gotowość do przekwalifikowywania

akceptacja stawek rynkowych



oczekiwanie wysokiego wynagrodzenia

doświadczenie wynikające ze stażu pracy



wysokie kwalifikacje i umiejętności

liczył się staż i lata przepracowane w branży



liczą się umiejętności, a nie doświadczenie

zatrudnienie na czas nieokreślony



zatrudnianie osób do konkretnych projektów i działań

stabilizacja zawodowa



projekty

lojalność zawodowa



eksploatacja



KOMPETENCJE JUTRA

Sztuczna inteligencja przesuwą zawody operacyjne do ról wymagających kreatywności, empatycznego przywództwa i zdolności adaptacyjnych. Na topie jest dziś bycie twórcą – liczy się kreatywność, współpraca i koordynacja. Jak powiedziano podczas spotkania: „Dzisiejsi liderzy muszą być jak orły, które nie walczą z prądem powietrza, gdy napotykają

turbulencje. Przeciwnie: wiedzą, że to ich zwinność i równowaga pozwalają im wznieść się jeszcze wyżej”. To podejście odnosi się nie tylko do pracy, ale i do życia codziennego. Warto poszerzać horyzonty niezależnie od tego, kim jesteśmy – czytać o polityce, naukach ścisłych czy medycynie. To nic nie kosztuje, a buduje unikalną przewagę konkurencyjną.



A JAK SZUKAĆ PRACY BEZ DOŚWIADCZENIA?

Odpowiedź jest prosta: CV, rozmowa i profil na LinkedIn. Choć brzmi to banalnie, każdy z tych elementów należy rozłożyć na czynniki pierwsze. Pani Magda podkreśliła, jak ważne jest w dobie sztucznych technologii ciągłe nadążanie za światem i budowanie własnych umiejętności. Zwróciła też uwagę, że praca w szkolnym wolontariacie czy udział w akcjach społecznych to również cenne doświadczenie, o którym warto wspomnieć w CV.

DLACZEGO TWOJE CV JEST ODRZUCANE?

Często drobne błędy decydują o tym, że Twoja kandydatura trafi do kosza, nawet jeśli posiadasz odpowiednie kwalifikacje.



KOMPETENCJE PRZYSZŁOŚCI OPARTE NA CZŁOWIECZEŃSTWIE (TZW. HUMANOCENTRYCZNE):

- **w sferze inteligencji emocjonalnej:** elastyczność, zwinność, odporność, motywacja, samoświadomość
- **w sferze relacji i komunikacji:** empatia i aktywne słuchanie, mądre przywództwo, wpływ społeczny
- **w sferze kreatywności:** myślenie kreatywne, analityczne, systemowe, zarządzanie talentami
- **w sferze rozwoju:** chęć ciągłego uczenia się, ciekawość świata, otwartość



➤ **Dobre kwalifikacje to nie wszystko. Jeden drobny błąd – i po szansie**

WARTO ZAPAMIĘTAĆ!

BŁĄD	DLACZEGO TO PRZESZKADZA?
Niedopasowanie do oferty	Wysyłanie jednego, generycznego CV do każdej firmy sprawia, że wyglądasz na osobę, która nie przeczytała ogłoszenia.
Błędy językowe	Literówki i błędy gramatyczne sugerują brak dbałości o detale, co jest kluczowe w większości zawodów.
Nieprofesjonalne zdjęcie	Zdjęcia z wakacji, imprez lub przycięte z tłumu pokazują niepoważne podejście do kariery.
Nieprofesjonalny e-mail	Adresy typu „kociaczek99” nigdy nie powinny pojawić się w dokumentach aplikacyjnych.
Zbyt długie CV	CV powyżej dwóch stron zniechęca rekrutera. Konkretu są cenione bardziej niż objętość.

Pamiętaj, że rekruter szuka powodów, by zaprosić Cię na rozmowę, a nie powodów, by Cię odrzucić.

Zadbaj o przejrzystość i dopasowanie treści do konkretnej roli.

Kinga Jankowska



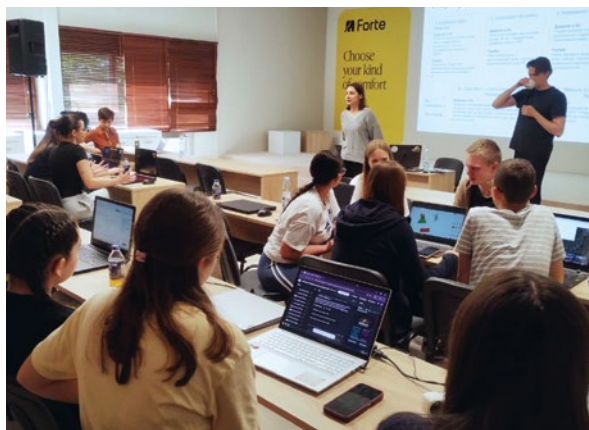
AI na co dzień

19 marca 2026

Podczas warsztatów z pracownikami Google poznaliśmy, jak działa sztuczna inteligencja i jak korzystać z niej mądrze, bezpiecznie i z głową. Było ciekawie i bardzo praktycznie.

Spotkanie poprowadzili **Pani Aleksandra Kaźiów** i **Pan Michał Motyl** z warszawskiej siedziby Google. Nigdy nie pomyślałabym, że tyle rzeczy można zrobić przy użyciu odpowiednich formuł i komend w czatach oraz jak bardzo może to być pomocne w zaoszczędzeniu czasu podczas nauki.

Notebook ML jest tego doskonałym przykładem. Ja osobiście bardzo dużo czasu spędzałam na robieniu notatek, a później układaniu do tego pytań i przepytывaniu się z nich albo szukaniu testów do sprawdzenia swojej wiedzy. Możliwość wygenerowania quizów na podstawie notatek czy pytań zgodnych z zagadnieniami podanymi przez nauczyciela z pewnością pomoże mi lepiej zorganizować naukę i zaoszczędzić czas, który mogę przeznaczyć na hobby lub pomoc mamie.



➔ Jak wyciągnąć maksimum ze sztucznej inteligencji?
Pracownicy Google wiedzą doskonale

Zaskoczyło mnie też to, że rozmowę z czatem typu Gemini najlepiej prowadzić według schematu:

1 USTAWIENIE ROLI

Dzięki temu chat użyje odpowiedniego słownictwa i stylu.

- „Działasz jako doświadczony szef kuchni”
- „Jesteś moim nauczycielem języka angielskiego”

2 SPRECYZOWANIE FORMATU

Powiedz czatowi, jak ma wyglądać odpowiedź.

- „Odpowiedz w punktach”
- „Stwórz tabelę z dwiema kolumnami”

3 OKREŚLENIE CELU ODBIORCY

Dzięki temu tekst będzie trafny.

- „Napisz krótkie opowiadanie o kosmosie dla 5-latka”
- „Stwórz plan wycieczki do Rzymu na 3 dni”

To rozwiązanie jest ciekawe i może pomóc w organizacji nauki, jednak – jak podkreślają eksperci zajmujący się sztuczną inteligencją – trzeba zachować umiar. Chat może się mylić, dlatego przede wszystkim należy korzystać z własnej inteligencji i weryfikować to, co proponuje.

Bardzo dobrze wspominał te warsztaty, ponieważ mogliśmy przetestować swoje umiejętności i nowo zdobytą wiedzę w praktyce.

Kinga Jankowska





Malarka dusz

13 grudnia 2025

13 grudnia 2025 roku w Muzeum Narodowym w Warszawie zwiedziliśmy wystawę Olgi Boznańskiej – polskiej malarki, portrecistki i przedstawicielki modernizmu.

