

# RELACJE

MAGAZYN FUNDACJI WSPARCIA NAUKI I BIZNESU

---

LIPIEC-WRZESIEŃ 2023/Nr 06

## NA OKŁADCE

Wpływy architektoniczne w Ełku zdominowały jeden z dziewięciu spacerów tegorocznej akcji "Poznaj Miasto z Przewodnikiem". Na stronie 8 podsumowujemy sezon bezpłatnego zwiedzania miasta.



FUNDACJA WSPARCIA  
NAUKI I BIZNESU



# FUNDACJA WSPARCIA NAUKI I BIZNESU

## SPIS TREŚCI

- 03** Artykuł wstępny
- 04** Więcej niż szkoła
- 06** Edukacja historyczna  
a patriotyzm
- 08** Spacerem przez Ełk
- 10** Workation na  
Mazurach – opcja  
win-win?
- 12** Bawimy się zdrowo  
i sportowo!
- 14** Młodość w duchu  
i w działaniu
- 16** MUL OD KUCHNI
- 18** JEDYNY TAKI  
FESTIWAL
- 19** SKAUTING  
Z HISTORIĄ W TLE
- 20** SENIORSKIM OKIEM
- 22** Towarzyszycie nam  
w podróży

## SKŁAD REDAKCYJNY

**Marta Półtoraczyk**  
redaktorka naczelna

**Wydawca:** Fundacja Wsparcia Nauki  
i Biznesu, ul. J. H. Małeckich 2 lok. 13,  
19-300 Ełk,  
**telefon:** 572 222 050,  
**e-mail:** [biuro@fundacjawnb.org.pl](mailto:biuro@fundacjawnb.org.pl);

**opracowanie graficzne:** Marta Półtoraczyk;

**wersja cyfrowa dostępna na stronie:**  
[www.fundacjawnb.org.pl](http://www.fundacjawnb.org.pl).



MAZURSKI  
UNIwersytet  
LUDOWY  
W EŁKU



Akademia **WNiB**  
Centrum Kształcenia Ustawicznego

---

## RELACJE



Na zdjęciu: **Adam Waszkiewicz**  
– Prezes Fundacji Wsparcia Nauki i Biznesu

## Drogie, Drodzy!

---

Żółte korony drzew, spadające z nich kasztany i żołądźcie, wieczory z książką i herbatą... Jesień przywołuje na myśl różne skojarzenia. Nasze są być może mniej romantyczne, a bardziej przyziemne. Jesień to oczywiście czas rozpoczęcia roku szkolnego. I to idealna okazja, by podzielić się z Wami dobrymi wieściami. Jako fundacja uruchomiliśmy Policealną Szkołę Zawodową, w której pierwszy dzwonek rozbrzmi już w lutym 2024 roku. Czeka w niej wachlarz kierunków społeczno-opiekuńczych, które są odpowiedzią na współczesne potrzeby rynku pracy. Edukacyjnie jest u nas nie tylko za sprawą nowej placówki. Realizujemy projekty adresowane do szkół w regionie, które przyczyniają się do promowania wiedzy historycznej oraz zdrowego stylu życia.

W temacie wiedzy i edukacji tradycyjnie nie może zabraknąć odwołań do Mazurskiego Uniwersytetu Ludowego. W tym wydaniu *Relacji* podsumowujemy dla Was tegoroczną odsłonę akcji "Poznaj Miasto z Przewodnikiem", do której przyłączyło się niemal 300 osób. Z niecierpliwością wypatrujemy też oficjalnego rozpoczęcia kursu Krajoznawcy Mazurskiego. Harmonogram po brzegi wypełniony jest warsztatami i wycieczkami, centrum których stanowią nasze ukochane Mazury.

Nikt chyba nie zaprzeczy, że region jest jednym z najchętniej odwiedzanych w lato przez turyści i turystów. Pytanie, czy jest to też odpowiednie miejsce do pracy? Nasz punkt widzenia przedstawiamy w artykule "Workation na Mazurach – opcja win-win?", który znajdziecie na stronie 10. Opisujemy w niej zarówno samą koncepcję workation, jak i jej wpływ na ruch turystyczny i lokalny biznes.

Jako prezes Fundacji Wsparcia Nauki i Biznesu zachęcam do lektury najnowszego wydania *Relacji* – czasopisma, w którym pokazujemy Wam kawałek naszej działalności. Niezmiennie zachęcam też do kontaktu telefonicznego, mailowego i osobistego. Fundacja jest zawsze otwarta dla ludzi, którzy szukają dialogu i pola do wspólnych, inspirujących działań.

*Adam Waszkiewicz*



## Więcej niż szkoła

**Nasze tytułowe “wsparcie nauki” nabiera nowego wymiaru. Utworzyliśmy Policealną Szkołę Zawodową, która 25 września oficjalnie rozpoczęła działalność. I choć pierwszy semestr ruszy w lutym 2024 roku, to rekrutacja na nowo powstałe kierunki już trwa. Nauka w PSZ jest bezpłatna i będzie odbywać się w trybie weekendowym.**

Jako fundacja od początku działalności świadczymy szereg usług społeczno-opiekuńczych w Dziennych Domach Pobytu oraz w ramach projektów społecznych dla rodzin, w których są osoby starsze i z niepełnosprawnością. Dostrzegamy też, że zapotrzebowanie na specjali-

stki i specjalistów, którzy są kompleksowo przygotowani do opieki nad takimi osobami, jest duże i będzie nadal rosło. Wiążę się to zarówno ze zmianami w samym społeczeństwie, jak i zmianą w podejściu do usług społecznych. W tym obszarze zachodzi proces decentralizacji – osoby starsze i z niepełnosprawnościami, jak również ich bliscy, nastawiają się na wsparcie we własnym, dobrze znanym, domowym środowisku. Zawody związane właśnie z usługami społeczno-opiekuńczymi to profesje przyszłości, w szczególności, gdy stoimy przed obliczem starzejącego się społeczeństwa i wyzwaniem, które za nim podążają. Mowa tu już nie tylko o zapewnieniu

opieki samej w sobie, ale także patrzeniu na potrzeby podopiecznych w sposób holistyczny. Starsze osoby będą coraz liczniejszą częścią populacji, a więc ważnym celem społecznym będzie utrzymanie ich aktywności i samodzielności na jak najwyższym poziomie. Nieocenioną rolę odegrają tu właśnie pracowniczki i pracownicy sektora usług społeczno-opiekuńczych, którzy zadbają o dobrobyt i zadowolenie z życia tych, którzy nie są w stanie funkcjonować w pełni niezależnie.

W semestrze letnim w Policealnej Szkole Zawodowej rozpocznie się kształcenie na kierunkach: opiekunka dziecięc-



# Policealna Szkoła Zawodowa

Zajęcia rozpoczynają się od lutego 2024

## Szkoła, której szukasz!

### Zapisz się już dziś!

[www.fundacjawnb.org.pl](http://www.fundacjawnb.org.pl)

#### Kierunki:

- Asystent osoby niepełnosprawnej (1 rok)
- Opiekunka dziecięca (2 lata)
- Opiekunka środowiskowa (1 rok)
- Opiekun osoby starszej (2 lata)
- Opiekun w domu pomocy społecznej (2 lata)
- Technik administracji (z dodatkowymi kompetencjami: sekretarka medyczna, rejestratorka medyczna) (2 lata)

nauka  
bezpłatna



**Małeckich 3/2 w Ełku**



FUNDACJA WSPARCIA  
NAUKI I BIZNESU

ca, opiekunka środowiskowa, opiekun osoby starszej, opiekun w domu pomocy społecznej, asystent osoby niepełnosprawnej i technik administracji (z dodatkowymi kompetencjami sekretarki/rejestratorki medycznej). W zależności od wybranego profilu nauka potrwa rok lub dwa lata. Słuchaczki i słuchacze będą zdobywać potrzebne kompetencje podczas zajęć

praktycznych w nowoczesnych pracowniach. Profesje związane z obszarem usług społecznych wymagają też odpowiedniego przygotowania psychicznego, dlatego wśród teorii znajdą się zagadnienia związane m.in. z szeroko pojętymi kompetencjami społecznymi. Szczegółowe informacje o ofercie dostępne są na stronie [www.fundacjawnb.org.pl](http://www.fundacjawnb.org.pl).

PSZ to szkoła dla wszystkich, niezależnie od ich wieku, doświadczeń i dotychczasowej ścieżki kariery. Jest odpowiedzią na potrzeby rynku pracy, ale również współczesne wyzwania społeczne. Podczas zajęć chcemy przekazywać nie tylko suchą wiedzę, ale również promować politykę społeczną, mówić o innowacyjnych rozwiązaniach w tym obszarze i uwrażliwiać osoby uczniowskie na sytuacje, które mogą napotkać w przyszłej pracy.

Dla kogo Policealna Szkoła Zawodowa będzie dobrym wyborem? Dla osób, które szukają swojej drogi życiowej po ukończeniu szkoły średniej, chcą kontynuować edukację po dłuższej przerwie, przekwalifikować się lub nabyć dodatkowe kompetencje w zawodzie, w którym już pracują. Warunkiem przyjęcia do PSZ jest wykształcenie średnie. Nie wymagamy matury. Nie ma też górnej granicy wieku, w którym można zostać przyjętym w progi placówki. Jej drzwi są szeroko otwarte i z niecierpliwością oczekują pierwszych słuchaczek i słuchaczy. **Jeśli jesteś osobą, która lubi otaczać się ludźmi i pomagać innym, a także marzy o zdobyciu przyszłościowego zawodu w krótkim czasie – ta szkoła jest dla Ciebie. Nie czekaj. Rozpocznij edukacyjną podróż z nami i patrz, jak realizują się Twoje zawodowe marzenia i plany.**



## Edukacja historyczna a patriotyzm

**Trudno powiedzieć, aby to pogodowa aura dyktowała rytm życia fundacji i jej działań, ale są takie projekty, które wymagają odpowiednich warunków. Dlatego wraz z przyjściem roku szkolnego i jesieni rozpoczynamy współpracę ze szkołami, w których poprowadzimy zajęcia z historii Polski i Mazur.**

Model edukacji w Polsce przechodzi powoli transformację, próbując sprostać potrzebom młodych ludzi i wykorzystać ich sposoby przyswajania informacji. Pomocne okazują się tu m.in. narzędzia cyfrowe, które w czasach lockdownu okazały się wręcz niezbędne. Część nauczycielskiego grona od razu dostrzegła w tym szansę na

tworzenie jeszcze bardziej angażujących lekcji i atrakcyjnych materiałów, sięgając na przykład po edutainment, czyli połączenie edukacji z rozrywką poprzez różnego rodzaju quizy i gry edukacyjne. Badania nad edukacją pokazują, że kluczem do jej sukcesu może być dywersyfikacja metod i elastyczność we wdrażaniu innowacji. Pomocną rękę wyciągają tu organizacje pozarządowe.