Nazywana była „malarką dusz”, ponieważ w swoich portretach starała się uchwycić przede wszystkim charakter, emocje i wewnętrzne przeżycia przedstawianych osób.

W pałecie Olgi Boznańskiej dominowały chłodne, stonowane barwy, szczególnie odcienie szarości, brązy, czernie i srebra, które budowały nastrojową, często melancholijną atmosferę. Jej prace charakteryzuje skupienie na intymnej relacji między malaczem a modelem, co zalicza ją do kręgu intymistów. Malując autoportrety, ukazywała siebie jako kobietę

➔ Lekcja muzealna...



pogodną i pewną siebie, co potwierdzały jej portrety namalowane przez jej koleżanki.

W Muzeum zapoznaliśmy się z dziełami Stefana Wyspiańskiego, który był również znanym portrecistą. Mieliśmy możliwość porównania twórczości tych dwóch artystów i wyciągnięcia wniosków. Każdy z nich – Boznańska i Wyspiański – miał unikalny styl malarski, ale obydwójce zapisali się na kartach historii.

Była to wspaniała wystawa, w której szukanie tego, co niewidzialne, było przygodą w głąb samej malarki i osób ukazanych na jej pracach. Portrety pędzla Boznańskiej pokazały nam, jak poprzez farby i płótno można uchwycić emocje swoje (autora) i osoby pozującej.

Kinga Jankowska

➔ ...i wspólne „czytanie” obrazów



Antygona tu i teraz

13 grudnia 2025

Wycieczka do Warszawy 13 grudnia miała refleksyjny finał. Po wizytach w Google i Muzeum Narodowym na małej scenie Teatru Dramatycznego w Warszawie obejrzelśmy spektakl Stefana Hertmansa „Antygona w Molenbeek” w reżyserii Anny Smolar.

Jest to współczesne nawiązanie do tragedii „Antygona” Sofoklesa.

Tak jak w oryginale, główna bohaterka walczy o prawo do pochówku bliskiej osoby i sprzeciwia się decyzjom władzy. Tym razem akcja przeniesiona jest

do Brukseli, do dzielnicy Molenbeek. Cała historia pokazana jest z perspektywy jednej osoby – Nuorii, studentki prawa, która próbuje odebrać z kostnicy ciało swojego brata, aby godnie go pochować. Dla niej jest on ukochanym bratem, natomiast dla



władz – terrorystą i sprawcą zamachu, którego nie wolno pochować, a jego ciało staje się problemem politycznym i prawnym.

W trakcie spektaklu widać, jak w Nuorii narasta determinacja, która z czasem staje się coraz silniejsza. Jej bunt wynika z miłości do brata i przekonania, że ma moralną rację. System nie zna kompromisów i nie dopuszcza wyjątków, działa automatycznie i próbuje ją zastraszyć oraz złamać. Nie szuka porozumienia i traktuje człowieka przedmiotowo, skupiając się wyłącznie na porządku i bezpieczeństwie. Konflikt okazuje się nierozwiązalny, a bohaterka przegrywa. Nic nie zyskuje oprócz tego, że sprzeciwiła się bezdusznemu prawu i ludziom, którzy je reprezentują. Rozwój wydarzeń pokazuje, że porządek prawny nie jest w stanie chronić jednostki.

Spektakl był dla mnie ciekawym i jednocześnie fascynującym wydarzeniem. Po wejściu do sali zwróciłam uwagę na bardzo prostą scenografię: nad pustą

sceną, otoczoną ciemną kotarą, wisiała skośna biała konstrukcja z wgłębieniami. Warto zwrócić uwagę także na aktorkę grającą Nuorię – Marianne Linde, która ubrana była na sportowo, co kontrastowało z jej twardą i zdecydowaną postawą.

Istotną rolę odgrywała również muzyka wykonywana na żywo (Maniucha Bikont). Śpiew i dźwięki przypominały mi antyczny chór, a także budowały napięcie, pozwalały poczuć emocje i zrozumieć przeżycia bohaterki. Na uwagę zasługuje także aktorka Marta Ojrzyńska, która wcielała się w kilka ról: brata bohaterki, narratora oraz przedstawicieli władzy: policjanta, sędziego i prawnika. Jakby chciała pokazać, że wszyscy jesteśmy do siebie podobni jako ludzie, a różnimy się głównie rolą, jaką pełniemy w życiu. Możemy to interpretować, że system ma wiele twarzy, ale zawsze działa w podobny sposób.

Klaudia Jesionek

Odpowiedzialność twórcy

20 marca 2026

Malarz, prozaik, poeta i reżyser tworzą, by uwrażliwiać, by przekazać wiedzę o czasach, w których żyli, oraz ludziach i ich dokonaniach, o tym, jak byli traktowani przez siebie współczesnych. Tworzą, ponieważ uważają, że taka jest ich odpowiedzialność.

Odpowiedzialność twórcy była tematem kolejnego spotkania Fundacji 20 marca 2026 roku w Ostrowi Mazowieckiej.

O tym, jak silnie literatura oddziałuje na człowieka i całe społeczeństwa, opowiadała **Pani Barbara Porowska**, nasza opiekunka i nauczycielka języka polskiego. Odwołując się do twórczości wielkich pisarzy i poetów, m.in. Romana Brandstaettera, Czesława Miłosza, Stefana Żeromskiego i Zbigniewa Herberta, pokazała nam, jak ich dzieła skutecznie wpływały na postawy ludzi, ucząc wrażliwości, odwagi w myśleniu oraz odpowiedzialności za własne wybory.

O twórczości Andrzeja Wajdy, wybitnego polskiego reżysera, mówiła **Pani Zofia Sokolik**, również nasza opiekunka, polonistka i znawczyni kina. W swoich filmach Wajda często podejmował trudną tematykę społeczną i polityczną, a jego kino bywało kontrowersyjne i niewygodne dla ówczesnej władzy. Reżyser nie unikał pokazywania buntu oraz sprzeciwu wobec niesprawiedliwości i patologiom systemu, co dobitnie świadczy o jego odwadze i odpowiedzialności jako twórcy.

Trzecią prezentację przygotowała nasza stypendystka **Oliwia Gumowska**, tegoroczna maturzystka. Oliwia od kilku lat rozwija swoją pasję do aktorstwa,



🔴 Nasze trzy prelegentki – w Fundacji stawiamy na sztafetę pokoleń

występując na scenie i angażując się w różne projekty artystyczne. Opowiedziała nam o odpowiedzialności, jaka wiąże się z występowaniem przed publicznością, a także o tym, co daje jej bycie na scenie.

Redakcja

Honorowi Obywatele Miasta Ostrów Mazowiecka

22 czerwca 2026



Państwo
Anna i Maciej
Formanowiczowie

22 czerwca 2026 r. w sali konferencyjnej Salonu FORTE w Ostrowi Mazowieckiej odbyła się uroczystość nadania tytułu Honorowego Obywatela Miasta Ostrów Mazowiecka Pani Annie Formanowicz oraz Panu Maciejowi Formanowiczowi.

świadomości zdrowotnej mieszkańców, po działalności społeczną Fundacji, której programy stypendialne dały wsparcie wielu młodym mieszkańcom Ostrowi Mazowieckiej i okolic.

Przypomniat o współpracy Fundacji ze Środowiskowym Domem Samopomocy oraz zaangażowaniu Państwa Formanowiczów w pomoc osobom chorym, starszym i z niepełnosprawnościami, a także osobom zagrożonym wykluczeniem społecznym. Podkreślił również wsparcie udzielane placówkom oświatowym w mieście i powiecie ostrowskim oraz zaangażowanie Fundacji w inicjatywy ważne dla lokalnej społeczności.