Działania, które niedługo zainicjujemy w gminach Ełk i Biała Piska, na terenach wiejskich, będą po części przeniesieniem tego, czym zajmujemy się w Mazurskim Uniwersytecie Ludowym na grunt szkoły tradycyjnej. Dzieci ze szkół pod-

stawowych poznają historię regionu Warmii i Mazur oraz kwestie związane z jego przynależnością państwową. Będą miały też okazję usystematyzować i zarazem pogłębić wiedzę o historii i tradycjach Polski. Celem tych warsztatów jest budowanie tożsamości regionalnej i państwowej oraz kształtowanie postaw patriotyzmu, który my rozumiemy jako więź z miejscem swojego urodzenia/zamieszkania, odpowiedzialność obywatelską, kultywowanie tradycji i wiedzy o przeszłych pokoleniach czy bezinteresowną pomoc na rzecz lokalnych środowisk. Współczesny patriotyzm to nie nacjonalizm, ale otwarte i zaangażowane społeczeństwo,

które wyznaje wspólne wartości. Tę wagę wychowania w duchu demokracji i kultury obywatelskiej podkreślał nie kto inny jak Mikołaj Grundtvig, społecznik swoich czasów i ojciec uniwersytetów ludowych. Jego postulaty dotyczyły oczywiście kształcenia dorosłych, a nie dzieci, a jednak trudno jest mówić o społecznej odpowiedzialności bez wychowania świadomych obywateli i obywateli. Jeszcze jednym elementem szkół dla życia, który postanowiliśmy wykorzystać w projekcie "Edukacja patriotyczna i wsparcie rodziny w gminach Biała Piska i Ełk" jest dzielenie się żywą wiedzą. Taką, którą młodzi będą chłonąć w sposób naturalny, bez presji ocen. Dlatego w programie nie zabraknie wycieczek krajoznawczych do ważnych historycznie miejsc w regionie, jak i poza nim. Podczas wyjazdów młodzież będzie miała szansę obcować z historią, poznawać zabytki i nabywać orientację terenową i dziejową w bliższym i dalszym otoczeniu.

W działania udało nam się włączyć również edukację osób dorosłych – rodziców i opiekunów. Grupa weźmie udział w warsztatach kompetencji społecznych, ze szczególnym naciskiem na wzmacnianie kompetencji rodzicielskich. Zakładamy, że taki trening pozwoli polepszyć komunikację z dzieckiem i wspierać je w sta-

waniu się młodą obywatelką, młodym obywatelem. Udało nam się pozyskać na ten cel dofinansowanie z Programu Wsparcia Edukacji, autorskiej inicjatywy MEiN. Cały projekt rozpocznie się i zakończy jeszcze w tym roku. Jego wyniki będą dla nas istotną informacją, bo posłużą do projektowania kolejnych inicjatyw edukacyjnych.

Edukacja (nie tylko historyczna) nie powinna być monotonna. Prowadzenie jej z wykorzystaniem różnych metod, narzędzi i bodźców sprawia, że szanse na rozbudzenie zainteresowań edukacyjnych młodych osób rosną. Kluczem jest stworzenie inspirującego środowiska i pokazanie, że szkolna wiedza przekłada się na dalsze życie.



***"Badania nad edukacją pokazują, że kluczem do jej sukcesu może być dywersyfikacja metod i elastyczność we wdrażaniu innowacji. Pomocną rękę wyciągają tu organizacje pozarządowe."***



## Spacerem przez Ełk

**Nie tylko wzdłuż i wszerz, ale również z góry. Tegoroczna edycja akcji “Poznaj Miasto z Przewodnikiem” dała wszystkim zainteresowanym możliwość odwiedzenia różnych zakątków Ełku i zgłębienia jego historii. Ostatni spacer zakończył się na wieży widokowej przy ulicy Pięknej, gdzie uczestniczki i uczestnicy słuchali opowieści przewodnika, spoglądając na rozpościerającą się przed nimi panoramę największego miasta Mazur.**

Coroczna akcja bezpłatnego zwiedzania Ełku pod nazwą “Poznaj Miasto z Przewodnikiem” ruszyła w 2018 roku, choć jej tradycje sięgają jeszcze dalej. Co sprawia, że każdego

wakacyjnego sezonu wydarzenie przyciąga jak magnes osoby z Ełku i innych części Polski? Niewątpliwie jest to wzbogacenie turystycznej oferty miasta o dodatkową atrakcję, ale za chęcią spędzania niedzielnych popołudni na wspólnych spacerach kryje się coś więcej. Ełk to nie Kraków – i to żadne odkrycie – ale mimo to jego dzieje potrafią prawdziwie fascynować. Wiele osób mieszkających od lat na Mazurach podkreśla, że wie o regionie niewiele. A jednak, kto raz zasmakuje mazurskiej historii, tego apetyt na wiedzę rośnie. Nasza fundacyjna akcja “Poznaj Miasto z Przewodnikiem” pozwala, choć w pewnej części, ten głód zaspokoić.

W tym roku na trasach spacerów znalazły się takie punkty, jak: wieża ciśnień, zamek krzyżacki, dworzec PKP, zabytkowe kamienice czy kompleks budynków po koszarach. Przewodnicy oprowadzali po świątyniach, cmentarzach i najstarszych ulicach. Wszystkie pojawiające się po drodze obiekty stwarzały sposobność do opowiadania o początkach powstania Ełku, jego rozwoju i współczesności. Po raz pierwszy odbył się spacer poświęcony stricte stylom architektonicznym, dającym się rozróżnić w miejskiej zabudowie. Również po raz pierwszy wycieczkę przewodził Marek Piasta, który zasilił mocny fundacyjny skład przewodnicki.





Tegoroczna edycja wydarzenia w statystykach przedstawiła się następująco: **9 wakacyjnych niedziel, 9 spacerów i aż 4 przewodników turystycznych.** Wśród nich Hubert Górki, Jarosław Wasilewski i Dariusz Jurczak. Najważniejsze (i najważniejszych!) zostawiamy na koniec. W akcji wzięto udział łącznie około 300 osób. W gronie tych, których w niedzielne popołudnia nogi niosły pod rzeźbę Rusatki, jak zwykle nie zabrakło turystek i tury-

stów. I tak, krok po kroku, zrealizowaliśmy szóstą odsłonę zwiedzania Ełku pod szyldem fundacji oraz Mazurskiego Uniwersytetu Ludowego. Z głowami pełnymi pomysłów rozpoczynamy przygotowania do przyszłorocznego zwiedzania. "Poznaj Miasto z Przewodnikiem" w 2024 roku powróci być może w nieco zmienionej formule, ale za to z niezmiennie pasjonującymi historiami o Ełku i Mazurach. Ależ! To oczywiście niejedyna inicjatywa fundacji

umożliwiająca poszerzenie wiedzy o regionie.

W listopadzie zorganizujemy spotkanie, które także będzie swoistym spacerem przez mazurskie wsie. Tym razem nie skupimy się na ludziach, a raczej na ich domostwach. W roli głównej wystąpią tradycyjne chaty i ich elementy dekoracyjne. Opowie o nich pasjonat, przed którym mazurskie wzornictwo nie ma tajemnic. Miejsce oczy (i smartfony) otwarte!



## Workation na Mazurach – opcja win-win?

**Koncepcja workation zyskuje na popularności. Firmy wykazują się coraz większą elastycznością, pozwalając na pracę zdalną lub hybrydową. A część z nas szuka nowych doświadczeń nie tylko w czasie wolnym od pracy, ale także podczas jej wykonywania. Czym właściwie jest workation i jak może przełożyć się na ruch turystyczny w regionie?**

Workation to połączenie angielskich słów “work” (praca) oraz “vacation” (wakacje). Polskimi odpowiednikami mogą być pracowakacje lub pracowczasy. Wbrew nasuwającym się skojarzeniom, nie chodzi bynajmniej o poświęcanie urlopu na obowiązki służbowe.

To specyficzna forma pracy, w czasie której wykonujemy powierzone zadania zdalnie z dowolnego miejsca na świecie – zazwyczaj atrakcyjnego turystycznie. Co to daje? Odpowiedź jest prosta: zmianę otoczenia, przełamanie rutyny i nową energię do działania.

Idea pracowczasów w Polsce rozwija się od niedawna, ale już istnieją miejsca, które nastawiają się na przyjmowanie pracowniczek i pracowników spragnionych nowości. Często są to gospodarstwa agroturystyczne, które poza wypoczynkiem oferują dobry dostęp do Internetu i przestrzeń coworkingowe. Idealne do workation mogą być jednak nie tylko spokojne wsie

i małe miasteczka, ale także większe ośrodki. Wiele zależy tu od oczekiwań poszczególnych osób i atrakcji, jakimi dysponują te miejsca.

### Turystyka na nowo

Pracowakacje są oczywiście ściśle powiązane ze środowiskiem pracy, ale nie da się ukryć, że zysków może dopatrywać się w nich lokalna branża turystyczna. Celem wyjazdu z laptopem nie jest przecież zamknięcie się w pokoju i odgradzenie od tego, co kryje się na zewnątrz. Workation to takie miniwakacje, podczas których warto poznać i zoba-

czyć jak najwięcej. Do wykorzystania są popołudnia, weekendy. Zwolenniczki i zwolennicy wrokation spędzają czas nie tylko pracując, ale też zwiedzając, korzystając z oferty kulturalnej, jedząc i odpoczywając. A co za tym idzie – obroty u dostawców lokalnych usług rosną. Ten pracowniczy trend ma dodatkowo tę zaletę, że nie dotyczy jedynie szczytu sezonu turystycznego. Daje to możliwość złagodzenia sezonowości w rejonach, gdzie tradycyjna turystyka ożywa w określonych miesiącach, a poza nimi lokale usługowe zamykają się na głucho. Otwarcie się na wrokation to szansa rozwoju dla wielu miejscowości, które do tej pory przegrywały turystyczny wyścig z mocniejszą konkurencją.

## Mazury nie tylko na lato

Mazury są jednym z najchętniej odwiedzanych latem regionów Polski. Zapewniają bliskość jezior, infrastruktury żeglarskiej, lasów, campingów i sielankowej atmosfery. Prym wiodą takie miejsca jak Giżycko czy Mikołajki, które w wakacje przeżywają prawdziwe oblężenie. Tymczasem Ełk, największe miasto Mazur, pozostaje trochę na uboczu. A co, jeśli stałby się znakiem rozpoznawczym wrokation w północno-wschodniej Polsce? Ma wszystko, by predestynować do tego miana.

Trzecia pod względem wielkości miejscowość w województwie warmińsko-mazurskim oferuje przyjezdnym z jednej strony możliwość obcowania z przyrodą, z drugiej – wszelkie miejskie udogodnienia. Nasza fundacja dostrzegła ten potencjał i wynikającą z niego możliwość rozwoju. Na początku 2023 roku, w ramach prowadzonego przedsiębiorstwa społecznego, udostępniliśmy turystkom i turystom nowoczesny apartament w centrum Ełku. Położony tuż przy najstarszym ełckim parku jest zarówno cichym miejscem do pracy i relaksu, jak i punktem wypadowym do pieszych wędrówek przez stolicę Mazur. Na podstawie dostępnych danych widzimy, że co dziesiąta osoba, która odwiedza apartament przyjeżdża do Ełku w celach związanych z pracą. Czy 10% to dużo? Być może nie, ale to początek i podstawa do rozszerzania oferty wrokation i udostępniania chętnym kolejnych wygod pod szyldem AH Apartamenty. Wśród nich znajdzie się m.in. bezpłatna, wyposażona w szybką sieć i sprzęt multimedialny przestrzeń coworkingowa.

Idea wrokation rozszerza się. Podróżowanie przestaje być aktywnością typową urlopową. Przebywanie w atrakcyjnym miejscu może pozytywnie wpłynąć na motywację i kreatywność, a samo miejsce – zyskać upragnioną popularność.