W kolejnych przemówieniach pojawiło się wiele osobistych wspomnień, podziękowań i emocji. Państwo Formanowiczowie dziękując za przyznane wyróżnienie, podkreślili, że traktują je jako zobowiązanie do dalszej pracy na rzecz lokalnej społeczności.

Cieszymy się, że mogliśmy być razem w tym ważnym dniu. To dla nas radość i powód do dumy!

Małgorzata Wilanowska

W uroczystości uczestniczyli przedstawiciele samorządu, świata biznesu, organizacji społecznych, pracownicy Grupy FORTE, a także rodzina, współpracownicy i przyjaciele Fundacji.

Burmistrz Miasta Ostrów Mazowiecka **Pan Hubert Betlejewski** w swoim wystąpieniu podkreślił ogromny wkład Państwa Formanowiczów w rozwój miasta – od działalności gospodarczej, dzięki której powstawały miejsca pracy, rozwijały się kompetencje mieszkańców, a Ostrów zyskiwała coraz silniejszą pozycję na gospodarczej mapie Polski, przez wieloletnią praktykę lekarską Pani Anny, skupioną nie tylko na leczeniu, lecz także na budowaniu





Zimowisko w Ciechanowcu

19–23 stycznia 2026



Śnieg
zamówiony,
humory
dopisywały

Z energią i ciekawością wracamy do hotelu Nowodwory w Ciechanowcu.

Kilka intensywnych dni (19–23 stycznia 2026) upłynęło na spotkaniach i warsztatach prowadzonych przez doświadczonych trenerów, wykładowców, ekspertów i absolwentów naszej Fundacji. Hasłem przewodnim zimowiska, była odpowiedzialność.

Z Panią prof. Ewą Krawiecką i Panem Aureliuszem Leżeńskim podejmowaliśmy temat odpowiedzialności za siebie i innych, rozumienia swoich ról w zespole, uczyliśmy się asertywności oraz ćwiczyliśmy, jak reagować w sytuacjach trudnych, szczególnie w obliczu agresji czy naruszania granic. Rozwijaliśmy umiejętności współpracy i komunikacji. Mówiliśmy o tym, co to znaczy być odpowiedzialnym przyjacielem i jak budować zaufanie.

JAK SZUKAĆ PRAWDY W INTERNECIE?

Odpowiedzialność za słowo to obecnie jedna z najważniejszych kwestii społecznych. W czasach, gdy mamy niewyobrażalnie szeroki dostęp do informacji oraz możliwość ich kreowania i rozpowszechniania, rośnie potrzeba świadomego podejścia do treści

pojawiających się w przestrzeni publicznej. Zajęcia poświęcone mediom i informacji poprowadziła dla nas absolwentka Fundacji **Pani Paulina Godlewska**, dziś dziennikarka jednej z największych stacji telewizyjnych w Polsce. Uczyliśmy się rozpoznawać fake newsy, odróżniać fakty od manipulacji, a także świadomie i odpowiedzialnie podchodzić do przekazów medialnych, które kształtują nasze postrzeganie świata i wpływają na relacje międzyludzkie.

PIERWSZE KROKI W ANIMACJI

Podczas warsztatów filmowych z **Panem Kacprem Buratyńskim**, absolwentem „Naszej Drogi” oraz łódzkiej Szkoły Filmowej, rozmawialiśmy o animacji jako formie sztuki skierowanej zarówno do dzieci, jak i dorosłych. Animacja może być lekka i poważna, poruszać tematy proste, a także ważne i często trudne społecznie. Oglądaliśmy filmy zrealizowane przez Kacpra oraz



W świecie
animacji



tworzyliśmy swoje pierwsze animacje. Kacper wprowadził nas w podstawy tej techniki i pokazał, jak od pomysłu przejść do gotowej, ruchomej historii. Okazało się, że za pomocą prostej aplikacji, jeśli tylko dopisze nam wyobrażenia, można zrobić filmik, w którym przedstawimy siebie – takie było zadanie... a nasze animowane wizytówki okazały się bardzo udane.



🌱 W równowadze siła –
w zdrowym ciele spokojny duch

SPORT, RELAKS, MUZYKA

Zimowa aura zrobiła swoje i na zakończenie, razem z **Panią Emilią Jaskótką** – trenerką i nauczycielką wychowania fizycznego i absolwentką Fundacji – zadaliśmy o ruch i trochę bez troskiej zabawy na śniegu. Dużo energii wniosło też spotkanie z muzykującą rodziną – pasjonatami tradycji, czyli Kapelą Niwińskich. Artyści zaprosili nas do świata tradycyjnych zabaw i tańców ludowych. Opowiedzieli o tym, czym był taniec dla mieszkańców wsi oraz jak istotną rolę odgrywał w tworzeniu więzi i budowaniu wspólnoty. Zajęcia z **Panią Emilią Romanik**, w których regularnie uczestniczymy każdego roku na zimowisku oraz letnich obozach, dały nam chwilę wyciszenia i odpoczynku od nadmiaru myśli i emocji. Dziękujemy! Zostaje z nami dużo dobrych wspomnień!

Redakcja

Poznaj opinie uczestników zimowiska

🌱 Zimowisko w Fundacji AMF to czas, który będę wspominać z uśmiechem. Szczerze polecam każdej młodej osobie skorzystać z szansy, jaką daje Fundacja.

Najbardziej z całego wyjazdu zapamiętam moje pierwsze warsztaty – były naprawdę angażujące. Na długo zostanie mi w pamięci tworzenie schronów, które przekraczały wszelkie wyobrażenia o wielkości kawałków w dzisiejszych czasach. Śmiem wątpić, czy na tak małym metrażu będę jeszcze kiedyś z tak dużą liczbą osób!

Pamiętam również zajęcia z ludowego tańca tradycyjnego, warsztaty z animacji, a także spotkanie z Panią Pauliną Godlewską, która pracuje w czołowych stacjach newsowych. Wykłady i warsztaty z zakresu psychologii oraz samoświadomości były mi szczególnie bliskie, ponieważ interesuję się tą sferą.

Zimowisko dawało poczucie bycia częścią wielkiej rodziny. Chwilami czułam zagubienie, jednak dobra energia krążyła w naszym hotelu, który był tymczasowym domem dla nas wszystkich. W Fundacji byłam właściwie pierwszy raz – zachęcona przez przyjaciółkę. Z tych super spędzonych pięciu dni wyniosłam przede wszystkim poczucie odpowiedzialności, które było przewodnią wartością tego wyjazdu. Szczególnie mocno wybrzmiała dla mnie także kwestia bullingu w szkołach oraz znaczenia słów, które mogą zarówno ranić, jak i budować – tzw. kolce i kwiaty. Dziękuję za możliwość uczestnictwa!

Wiktorja Stefańczyk





Na tegorocznym zimowisku mieliśmy przyjemność uczestniczyć w zajęciach prowadzonych przez kapelę Niwińskich. Pan Mateusz i Pani Agnieszka oraz ich dzieci w ciekawy sposób poprzez opowieści i grę na instrumentach zapoznawali nas ze światem muzyki ludowej. Wszystkiemu towarzyszyło dużo tańców, śmiechu i ogrom świetnej zabawy. Najmilej wspominam chwilę, kiedy Pan Niwiński uczył mnie chwytów mazurka na skrzypcach, dzięki czemu miałam przyjemność zagrać razem z nimi. To było bardzo miłe i ubogacające doświadczenie.

Aniela Sutkowska



Bardzo dobrze się czułem na zimowisku. Wyniosłem wiele przydatnych rzeczy, np. butelki wody, śrubki i ręczniki. Żartuję, zdobyłem wiele nowych przydatnych w życiu umiejętności, doświadczenia i nowe znajomości. Mój pierwszy raz w Fundacji był świetny.