# Bawimy się zdrowo i sportowo!

**W zdrowym ciele zdrowy duch! – ta максима zdaje się nie tracić na aktualności. Aktywność fizyczna i wartościowe odżywianie w ogromnym stopniu przekładają się na prawidłowy rozwój młodych osób. Tymczasem badania pokazują, że jedynie 17% dzieci i młodzieży w Polsce jest umiarkowanie lub intensywnie aktywnych fizycznie przez co najmniej godzinę dziennie. Program „Bawimy się zdrowo i sportowo” to nasza odpowiedź na te alarmujące statystyki.**

Odpowiednią dawkę ruchu może zapewnić najmłodszym nie tylko sport w czystej postaci, ale także zabawa – czyli

tak zwana aktywność nieorganizowana. Szerokie możliwości aktywnego i zarazem atrakcyjnego spędzania wolnego czasu pokazujemy uczniom i uczniom placówek edukacyjnych w regionie. 19 września odwiedziliśmy Szkołę Podstawową im. Jadwigi Tressenberg w Pozezdrzu, 28 września Szkołę Podstawową im. Tadeusza Kościuszki w Białej Piskiej, a 3 października Szkołę Podstawową im. Michała Kajki w Budrach z siedzibą w Więckach. Dla społeczności każdej ze szkół przygotowaliśmy całodniowe imprezy profilaktyczno-sportowe. Na początku najmłodszy spotkali się z dietetyczką, która opowiedziała o zasadach zdrowego

odżywiania. Następnie, wspólnie ze specjalistką, przygotowali proste i zdrowe przekąski. Kolejnym etapem wydarzenia były zajęcia ze sportowcem o charakterze pokazowo-motywacyjnym. Zaproszony sportsmen mówił o sile automotywacji i wytrwałości w dążeniu do celu. Zaprezentował też zestaw prostych ćwiczeń do wykonywania w warunkach domowych. Zwieńczeniem każdego z eventów były turnieje sportowe w dwóch konkurencjach – bubble soccerze i archery tag. Zwycięskie drużyny mogły cieszyć się z nagród w postaci pucharów i medali. Dobór sportowych atrakcji nie był dziełem przypadku. Chcieliśmy,

by dzieci i młodzież miały dostęp do rozrywek, których na co dzień nie uwzględniają harmonogramy zajęć WF-u. Nasze przypuszczenia, że będzie to świetną zachętą do podierwania się z miejsca, okazały się słuszne.

*- Takie formy WF-u są jak najbardziej wskazane. Dzieci fajnie to odbierają, bawią się. Aktywność dzieci jest coraz słabsza, (...) ciężko je zachęcić. Trzeba stworzyć nowe formy aktywności, aby lekcje były bardziej atrakcyjne* – mówił naszej redakcji Dariusz Domański, nauczyciel wychowania fizycznego z Pozezdrza.

Głównym celem programu “Bawimy się zdrowo i sportowo” jest promocja sportu i zdrowego trybu życia oraz pokazanie najmłodszym, że aktywność nie musi być przykrym przymusem, a może wiązać się z prawdziwą frajdą. Skoro tradycyjne lekcje WF-u przestały zdawać egzamin, warto szukać nowych sposobów na zachęcenie dzieci i młodzieży do sportu, uwzględniając aktywności, które przynoszą im satysfakcję. Działania realizujemy dzięki dofinansowaniu z Ministerstwa Sportu i Turystyki z Programu “Mikro Granty”, którego operatorem jest Fundacja Orły Sportu. Docelowo chcemy rozszerzyć je na kolejne gminy wiejskie i objąć Programem “Bawimy się zdrowo i sportowo!” około 500 uczennic i uczniów.





# Młodość w duchu i w działaniu

**Rozmowy, śmiech, wymiana doświadczeń i wspólna zabawa – spotkanie integracyjne Klubów Seniora możemy zaliczyć do udanych. W Centrum Kultury Gminy Ełk w Stradunach spotkało się kilkadziesiąt osób z uczestnikami i uczestniczkami Klubów Seniora na czele. Podczas prawie trzygodzinnego wydarzenia nie zabrakło ciepłych słów, budujących historii i muzyki na żywo w wykonaniu Chóru Seniora Fundacji Wsparcia Nauki i Biznesu.**

Po raz pierwszy w historii naszej organizacji seniorki i seniorzy biorący udział w fundacyjnych aktywnościach spotkali się w tak dużym gronie. W wy-

darzeniu wzięły udział także zaproszone osoby, a wśród nich wiceminister rozwoju i technologii Olga Semeniuk-Patkowska, Joanna Jeleniewska, dyrektorka Departamentu Polityki Senioralnej MRiPS oraz członkini Zarządu Województwa Warmińsko-Mazurskiego Jolanta Piotrowska. Ich wizyta nie miała charakteru „pokazowego”. Działalność na rzecz osób w wieku 60+ to jeden z ważniejszych obszarów polityki społecznej na najbliższe lata. Starzejące się społeczeństwo wymusza wypracowanie systemowych rozwiązań, które zapewnią tej grupie wiekowej wsparcie i odpowiednią aktywność. Kluby Seniora to miejsca dobrych praktyk, a tymi warto

się dzielić. Jeszcze bardziej wskazane jest pokazywanie osobom z zewnątrz zmian, jakie zachodzą w najstarszej części społeczeństwa. Seniorki i seniorzy to już coraz częściej świadomi siebie – swoich ograniczeń, ale i możliwości – ludzie, którzy chcą czerpać z jesieni życia jak najwięcej.

Głównym celem spotkania w Stradunach była integracja trzech Klubów Seniora. Na przełamanie pierwszych lodów zaproponowaliśmy zawody w budowaniu najwyższej wieży z klocków konstrukcyjnych. Wspólnymi siłami powstawały fantazyjne baszty. Zadanie wyzwoliło w zebranych prawdziwego ducha rywalizacji, a było

—  
**“Seniorki i seniorzy to już coraz częściej świadomi siebie – swoich ograniczeń, ale i możliwości – ludzie, którzy chcą czerpać z jesieni życia jak najwięcej.”**

tym bardziej skomplikowane, że należało je wykonać w jak najkrótszym czasie. Po tych niecodziennych zawodach przyszedł czas na opowiadanie o doświadczeniach pracy z osobami starszymi, występy Chóru Seniora i życzenia.