Jakub Nowakowski





JAK ROZPOZNAWAĆ FAŁSZYWE INFORMACJE?

Wskazówki od dziennikarki **Pani Pauliny Godlewskiej** prosto z warsztatów na zimowisku:

- sprawdź źródło i autora, czy jest ekspertem w danej dziedzinie,
- sprawdź, czy nazwa strony internetowej nie jest łudząco podobna do nazwy znanej redakcji (podszywanie się) i upewnij się, że portal faktycznie istnieje,
- szukaj potwierdzenia – jeśli informacja jest prawdziwa, znajdzie się w wiarygodnych serwisach informacyjnych i cenionych instytucji,
- uważaj na clickbaity, czyli szokujące nagłówki, które nie dają „suchych” informacji, a skupiają się na tym, żeby wzbudzić negatywne emocje; tekst pisany językiem wywołującym strach, gniew czy oburzenie to jedna z głównych technik manipulacji w internecie,
- oddzielaj fakty od opinii,
- sprawdź, czy autor podaje twarde dane, czy jedynie przedstawia swoje osobiste odczucia lub komentarze,
- zweryfikuj datę – dezinformacja często polega na wyjęciu starych zdjęć z kontekstu i przedstawieniu ich jako materiałów dotyczących aktualnych wydarzeń,
- korzystaj z narzędzi fact-checkingowych – zawsze możesz sprawdzić, czy dany temat został już zweryfikowany przez specjalistów, korzystając z polskich platform zajmujących się weryfikacją faktów lub szukając informacji w oficjalnych bazach wiedzy.



Adrian Michalik, Kinga Jankowska

ZIMOWISKO W CIECHANOWCU

Być odpowiedzialnym dziś

W przerwie między zajęciami na zimowisku Pan Aureliusz Leżeński znalazł chwilę, by szerzej porozmawiać z nami o tym, jak pojmuje odpowiedzialność, dlaczego ma ona dziś tak duże znaczenie. Zajrzeliśmy też za kuliszy jego pracy i dowiedzieliśmy się, jak przygotowuje się do spotkań z nami, czy zdarza mu się popełniać błędy i jak bierze za nie odpowiedzialność.

Redakcja „Od września do września”: Pierwsze pytanie, jakie chciałabym Panu zadać, brzmi: jak wyznaczać granicę osobie, nie raniąc jej.

➤ **Aureliusz Leżeński:** Zależy od tego, w jaki sposób ta osoba przekracza granice i z jaką intencją. Jeżeli jest to naruszenie bez złej intencji, nieświadome, jest łatwiej. Jeżeli to świadome działanie ze złą intencją, to, robimy to w sposób stanowczy. Zwracamy się bezpośrednio do danej osoby, ale mówimy o sobie, o własnych odczuciach i potrzebach, mówimy

z perspektywy „ja”, nie oceniamy i pamiętamy o okazywaniu szacunku.

Na dzisiejszym spotkaniu poruszał Pan już ten temat, dlatego chciałabym do niego nawiązać. Jak ocenia Pan współczesny świat pod względem odpowiedzialności?

➤ To zależy, czy mówimy o politykach, organizacjach biznesowych czy obywatelach. Odpowiedzialność w każdym z tych przypadków rozkłada się inaczej.



Patrząc, co robią przywódcy wielkich państw, mam wrażenie, że są trochę jak małe dzieci bawiące się wielkimi zabawkami. Trudno mówić tu o odpowiedzialności, ponieważ ci najwięksi przywódcy raczej demontują świat niż odpowiedzialnie biorą go pod uwagę. Więc jeżeli chodzi o politykę, to mam poczucie, że odpowiedzialność zanika.

Jeżeli chodzi o biznes, to myśląc o świecie Zachodu, mam poczucie, że różne regulacje dotyczące odpowiedzialności biznesu powodują, że jednak firmy biorą pod uwagę, żeby nie zatruwać środowiska, nie zatrudniać dzieci i nadmiernie nie wykorzystywać pracowników. A więc w świecie biznesu dzięki odpowiednim regulacjom ta odpowiedzialność funkcjonuje w podstawowym zakresie dzięki regulacjom państw i UE.

Jeśli chodzi o odpowiedzialność obywatelską, częściowo odzwierciedlają ją wybory. Udział w głosowaniu świadczy o tym, że obywatele czują się współodpowiedzialni za państwo. W Polsce nie jest źle w tej kwestii, wielu ludzi bierze udział w wyborach.

Każda grupa społeczna ma jakąś granicę, zasady, prawa, ale i obowiązki. Czy według Pana w dzisiejszym świecie narusza się granice grup społecznych?

➤ Różne grupy zawodowe próbują walczyć o swoje prawa. Pielęgniarki, nauczyciele, służby mundurowe. Mam poczucie, że są to ludzie, którzy biorą odpowiedzialność w swoich zawodach, społecznościach, ale że ich prawa są słabo respektowane przez społeczeństwo; na przykład ataki na lekarzy, pielęgniarzy czy hejt na nauczycieli. Te grupy starają się być odpowiedzialne w ramach swoich, często nietatnych ról, a ja mam wrażenie, że społeczeństwo czasami przekracza granice, oceniając negatywnie ich działania, mimo że zawody te są niezwykle ważne, wymagające i często niedoceniane również pod względem finansowym.

Byłam już na trzech spotkaniach z Panem, więc to pytanie będzie nimi inspirowane. Jest Pan coachem i psychologiem, zatem przygotowywane dla nas zadania są bardziej coachingowe, psychologiczne, czy łączą obie te funkcje?

➤ Bardzo ciekawe pytanie, dziękuję. Oprócz tego, że jestem coachem, prowadzę zajęcia i warsztaty, byłem kiedyś nauczycielem, więc nauczanie i dydaktyka nie są mi obce. Można powiedzieć, że zadania, które proponuję, nie są ani ze świata psychologii, ani ze świata coachingu. Są raczej ze świata inspirującej (mam nadzieję) edukacji.



➤ Dyskutujemy nad problemem: obojętność i lęk a odpowiedzialność za słowa i działania

AURELIUSZ LEŻEŃSKI, pedagog, certyfikowany coach (ICC, TCI, FRIS®), trener biznesu oraz mentor specjalizujący się w rozwoju przywództwa, komunikacji i kulturze organizacyjnej. Jest prezesem Fundacji Robinson Crusoe, współzałożycielem Ośrodka Umiejętności Komunikacyjnych Linia oraz wykładowcą na SWPS i Szkole Biznesu Politechniki Warszawskiej

Po tych kilku spotkaniach z Panem zauważyłam, że stawia Pan bardziej na praktyczne doświadczenia niż teorię, chociaż nadal jest ona obecna. Co Pana do tego skłania?

➤ W psychologii nauczania mówi się o Cyklu Nauczania Kolba, który mówi, że jedni bardziej się uczą przez teorię, drudzy przez praktyczne doświadczenie, a trzeci przez to, żeby przełożyć to, czego się dowiadują, na swoją praktykę. Można powiedzieć, że z punktu widzenia mózgu i neuronów coś, co jest usłyszane, nie będzie zastosowane, dopóki nie będzie chociaż trochę przećwiczone. Czyli ta praktyka powoduje, że mózg jest bardziej otwarty na daną wiedzę, jeżeli sam tego doświadczy, a nie gdy tylko o tym usłyszy. Jest to wiedza o tym, jak działa ludzki mózg i czego człowiek potrzebuje, żeby rzeczywiście coś dla siebie wziąć. Musisz to przećwiczyć, a nie tylko o tym usłyszeć.

Co mógłby Pan powiedzieć po pierwszej części zajęć z nami? Do jakich wniosków Pan dochodzi, patrząc na to, jak pracujemy?

➤ Jestem pod wrażeniem wnikliwości waszej grupy. Gdy oglądamy lub analizujemy różne sytuacje – czy to na podstawie filmu, czy opowieści – potraficie wyciągać bardzo ciekawe i trafne wnioski. Macie w sobie dużo uważności i wrażliwości, i bardzo to



doceniam. Dzięki temu możemy rozmawiać na głębszym poziomie.

Dziękuję. Powróć do tematu naszego roku. Czy spotkał się Pan z sytuacją albo miał Pan tak, że pracując w jakiejś grupie, ktoś „zawalił” i musiał Pan wziąć za to odpowiedzialność, albo Pan coś „zawalił”? Jeśli tak, to jaką lekcję Pan z takich sytuacji wyniósł, co mógłby Pan nam przekazać?

➡ Jeżeli ktoś w grupie zawiódł w ramach warsztatów, to nic złego nie powinno się stać, to się zdarza. Powinien czuć się bezpiecznie i powinno to być doświadczenie edukacyjne.

Natomiast jeżeli ja jako prowadzący polegnę, to powinienem wziąć za to odpowiedzialność.

Pamiętam swoje zajęcia z bardzo ważnymi menedżerami jednego z banków szwajcarskich we Wrocławiu. Jestem z Warszawy. Siedzę rano w domu za biurkiem, dzwoni do mnie Pani i mówi „Czekamy na Pana w sali”. A ja na to: „Ale przecież to jutro...”. Ona: „Nie, dzisiaj”. Pomyliły mi się dni, źle wpisałem do kalendarza. Kompletnie zawałem sprawę i to była ewidentnie moja wina. Dla mnie była to cenna lekcja. Po pierwsze, żeby parę razy upewniać się co do swoich zadań, bo mogę popełnić błąd, np. przy wpisywaniu daty do elektronicznych systemów. A po drugie, jeżeli popełnię błąd, to muszę zadbać o osoby, które poniosły koszty lub czegoś nie otrzymały z tego powodu. Pamiętam, że zaproponowałem rekompensatę i dostosowanie się do nowego terminu oraz ekstra upominek dla każdego uczestnika.

Czym kieruje się Pan w wyborze zadań i gier na nasze zajęcia?

➡ Tematem. Jeżeli w danym roku w Fundacji jest jakiś temat przewodni, to pytam osoby prowadzące Fundację, czego potrzebują. I najpierw przygotowuję merytoryczny pomysł na program, a później dobieram do niego metody ćwiczenia. Podstawą jest temat, a dobór metod jest pracą rzemieślniczą.

Nasze zajęcia są bardzo różne, w każdym przeplata się odpowiedzialność jednostki czy grupy, ale też, tak głębiej w nie wnikając, to w sumie czego mamy się nauczyć poprzez te gry i zadania?

➡ Każde z nich ma trochę inny cel. Pierwsza gra miała uczyć odpowiedzialności za precyzyjną komunikację i za to, że musimy sobie tak przekazywać informacje, żeby druga osoba to na pewno zrozumiała. Czyli to była gra dobrej komunikacji w sytuacjach zawodowych z drugą osobą i upewnianiu się, czy sposób, w jaki się komunikuję, jest dla tej osoby

zrozumiały. Jest to odpowiedzialność za słowo i za wysoką jakość komunikacji.

Druga gra polegała na braniu odpowiedzialności za współpracę wszystkich, a nie tylko za swój kawałek. Bo każdy mógł zrobić swoją część „okrętu”, nie brać pod uwagę innych. Wtedy ten okręt by nie powstał, bo na styku nie było wspólnych uzgodnień. To była prosta lekcja: będąc częścią większej całości, trzeba współpracować i patrzeć szerzej niż tylko na swój fragment.

Tak właśnie powiedziałam wcześniej, że w każdej z tych gier jest jakaś odpowiedzialność. O czym to świadczy?

➡ O tym, że odpowiedzialność jest wpisana w nasze codzienne życie. Każde nasze zachowanie, każda decyzja pokazuje poziom naszej odpowiedzialności. Wszystkie decyzje życiowe łączą się z odpowiedzialnością za siebie, otoczenie, swoich bliskich. To, czy wsiadam do samochodu, kiedy jestem zmęczony, albo nie robię przerw, zwiększa ryzyko wypadku, bo jak zasną za

kierownicą, to mogę komuś zrobić krzywdę – to jest moja odpowiedzialność jako kierowcy. To, co jem, jaki prowadzę tryb życia – to jest moja odpowiedzialność za bliskich, bo gdy zachoruję, będą musieli się mną zajmować. Więc można powiedzieć, że w każdym momencie życia każda decyzja jest powiązana z odpowiedzialnością za coś.

Rozumiem, dziękuję. Czy ma Pan jakąś radę dla młodych ludzi takich jak ja, a także dla dorosłych, dotyczącą odpowiedzialności?

➡ Odpowiedzialność to bardzo trudny obszar życia i młody człowiek ma prawo nie być pewnym, czy to, co robi, jest odpowiedzialne czy nie. Więc moja rada jest taka, aby mieć zaprzyjaźnione osoby w roli mentorów, z którymi przy trudnych decyzjach, gdy ta odpowiedzialność nie jest oczywista, móc porozmawiać, by zobaczyć tę sytuację oczami drugiej osoby, a nie tylko własnymi. Bo czasami, jeżeli chodzi o odpowiedzialność, mogę nie widzieć wystarczająco klarownie. I wtedy rozmowa z mentorem/mentorą – może pomóc zrozumieć, gdzie są granice mojej odpowiedzialności.

Ostatnie pytanie. Czym dla Pana jest odpowiedzialność w życiu prywatnym i zawodowym?

➡ Że biorę pod uwagę konsekwencje moich czynów i decyzji – konsekwencje dla mnie, otoczenia, moich bliskich i dla świata.

Dziękuję za rozmowę.

Rozmawiała Kinga Jankowska



ZIMOWISKO W CIECHANOWCU

Żaba w kocim futrze i jeszcze więcej...

W przyjaźni, tak jak we współpracy, ważne jest, aby brać odpowiedzialność nie tylko za siebie, ale także za relacje i wspólne działania. Na zimowisku z Panią prof. Ewą Krawiecką nauczyliśmy się, że proaktywność, wzajemne wsparcie i gotowość do działania pomagają budować zgrany zespół, w którym każdy ma wpływ na to, co wspólnie tworzymy.

O PRZYJAŹNI

Przyjaciół potrafi dostrzec w nas to, czego inni nie widzą, a nasze sprawy są dla niego ważne. Ważne jest też być przyjacielem w relacji miłosnej, bo wtedy związek staje się silniejszy.

Odpowiedzialność w przyjaźni dla każdego z nas może wyglądać inaczej, ale zawsze opiera się na zaufaniu i uczy traktowania przyjaźni jako relacji, która wymaga zaangażowania i dojrzałości.

Każdy z nas odpowiedział na pytanie, jakim jest darem dla swojego przyjaciela. Klaudia: „Daję zrozumienie i wyrozumiałość, szanuję potrzebę ciszy oraz staram się, aby drobne konflikty nie osłabiały naszej przyjaźni”. A Ty, jakim jesteś darem dla swojego przyjaciela?