Działalność na rzecz osób w wieku emerytalnym jest jednym z celów statutowych Fundacji Wsparcia Nauki i Biznesu. Aktywności, które im proponujemy są podyktowane zarówno potrzebami, którymi my dostrzegamy, jak i głosami płynącymi z lokalnych środowisk. Jednym z nich był właśnie głos byłej słuchaczki Mazurskiego Uniwersytetu Ludowego, która przekonała nas, że w Stradunach brakuje miejsca zrzeszającego osoby starsze. Niedługo potem na horyzoncie pojawił się konkurs Ministerstwa Rodziny i Polityki Społecznej, w którym szansę na dofinan-

sowanie miały inicjatywy pro-senioralne. Dzięki dotacji z Programu “Aktywni+” powołaliśmy do życia Kluby Seniora w Stradunach i Nowej Wsi Ełckiej – kolejne takie formacje po Klubie Seniora w Ełku, który działa od połowy 2021 roku. W sumie, we wszystkich seniorskich aktywnościach fundacji, uczestniczy około 100 osób. Naturalnym jest zatem, że pierwsze tak duże wspólne spotkanie było wydarzeniem niezwykle ważnym i pamiętnym! Duża sala Centrum Kultury Gminy Ełk w Stradunach pękała w szwach, a bycie razem generowało ogrom energii.

- *Trzeba być z ludźmi, między ludźmi i trzeba być aktywnym człowiekiem – po prostu. Wtedy życie jest przyjemniejsze, piękniejsze – powiedziała nam po wydarzeniu jedna z klubowiczek. A nam nie pozostaje nic więcej do dodania...*





# MUL OD KUCHNI



## W przededniu czegoś wielkiego... Są emocje, jest plan

Lada moment rozpocznie się kolejna edycja kursu Krajoznawcy Mazurskiego! Kursu, który sprawia, że daje o sobie znać podekscytowanie, a nasze umysły pochłania zupełnie inny świat. Ta edycja kursu też będzie inna. Po pierwsze wydłużona – bo potrwa dwa lata. Po drugie stanowić będzie zbiór naszych dotychczasowych, sprawdzonych warsztatów i tych całkiem nowych, które może-

my realizować dzięki nawiązaniu współpracy ze wspaniałymi ludźmi, mającymi Mazury w sercach i na ustach. Szkolenie jest skierowane do osób aktywnie działających w lokalnych środowiskach. Wiemy więc, że będą to prawdziwi zapaleńcy, którzy czekają na soczyste kawałki mazurskiej historii. Poprzeczka ustawiona jest wysoko. Czas zacząć wielkie odliczanie i dopiąć ostatni knafel...



**Kurs "Krajoznawca Mazurski" zrodził się z przekonania, że pełniejsza wiedza o specyfice województwa warmińsko-mazurskiego pozwoli jeszcze skuteczniej zachwycać przyjezdnych jego urokami.** Turystki i turyści szukają tu już nie tylko spokoju lasów i jezior, ale też tajemniczych, cennych historycznie miejsc. A tych z pewnością nie brakuje! Zamki, bunkry i piramida, jedna z nielicznych w Polsce, mogą skutecznie przyciągać osoby spragnione podróżniczych doznań. Nasze szandarowe szkolenie to nie tylko kompendium wiedzy o Mazurach, ale i nauka pracy przewodnickiej, animowania czasu wolnego dorosłych i dzieci czy promowania działań z obszaru turystyki i krajoznawstwa. Kurs obejmuje aż 260 godzin zajęć teoretycznych i praktycznych. Do tych drugich zaliczają się wycieczki po regionie, rajdy rowerowe i kajakowe spływy.



**Pierwszą edycję kursu Krajoznawcy Mazurskiego ukończyło 11 osób działających społecznie na rzecz Warmii i Mazur. Tym razem miejsc jest niemal trzykrotnie więcej, a co za tym idzie, region zyska 30 kolejnych osób przygotowanych do promowania jego walorów.** Program szkolenia został opracowany tak, by dostarczać rzetelnej wiedzy, ale także inspirować. Do współpracy zaprosiliśmy ludzi z wieloletnim doświadczeniem i niegasnącą pasją do Mazur. Pomogą oni uczestnikom i uczestniczkom zgłębiać m.in. mazurskie budownictwo i wzornictwo, gwarę i poezję. Pod ich okiem, a także przy wsparciu fundacji oraz Mazurskiego Uniwersytetu Ludowego powstaną również trzy unikatowe wydawnictwa – mazurski pieśniak, audiobook z mazurskim słuchowiskiem i przewodnik po wschodnich Mazurach, które pomogą w jeszcze większym stopniu propagować dziedzictwo północno-wschodnich obszarów Polski.



**Jak zatem, w jednym zdaniu, podsumować kurs Krajoznawcy Mazurskiego?** To jedyne w swoim rodzaju doświadczenie, które pozwala wejść do świata Mazur i stać się jego częścią.

*“Turystki i turyści szukają tu już nie tylko spokoju lasów i jezior, ale też tajemniczych, cennych historycznie miejsc.”*



*fol. Radek Nowacki*

**Buda Ruska 16 – ten adres letnią porą staje się miejscem spotkań ludzi świata literatury, muzyki, filmu. Miejscem, do którego ściągają setki osób nastawiających się na duchową ucztę. Jednego można być pewnym – Festiwal Literacki “Patrzac na Wschód” to jedyny taki festiwal w Polsce.**

Wokół tytułowego Wschodu krążą festiwalowe spotkania, warsztaty, prelekcje i spacer, muzyczne podróże. Twórcy festiwalu, Piotr Brysacz i Piotr Malczewski, wierzą, że natura odgrywa kluczową rolę w chłonięciu tak literatury, jak i sztuki w ogóle. Są festiwale literackie w Krakowie, Zakopanem czy Sopotcie, jest i ten, wyróżniający

się miejscem i niepowtarzalnym klimatem. Położona nad Czarną Hańczą Buda Ruska jest niczym mekka tych, które i którzy chcą połączyć się z naturą, oczyścić umysł i po prostu przeżywać to wszystko, czym wypełnione są festiwalowe dni. Program festiwalu został naszpikowany wydarzeniami od rana do nocy (dosłownie, bo o 21:00 każdego dnia miało miejsce nieformalne podsumowanie). Mimo to, lub może właśnie dzięki braku sztywnej atmosfery, nie było mowy o pośpiechu. W tej urokliwej wsi nad Czarną Hańczą życie toczy się w trybie slow, a każda chwila jest pieczołowicie celebrowana. Festiwal ma niepodrabialny klimat – klimat Wschodu.