O WSPÓŁPRACY

Kolejne warsztaty prowadzone przez Panią prof. Ewą Krawiecką były połączeniem gry symulacyjnej i praktycznych zadań, które wymagały zaangażowania całej grupy. Ich celem była nauka współpracy w zespole. Najpierw przeniesieni na symboliczny statek musieliśmy się dobrze zintegrować, nauczyć szybkiego reagowania i współdziałania. Potem trafiliśmy na bezludną wyspę, gdzie ćwiczyliśmy kreatywność, np. szukając nietypowych zastosowań dla takich przedmiotów jak siekiera, lina czy latarka. Kolejnym wyzwaniem było zbudowanie schronienia z kartonu, papierowych rurek, gazet i spinaczy, w którym zmieści się cały nasz zespół. Wszystko robiliśmy pod presją czasu, co wymagało od nas utrzymania tempa, pomysłowości i dobrej organizacji. Podsumowując spotkania, zgodnie uznaliśmy, że dobry zespół:

- opiera się na odpowiedzialności, zaufaniu, efektywności i otwartości na konflikty, które nie

■ ■ Za przyjaźń ponosi się odpowiedzialność, tak jak za miłość.

Eugeniusz Pauksza



➤ Współpraca w praktyce – schron z tego, co pod ręką. Da się!

muszą dzielić, ale mogą prowadzić do rozwoju;

- szuka rozwiązań typu win-win, czyli takich, w których każda ze stron coś zyskuje;
- pamięta, że każdy członek zespołu odpowiada nie tylko za siebie, ale także za wspólny efekt pracy.



Zaufanie to podstawa przyjaźni

Czekało nas również wyzwanie – nietypowy tor przeszkód. Każdy z uczestników musiał pokonać trasę, niby nieskomplikowaną, polegającą m.in. na przejściu przez poprzeczkę, wejściu na drabinę czy podniesieniu kijka z przyczepionymi wiaderkami. Jednak trudność zadania polegała na tym, że wykonywaliśmy je z zasłoniętymi oczami, a naszą jedyną pomocą była druga osoba, której musieliśmy zaufać. Ćwiczenie miało pokazać, jak ważne jest zaufanie i wsparcie innych w trudnych sytuacjach.

O SPRAWCZOŚCI

Podsumowaniem była wiedza o proaktywności. „Jutro będzie kocie futro, a pojutrze – po kocim futrze”, czyli skupiamy się na tym, co możemy zrobić tu i teraz. Odpowiadaliśmy na pytanie: Co jest moje? – czyli co naprawdę należy do nas. Padły odpowiedzi takie jak: rodzina, przyjaciele, słowa, wybory, muzyka. Warto było zauważyć, że martwienie się o rzeczy, które nie należą do nas, jest bezproduktywne. Należy

 Martwienie się o rzeczy, które nie zależą do nas, jest bezproduktywne. Należy się skupić na tym, na co mamy wpływ.



się skupić na tym, na co mamy wpływ. Pani Ewa omówiła zasadę „zjedz tę żabę” Briana Tracy’ego, mówiąc, że należy najpierw zmierzyć się z najtrudniejszymi i najmniej przyjemnymi zadaniami, zamiast odkładać je na później. Na zakończenie padło ważne stwierdzenie, że każdy z nas jest menedżerem swojego życia. Decyzje, działania, odpowiedzialność – to wszystko zależy od nas.

Klaudia Jasioneł



ZIMOWISKO W CIECHANOWCU

Nie bać się, że coś może nie wyjść

Jeszcze kilka lat temu był na naszym miejscu, a dziś jest twórcą filmów animowanych wyświetlanych na festiwalach i biorących udział w ogólnopolskich konkursach filmowych.

Podczas zimowiska w Ciechanowcu rozmawialiśmy z **Panem Kacprem Buratyńskim**, absolwentem łódzkiej szkoły filmowej – naszym byłym stypendystą. Opowiedział nam o swojej pracy, o wyborach życiowych, o poszukiwaniu własnej ścieżki, którą ostatecznie odnalazł dzięki ludziom poznanym w Fundacji.

Redakcja „Od września do września”: Co skłoniło Pana do wyboru takiej właśnie dziedziny, jaką jest animacja? Jakie były Pana motywacje?

👉 **Kacper Buratyński:** W klasie maturalnej kompletnie nie wiedziałem, co dalej chcę robić. Natomiast w moich myślach cały czas przewijał się film. Podczas jednego z fundacyjnych zimowisk, w Hodyszewie, braliśmy udział w warsztatach z tworzenia wideo i montażu, pod opieką Doroty Latour i Róży Wojty. Tam właśnie spodobało mi się montowanie materiałów wideo. Po zimowisku pojechałem na jeden tydzień ferii do Pani Róży, ponieważ dostrzegła we mnie dryg do sztuki filmowej i powiedziała, że może mi pokazać parę rzeczy. Potem przerodziło się to w chęć dostania się do szkoły filmowej. W Łęcznicy natomiast poznałem Pana Witka Vargasa, który dostrzegł mój talent do rysowania i zaproponował, że udzieli mi lekcji rysunku, z których bardzo dużo wyniosłem. Dał mi również kontakt do Pani Magdaleny Bryll, która powiedziała mi o kierunku film animowany w łódzkiej Szkole Filmowej. Ważny wkład wniosła też Pani Zosia Bisiak, ponieważ ona skontaktowała mnie z Panią Jagodą Krajewską w Łodzi, która również bardzo przyczyniła się do mojego rozwoju – szczególnie artystycznego i mentorskiego. Właśnie w tym okresie, kiedy nie wiedziałem, co chcę robić w życiu, przypomniał mi się cytat z polskiego filmu „Chłopaki nie płaczą”: „Zastanów się, co chcesz w życiu robić, i zacznij to robić”.

Pamiętam, że oglądałem jakiś film animowany, być może „W krainie bogów” od Studia Ghibli, i wtedy pomyślałem, że w sumie lubię oglądać filmy animowane i mógłbym spróbować je tworzyć. I od tego momentu zdecydowałem, że będę się rozwijał w tym kierunku.



👉 Łączymy pokolenia: transfer wiedzy i doświadczeń

Jaka jest Pana najstynniejsza produkcja, którą Pan stworzył? Którą Pan najbardziej lubi, nad którą spędził Pan najwięcej pracy i która stała się najbardziej popularna?

👉 Mogę przytoczyć moją ostatnią produkcję. Jest to mój film dyplomowy pod tytułem „Najlepszy”. Cała jego magia polega na tym, że jest zrobiony w 100% po chińsku. Nie chodzi mi o technikę, chodzi o fakt, że mam chińskich aktorów głosowych, ponieważ jest to film, którego tematem są sztuki walki. Moim celem było stworzenie odpowiedniego klimatu, co wymagało bardzo dużych nakładów czasu i pracy; parę osób, w tym mój kolega, pomogło mi w procesie tworzenia.

Natomiast najpopularniejsza produkcja... ciężko stwierdzić, ponieważ filmy krótkometrażowe wysyłałyśmy na festiwale. Teraz została wysłana produkcja zatytułowana „A nawet gdyby o nas zapomnieli”. Opowiada o postaciach z dowcipów, rozmawiających o szeroko rozumianym poczuciu humoru. W tej produkcji bardzo dużo osób związanych z kabaretem udzielało mi głosu, np. Pan Jerzy Kryszak, Pan Robert Motyka, Pan Waldemar Sierański, Pan Szymon Jachimek oraz Pani Joanna Kołaczkowska. Wydaje



mi się, że ten film ma potencjał, by być moim najpopularniejszym, ale jeszcze jego droga festiwalowa trwa. Zobaczymy, co będzie.

Czy w swojej pracy często spotyka się Pan z młodymi ludźmi takimi jak my?

➡ Czy ja się spotykam... najczęściej na warsztatach, kiedy tworzymy krótkie animacje. W przypadku kilkudniowych warsztatów możemy zrobić faktycznie w pełnym wymiarze film, ale krótkometrażowy. Nie przypominam sobie, żebym w oficjalnych produkcjach kiedykolwiek miał aktorów dziecięcych głosowych ani dodatkowych. Zawsze starałem się celować w starsze głosy albo w głosy moich znajomych, bo je znam i chętnie umieszczam.



A jeżeli my, młodzi ludzie należący do Fundacji oraz inni nasi rówieśnicy chcielibyśmy podążać taką ścieżką jak Pan, jakie miałby Pan dla nas rady? Żeby np. dostać się na wymarzone studia?

➡ Jedyną radą jest cierpliwość. Moja śp. Babcia powtarzała (podobno, bo nie miałem okazji jej poznać), że studia nie są dla ludzi mądrych, tylko dla ludzi wytrwałych. I to jest coś w rodzaju rady. Możecie mieć takie momenty, w których zechcecie rzucić studia i nie uczyć się dalej, ale wtedy dobrze jest do tego podejść z otwartą głową. Uspokoić się, spróbować odpocząć. Często podejmujemy decyzje w emocjach. Nie chcę powiedzieć, że chodzi o to, żeby wytrwać, ale warto być świadomym, że ta gratyfikacja, której oczekujemy, nie jest od razu. Rezultaty pojawiają się z czasem. Trzeba włożyć bardzo dużo pracy i nie bać się. Nie bać się, że coś może nie wyjść albo że możesz popełnić błąd. I wydaje mi się, że to jest w tym wszystkim najtrudniejsze. Bo chcemy wszystko robić super. Chcemy mieć super oceny, super wyniki na

egzaminach i tak dalej. A nikt nie myśli o tym, że ludzie osiągają to, co osiągają, dzięki temu, że popełniają błędy i się na nich uczą.

Czy w Pana pracy przydaje się odpowiedzialność za siebie i za innych?

➡ Na pewno. Muszę być odpowiedzialny za całą produkcję. A jeżeli za produkcję, to za każdą osobę, która w projekcie uczestniczy, czy to montażysta, czy aktor głosowy. W całym procesie twórczym niezbędne jest podjęcie odpowiedzialności zarówno w aspekcie ludzkim, jak i merytorycznym. Dotyczy to również efektu końcowego. Ktoś może na przykład obejrzeć film i zinterpretować go inaczej niż my. Równie ważna jest odpowiedzialność za odpowiednie poruszenie tematu. Także dzisiaj, kiedy oglądaliśmy film o puszczy, pomyślałem: „Temat ważny, co nie?”. Chwilę potem podeszła do mnie koleżanka i powiedziała, że ona widzi to inaczej, z innej perspektywy.

Czy idee, które poznał Pan przez lata spędzone w Fundacji, przełożyły się na Pana dorosłe życie?

➡ Myślę, że tak. Przede wszystkim rodzinna atmosfera. Fundacja jest wielką rodziną przyjaciół, a relacje międzyludzkie są tu zbliżone do siostrzanych albo braterskich. Mój kolega mówi, że ma się dwie rodziny. Taka, której się nie wybiera, i drugą, którą tworzy się ze znajomymi. Jeżeli ja idę w ludzi i wiem, że będę pracował z nimi przy projektach, traktuję ich jako jednych z nas.

Drugim ważnym aspektem jest fakt, że Fundacja otworzyła mnie na prośbienie ludzi o pomoc. Jeśli ktoś jest dobry w czymś, w czym ja nie jestem, możemy współpracować i uczyć się od siebie nawzajem. Ludzie, których tu poznałem, pomogli mi znaleźć swoją ścieżkę. Chciałbym podkreślić wkład Państwa Formanowiczów. Film, który dziś oglądaliśmy, zrealizowałem na warsztatach, na które mogłem pojechać właśnie dzięki nim.

Chcę jeszcze nadmienić, że dopiero za trzecim razem dostałem się na studia. Za pierwszym razem poszedłem na Politechnikę Łódzką i po trzech miesiącach stwierdziłem, że to nie dla mnie. Potem rozmawiałem z Państwem Formanowiczami. Zapamiętałem jedno zdanie: „Słuchaj Kacper, ale jeśli nie te studia, to może inny kierunek?”. Zrozumiałem, że informatyka nie jest tym, czym chciałbym się zajmować, dlatego postanowiłem nie iść dalej w tym kierunku. Te rozmowy i wsparcie, jakie otrzymałem, bardzo mi pomogły.

To, że w Fundacji dbamy o siebie nawzajem, rzuca tym, że w dorosłym życiu dbamy o innych.

Dziękujemy za rozmowę.

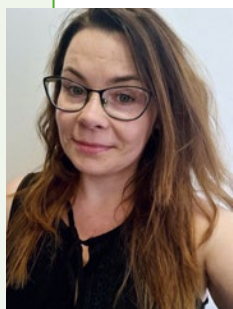
**Rozmawiali:
Patryk Sikora i Kinga Jankowska**



Wracają, by dawać dalej

To już kolejny raz, gdy osoby, które przed laty same uczestniczyły w naszych programach, powracają, by dzielić się swoją pasją, wiedzą i umiejętnościami. To budujące i dające poczucie ciągłości. Pokazuje, że ktoś, kto zaczynał podobnie jak my, rozwinął się na tyle, by dziś inspirować innych. Z Pauliną, Emilią, Kacprem i Kingą spotkaliśmy się podczas zimowiska i letnich obozów w Łucznicy.

PAULINA ELIZA GODLEWSKA – z wykształcenia dziennikarz i teolog. Studia ukończyła na Uniwersytecie Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Warszawie oraz Katholieke Universiteit Leuven w Belgii. Od 2019 roku w newsroomie polsatnews.pl, a od 2021 Wydarzeń Interii. Współtworzyła od podstaw i kierowała weekendowymi magazynami premium obu serwisów. Wcześniej pracowała w Katolickiej Agencji Informacyjnej, Radiu Zet Gold i Meloradiu. Zajmuje się tematami społecznymi oraz związanymi z Kościołem katolickim. Na świat patrzy oczami nie tylko mieszkańców wielkich metropolii, ale też małych



miejsowości, bo sama pochodzi z małej wsi na pograniczu Mazowsza i Podlasia. Czas wolny spędza na wycieczkach objazdowych, zwiedziła 30 krajów.

Stypendystka Fundacji w latach 2009-2012

KACPER BURATYŃSKI – absolwent PWSFTviT w Łodzi, na wydziale „Operatorskim i Realizacji Telewizyjnej”, ukończył kierunek „Realizacja obrazu filmowego, telewizyjnego i fotografia” ze specjalnością „Film animowany i efekty specjalne”. Jest katolikiem, mężem Julii i tatą Franka. Lubi komedię, komiks, gry RPG, szachy i sztuki walki.



Stypendysta Fundacji w latach 2013-2016

EMILIA JASKÓŁKA – magister wychowania fizycznego, trenerka personalna oraz instruktorka fitness. Ukończyła Akademię Wychowania Fizycznego w Białej Podlaskiej oraz studia podyplomowe z zakresu żywienia i wspomagania dietetycznego w sporcie na AWF w Warszawie. Nieustannie rozwija swoje kompetencje, uczestnicząc w szkoleniach i kursach. Na co dzień prowadzi zajęcia z osobami w różnym wieku – od dzieci po seniorów. Poza pracą uwielbia sporty walki, gotowanie i otaczanie się kwiatami. Chętnie sięga po podcasty i programy z gatunku *history true crime*, a kiedy potrzebuje energii, włącza dobrą metalową muzykę. Interesuje się również masażem klasycznym i masażem Kobido. Wierzy, że równowaga między aktywnością, pasjami i chwilą dla siebie to najlepszy sposób na dobre samopoczucie.