**W tym roku, po raz drugi z kolei, nasza fundacja miała przyjemność być mecenasem tego wydarzenia. Była to jego 9. edycja. Organizatorzy już odliczają czas do jubileuszowej...**



Co roku harcerskie zastępy przyjmują kolejne młode osoby, chcące się rozwijać, pomagać innym i przeżywać niezapomniane przygody. Ruch harcerski na ziemiach polskich ma już ponad stuletnią tradycję. A całkiem nową tradycją jest Zlot Szlakiem Podlaskiej Brygady Kawalerii w Kowalewie, którego organizację wspieramy od początku.

Druga edycja tego wydarzenia miała miejsce na początku września. Uczestniczki i uczestnicy zlotu zdobywali harcerskie sprawności, brali udział w grach terenowych i ciekawych zajęciach. Nie brakowało nawiązań do historii Podlaskiej Brygady Kawalerii. Znalazł się

także czas na wieczorne spotkania przy ognisku i muzyce. Miejsce zlotu nie jest przypadkowe. Na początku września 1939 roku w okolicach Kowalewa Podlaska Brygada Kawalerii prowadziła rozpoznanie sił niemieckich. By upamiętnić te działania, w Kowalewie organizowane były rekonstrukcje historyczne. Od 2022 roku wieś jest też miejscem zlotu harcerskiej braci z Hufca ZHP Pisz oraz Chorągwi Warmińsko-Mazurskiej. To przede wszystkim spotkanie ze sobą, zacieśnianie więzi, ale też spotkanie z historią i kultywowanie wiedzy o wydarzeniach sprzed ponad osiemdziesięciu lat. W tym roku młodzież miała okazję wysłuchać lekcji i ga-

wędy o Podlaskiej Brygadzie Kawalerii. Całość dopełniły: gra terenowa "Uratuj rannego", warsztaty z robotyki oraz lekcje prowadzone przez kadetki i kadetów Centrum Edukacji Mundurowej w Ełku. Z przyjemnością dołożyliśmy swoją cegiełkę do tej inicjatywy, przekazując piskiemu hufcowi ZHP wsparcie rzeczowe. Organizatorom serdecznie gratulujemy przedsięwzięcia, które w przystępny sposób pokazuje młodym harcerkom i harcerzom kawałek regionalnej historii i istotę harcerstwa. Jak widać, idee skautowskiego ruchu jak przyciągały, tak i wciąż przyciągają kolejne żądne przygód i wyzwań osoby w tym pędzącym ku zmianom świecie.



# SENIORSKIM OKIEM



## Starsze panie w akcji. Czy wiek naprawdę ogranicza?

Zajęcia z samoobrony dla osób starszych? Czemu nie! Seniorki i seniorzy są "łatwym celem" ataków. Wystarczy chwila nieuwagi w autobusie czy na zakupach, by stracić rozeznanie w sytuacji i stać się ofiarą niebezpiecznego zdarzenia. W Klubach Seniora w Stradunach i Nowej Wsi Etckiej do akcji wkroczyły Wojska Obrony Terytorialnej. Nie było taryfy ulgowej. Uczestniczki zajęć otrzymały

solidną dawkę ruchu, ale i zdrowy pakiet ważnych informacji i porad, jak zachować się w przypadku konfrontacji. Bezpośrednia walka z napastnikiem to oczywiście ostateczność, ale niemniej – wiedzy nigdy za wiele. Ten mocny akcent w postaci kursu samoobrony to jednak nie wszystko, czym żyły Kluby Seniora przez ostatnie trzy miesiące. Było intensywnie, wszechstronnie i edukacyjnie.

**W lipcu Klub Seniora w Ełku odwiedził pszczelarz Krzysztof Zamojski, przed którym świat tych pożytecznych owadów nie ma tajemnic.** Seniorki poznały zasady życia społecznego pszczół, hierarchię w ulu, a nawet miały okazję z bliska przypatrzyć się królowej. Warsztaty osłodziła degustacja różnych rodzajów miodów, wytworzonych w pasiece prowadzącego. Uczestniczki zapoznały się z ich zastosowaniem i właściwościami. Warsztaty pszczelarskie to zawsze ciekawe i pouczające doświadczenie. Niezależnie od metryki, każda osoba wciągnie się w świat tych fascynujących owadów. Wystarczy wspomnieć, że pszczoły "pamiętają" czasy dinozaurów!



**Policyjne statystyki pokazują, że osoby starsze stanowią największy odsetek pokrzywdzonych w różnego rodzaju oszustwach.** Do najpopularniejszych należą metody "na wnuczka" i "na policjanta", których pokłosiem są setki tysięcy złotych utraconych rocznie z kont poszkodowanych. Jak ochronić osoby w wieku 60+ przed takimi sytuacjami? Przede wszystkim rozmawiając, tłumacząc, uwrażliwiając na podejrzane zachowania. Nie mniej ważne są akcje społeczne. W Stradunach i Nowej Wsi Ełckiej gościliśmy Agatę Kulikowską de Nałęcz z Komendy Powiatowej Policji w Ełku. Funkcjonariuszka mówiła o rodzajach oszustw i skali problemu. Nie zabrakło miejsca na zadawanie pytań i wymianę perspektyw. Bezpieczeństwo i świadomość to nierozłączna para.