Stypendystka Fundacji w latach 2001-2004

KINGA RADOMSKA – pochodzi z Małkini Górnej, obecnie mieszka w Warszawie. Absolwentka Ostrowskiego Ekonomika i SGGW w Warszawie. Zawsze społecznie zaangażowana. W pełni rozwinęła skrzydła, angażując się w rozwój w organizacjach studenckich. W ten sposób od ekonomii trafiła do marketingu. Pracowała w agencji marketingowej, koordynując kampanie reklamowe i projekty influencerskie dla największych marek z branży finansowo-bankowej. Obecnie młoda przedsiębiorczyni „na swoim” – kręci i montuje wideo reklamowe z wydarzeń, konferencji oraz tworzy treści pod social media firm i marek osobistych. Prywatnie ciesząca się życiem i doceniająca wszystkie zdarzenia losowe. Wierzy, że życie w społeczeństwie połączone ze zdrowym i aktywnym trybem życia to klucz do szczęścia.



Stypendystka Fundacji w latach 2013-2016



Nowy rozdział zaczyna się w Łęcznicy

9–14 sierpnia 2026

W dniach 9–14 sierpnia 2026 roku odbył się kolejny coroczny wyjazd do Stowarzyszenia Akademia Łęcznica. Program był pełen różnorodnych zajęć, od lubianych i dobrze znanych warsztatów po nowe, ciekawe wyzwania artystyczne i edukacyjne. Zgodnie z coroczną tradycją, pobyt w Łęcznicy był również czasem pracy nad tematem nowego roku fundacyjnego i pierwszym wprowadzeniem w jego ideę. W tym roku będziemy odkrywać świat książek oraz przyglądać się człowiekowi jako otwartej księdze, pełnej historii, doświadczeń, emocji i wciąż nieodkrytych rozdziałów.



➔ Nad Łęcznicą czuwają dobre anioły – te ceramiczne i te prawdziwe: Pani Zosia i Pan Tadeusz





Jak co roku ogromnym zainteresowaniem cieszyła się ceramika. Tematyka prac była dowolna, dzięki czemu każdy z nas mógł dać się ponieść wyobraźni. Dużym powodzeniem cieszyło się szklwienie tale-rzy; część z nich zdobiliśmy na wzór hiszpańskich płytek tworzonych techniką cuerda seca („sucha linia”), które wyszły fenomenalnie!

Podczas warsztatów z sitodruku inspirowaliśmy się mozaikami Antoniego Gaudiego. Z kolei na za-jęciach z biżuterii tworzyliśmy sygnety, pierścionki, kolczyki i breloczki, wykorzystując m.in. suszone dary natury.



Tworzymy...



...w pełnym skupieniu i pod okiem profesjonalistów...



Szkło, znane już niektórym z nas z wcześniejszych lat, okazało się niemałym zaskoczeniem dla młodszych uczestników (w tym dla mnie). I tutaj wzorowa-liliśmy się na twórcy słynnej bazyliki Sagrada Família w Barcelonie. Tworzyliśmy kompozycje, które urze-kały nie tylko swoją formą, lecz przede wszystkim grą kolorów i rozpraszającym się światłem.

Nie zabrakło też drobniejszych prac manualnych. Tworzyliśmy urocze zwierzątka z koralików nawleka-nych na żytkę (myszki, jaszczurki, krokodyle), a także ramki ozdobione kawałkami kolorowych szkielek, w których umieszczaliśmy lusterka lub przejryste szkło w najróżniejszych kolorach.



...małe własne dzieła sztuki





➤ Powoli do nas dociera, że poranna gimnastyka to nie żart



O naszą formę i dobry nastrój dbała Pani Emilia Jaskółka – absolwentka naszej Fundacji. Dzięki niej nie było miejsca na nudę: poranna rozgrzewka, gra w siatkówkę i spacer. Pewnego wieczoru zorganizowała też seans filmowy, z ekranizacją powieści „Imię róży”.

Warsztaty z animacji filmowej, prowadzone przez Pana Kacpra Bułatyńskiego, otworzyły nasze głowy na zupełnie nowe, niespodziewane pomysły. Do tworzenia kadrów mogliśmy wykorzystać właściwie wszystko, co znaleźliśmy w Łucznicy.

Pani prof. Ewa Krawiecka przedstawiła nam cel i motyw na nowy rok fundacyjny. Brzmiały one: „Życie jak książka – każdy człowiek to ciekawa historia”. W wykładach usłyszeliśmy, jak wielką wartość miały kiedyś książki. Dawno temu jedna książka mogła kosztować jedną wioskę, a nawet kilka wsi. Mieliśmy okazję poznać cytaty z XVII-wiecznego dzieła Bałsara Graciana „Sztuka doczesnej mądrości”. To było ciekawe i dało nam wiele do myślenia. Czuję, że te słowa naprawdę trafiają w serce. Przypomnieliśmy historię książki. Przedmiot ten towarzyszy nam od najmłodszych lat do teraz. Zobaczyliśmy też, że nawet bardzo zniszczona książka może zmienić się w coś pięknego.

Nie mogę się doczekać tego roku i tego, co przyniesie.

Kinga Jankowska



➤ Wspólnie i twórczo





➡ A po zajęciach czas na bujanie w hamaku i marzenia



Co dalej?

Co dzień patrzę za horyzont, aby spełnić swe marzenie, aby zawsze z sercem nowy witać dzień.

Co dzień powtarzam jedno: może będzie trudno, może stracę zaufanie, może przegram, być może wygram, osiągnę szczyt, odwiedzę najczarniejszą dziurę, zyskam kogoś nowego, stracę kogoś bliskiego.

Jednak wiem jedno. Każdy z nas musi stawić czoła wyzwaniu.

Może będziemy czegoś żałować, może będziemy coś wspominać z dumą, będziemy się śmiać, uro-nimy łzy.

Jednak każdy z nas pod koniec dnia jest tym wygranym.

Niezależnie od tego, co w tym dniu zrobił. Co tego dnia osiągnął.

Co w tym dniu powiedział. Co w tym dniu stracił. To pod koniec i tak będziemy wygrani, bo coś zyskamy, nawet jeśli nie materialnie, to duchowo, emocjonalnie.

Powitanie dnia jest trudne. Nie należy z tym się kłócić, bo jest niewyobrażalnie trudne.

Od małego szukamy takiej jednej iskiereczki, dla której będziemy chcieli wstać z łóżka i dawać z siebie 100%. Dla jednego jest to rodzina. Dla kolejnego przyjaciel, jeszcze innego pasja, następnego są to zwierzęta, a dla kogoś innego może być to cel, marzenie albo przezwyciężenie traumy.

Tych powodów do wstawania rano z łóżka i dawania z siebie wszystkiego jest wiele. Co człowiek to inny powód, jednak każdego należy w tym szanować.

Każda nasza decyzja będzie kosztem alternatywnym. Kosztem, który może wygramy, może przegramy. Każdy z nich będzie niósł ze sobą konsekwencje. I my będziemy musieli stawić im czoła. Ja znalazłam już swój cel do wstawania rano. A czy Ty znalazłeś już swój?

Kinga Jankowska

Migawki z Łuczniczy



OD WRZEŚNIA DO WRZEŚNIA

Jednodniówka – magazyn stypendystów www.amf.org.pl



Zespół Redakcyjny: stypendystki i stypendyści FUNDACJI AMF NASZA DROGA: Kinga Jankowska, Klaudia Jasioneł, Patryk Sikora

Wsparcie redakcyjne: Ewa Krawiecka, Małgorzata Wilanowska, Julianna Wiechno, Krystyna Brzostek, Emilia Romanik

Zdjęcia: archiwum prywatne stypendystów i archiwum Fundacji Jednodniówka ukazała się nakładem własnym.



**FUNDACJA AMF
NASZA DROGA**

07-300 Ostrów Mazowiecka
ul. Biała 1

tel. + 48/29 644 21 16

KRS: 0000159282

www.amf.org.pl