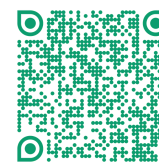


**Zbożowa panna wyróżniona w konkursie na najpiękniejszą dożynkową równiankę!** To efekt pracy Klubu Seniora w Stradunach. Panie przygotowały tradycyjną kompozycję ze zbóż i kwiatów, która została zaprezentowana podczas Dożynek Gminy Ełk w Rożyńsku. Czas święta plonów umilały też występy zespołów ludowych, wśród których zaprezentowała się Zielona Dąbrowa z seniorkami z Klubu Seniora w Nowej Wsi Ełckiej w składzie. Jesteśmy dumni, że nasze uczestniczki kultywują piękne tradycje polskiej wsi, pielęgnując także wspólnotę lokalnej społeczności.

***"Warsztaty pszczelarskie to zawsze ciekawe i pouczające doświadczenie."***



## Towarzyszcie nam w podróży



Czytaj w wersji online

**Ponad 70 stron z artykułami o urokach Warmii i Mazur, zapowiedziami najciekawszych wydarzeń w regionie, przepisami na tradycyjne dania i pomysłami na aktywny wypoczynek. Temu poświęcone zostało sierpniowe wydanie magazynu „W Podróż”, wydawanego na zlecenie PKP Intercity. Przeczytajcie w nim również o nas!**

„Z jednej strony edukacja, udzielanie wsparcia osobom znajdującym się na marginesie życia społecznego, ale też wszystkim, którzy potrzebują doraźnej, nawet niewielkiej pomocy. Z drugiej strony biznes – profesjonalne szkolenia, usługi turystyczne. Pośrodku nasz narodowy cud natury – Mazury.

Wszystko pod nazwą Fundacja Wsparcia Nauki i Biznesu” – to wstęp do artykułu Iwony Wójcik na temat naszych działań. Autorka zebrała szczegółowe informacje o misji fundacji, jej ofercie społecznej i komercyjnej. Opisała działalność na rzecz lokalnych społeczności: Program #WsparcieRodzin, Klub Seniora w Ełku, coroczną akcję bezpłatnego zwiedzania miasta. I, jak spuentowała, „wszystko po to, by być bliżej – tradycji, historii i mazurskiej przyrody”. Oddzielny akapit został dodatkowo poświęcony Mazurskiemu Uniwersytetowi Ludowemu. Autorka sięgnęła do jego tradycji i misji, nazywając mazurskość „tym, co ukorzenia”. Mało powiedziane,

że to dla nas ogromne wyróżnienie. Jesteśmy wdzięczni wszystkim, którzy towarzyszą nam w nieustannej podróży, jaką jest rozwój fundacji.

Sierpniowe wydanie magazynu „W Podróż” to Warmia i Mazury w pigułce z selekcją najpiękniejszych miejsc, zabytków, które trzeba uwzględnić na szlaku i unikalnych na skalę Polski atrakcji. Jest w nim też mowa o wyjątkowych projektach. W artykule „Wstuchaj się w ich głos” Monika Wierzbicka, przyjaciółka MUL-u, opowiada o płycie „Głos dawnych Mazurów”, a także o nowym, powstającym przy naszym wsparciu, wydawnictwie „DUSA”. Gorąco polecamy!



## FUNDACJA WSPARCIA NAUKI I BIZNESU

### O NAS

Działamy prężnie od 2018 roku. Jesteśmy organizacją pozarządową, która stawia na relacje z ludźmi. Pomagamy w nauce, rozwoju i poszerzaniu pasji. Prowadzimy dwie szkoły dla dorosłych. Organizujemy kursy, szkolenia otwarte i zamknięte, warsztaty tematyczne. Świadczymy usługi społeczne, w tym opiekuńcze, oraz specjalistyczne doradztwo. Wspieramy rozwój Ełku i regionu.



### NASZA MISJA

Pragniemy być blisko ludzi, ich problemów, potrzeb i marzeń. Angażujemy się w działania, które mają realny wpływ na integrację lokalnej społeczności. Wspieramy rodziny zagrożone wykluczeniem, w których żyją osoby bezrobotne, z niepełnosprawnościami, w podeszłym wieku. Zależy nam na budowaniu społeczeństwa równych szans. Wsłuchujemy się w głos płynący z otaczających nas wspólnot oraz środowisk i traktujemy go jako ważny element kształtowania naszych działań. Jesteśmy zorientowani na rozwój lokalnej przedsiębiorczości i ekonomii społecznej. Bliskie naszym sercom są także inicjatywy promujące dziedzictwo kulturowe Warmii i Mazur. Edukujemy, krzewimy warmińskie i mazurskie zwyczaje, tworzymy i odbudowujemy miejsca pamięci. Chronimy od zapomnienia. Do naszych celów zaliczamy też promocję turystyki i krajoznawstwa. Pokazujemy innym magię i wyjątkowość naszego regionu. Zараżamy pasją do odkrywania Warmii i Mazur.

*Śledź na bieżąco nasze działania:*



[www.facebook.pl/fundacjawnb](http://www.facebook.pl/fundacjawnb)



[www.instagram.com/fundacjawnb](http://www.instagram.com/fundacjawnb)

*Przyjdź i dowiedz się więcej:*

Fundacja Wsparcia Nauki i Biznesu

ul. J. H. Małeckich 3 lok. 2

19-300 Ełk

Godziny otwarcia: 08:00-16:00

nauka  
bezpłatna

# Policealna Szkoła Zawodowa

Dołącz do nas już dziś!



Zarezerwuj miejsce na wymarzonym kierunku:

[www.fundacjawnb.org.pl](http://www.fundacjawnb.org.pl)



FUNDACJA WSPARCIA  
NAUKI I BIZNESU