

Interreg



Spolufinancovaný
EURÓPSKOU ÚNIOU

Poľsko – Slovensko



INŠPIRÁCIE OD MLADÝCH ĽUDÍ INSPIRACJA OD MŁODYCH LUDZI

Príklady dobrej praxe z aktivít angažovaných
mladých ľudí v miestnych komunitách.
Inšpirujte sa ich nápadiami a aktivitami.

Przykłady dobrych praktyk z działań młodych ludzi
zaangażowanych w lokalnych społecznościach.
Zainspirujcie się ich pomysłami i działaniami.







ÚVOD WSTĘP

Do rúk sa vám dostáva publikácia, ktorej cieľom je motivovať mladých ľudí k väčšej angažovanosti a aktivite pre miestnu komunitu, kde žijú, pracujú, študujú, bývajú. Autormi inšpiratívnych aktivít a príbehov sú mladí ľudia zo Žilinského kraja a Slezského vojvodstva. Opísali svoje zážitkové aktivity, ktoré sami realizovali a spôsoby angažovanosti v miestnej komunite. Ich úmyslom bolo podeliť sa so svojimi skúsenosťami a motivovať aj ďalších mladých ľudí, aby sa nebáli, boli odvážni, nápadití a kreatívni pri svojom pôsobení v miestnej komunite. „Svet okolo nás sa zmení na príjemné miesto pre život aj cez tvoje nápady a tvoje aktivity.“

Tak sa inšpiruj !

Właśnie otrzymujesz publikację, która ma na celu zmotywowanie młodych ludzi do większego zaangażowania i aktywności w lokalnej społeczności, w której mieszkają, pracują, uczą się i żyją. Autorami inspirujących działań i historii są młodzi ludzie z regionu Żyliny i województwa śląskiego. Opisać oni swoje działania poprzez doświadczenia, które sami realizowali i sposoby angażowania się w społeczności lokalnej. Ich celem było podzielenie się swoimi doświadczeniami i zmotywowanie innych młodych ludzi do nieustraszonego, odważnego, pomysłowego i kreatywnego zaangażowania w lokalną społeczność. „Świat wokół nas zmienia się w przyjemne miejsce do życia dzięki twoim pomysłom i działaniom”. Zainspiruj się!

PRIESTOR, KDE DETI OBJAVUJÚ SVET VLASTNÝM TEMPOM

Montessori workshopy: priestor pre samostatné učenie sa.

V rámci našej aktivity sme vytvorili inšpiratívny priestor pre Montessori workshopy v Rodinnom centre. Cieľom bolo zabezpečiť deťom podnetné prostredie, kde môžu rozvíjať svoju samostatnosť, zodpovednosť a lásku k učeniu.

Vybavenie priestoru a príprava pomôcok.

Na úspešnú realizáciu aktivity sme zabezpečili vhodné vybavenie miestnosti, ktoré rešpektuje Montessori princípy – nízke poličky, prírodné materiály a didaktické pomôcky podporujúce praktické zručnosti. Pomôcky boli starostlivo vybrané tak, aby deti mohli objavovať svet vlastným tempom a podľa svojich záujmov.

Pozitívny dopad na komunitu.

Výsledkom aktivity nebol len plne funkčný priestor, ale aj uvedomenie si významu samostatného učenia. Deti získali možnosť rozvíjať sa vlastným tempom, rodičia objavili silu dôvery v schopnosti svojich detí a komunita sa spojila v myšlienke podpory prirodzeného učenia.

Táto aktivita je dôkazom toho, že správne pripravené prostredie dokáže poskytnúť deťom slobodu, ktorá ich motivuje k objavovaniu, experimentovaniu a rastu. Veríme, že tento priestor bude aj naďalej inšpirovať ďalšie generácie malých objaviteľov.



Ema

PRZESTRZEŃ, W KTÓREJ DZIECI ODKRYWAJĄ ŚWIAT WE WŁASNYM TEMPIE

Warsztaty Montessori: przestrzeń do samodzielnej nauki.

W ramach naszego działania wytworzyliśmy w Centrum Rodzinnym inspirującą przestrzeń dla warsztatów Montessori. Celem było zapewnienie stymulującego środowiska, w którym dzieci mogą rozwijać swoją niezależność, odpowiedzialność i zamiłowanie do nauki.

Wyposażenie pomieszczenia i przygotowanie pomocy dydaktycznych.

W celu pomyślnej realizacji zajęć zapewniliśmy odpowiednie wyposażenie sali, które respektuje zasady Montessori - niskie półki, naturalne materiały i pomoce dydaktyczne, które wspierają umiejętności praktyczne. Pomoce dydaktyczne zostały starannie dobrane, aby dzieci mogły odkrywać świat we własnym tempie i zgodnie ze swoimi zainteresowaniami.

Pozytywny wpływ na społeczność.

Działania te zaowocowały nie tylko w pełni funkcjonalną przestrzenią, ale także uświadomieniem sobie znaczenia niezależnego uczenia się. Dzieci mogły rozwijać się we własnym tempie, rodzice odkryli siłę wiary w umiejętności swoich dzieci, a społeczność zjednoczyła się wokół idei promowania naturalnego uczenia się.



To działanie jest dowodem na to, że dobrze przygotowane środowisko może dać dzieciom swobodę, która motywuje je do odkrywania, eksperymentowania i rozwoju. Mamy nadzieję, że ta przestrzeń będzie nadal inspirować kolejne pokolenie młodych odkrywców.

Ema



SPÁJAME MLADÝCH PRE SILNEJŠIU BUDÚCNOSŤ

Podpora rozvoja miestneho mládežníckeho hasičského spolku.

V rámci aktivity sme sa zamerali na posilnenie osobného stretávania sa mladých ľudí, ako aj na podporu rozvoja hasičského športu a miestneho hasičského spolku. Aktivita sa ukázala ako skvelá príležitosť na spoznávanie sa pre mladých hasičov. Tento jedinečný deň umožnil vytvorenie priestoru pre vzájomné zdieľanie skúseností, získavanie nových zručností, a zároveň posilnil tímového ducha medzi jednotlivými družstvami z desiatich obcí. Všetci účastníci, či už nováčikovia alebo skúsenejší hasiči, mali možnosť rozvíjať svoje technické a športové zručnosti, ktoré sú nevyhnutné pre úspech v hasičskom športe. Podujatie nebolo len o súťažení, ale aj o zábave, ktorá spojila mladých hasičov aj mimo športového výkonu.

Vďaka nadšeniu sa podarilo vytvoriť nové hasičské družstvo.

Prínosy tejto aktivity prekonalí naše očakávania. Nielenže sme získali nových členov, ale vytvorili sme aj nové hasičské družstvo, ktoré bude pokračovať v budovaní silného zázemia pre budúce generácie.

Naša aktivita prilákala viac ako 100 divákov, ktorí prišli podporiť mladých športovcov. Tieto stretnutia nie len motivujú našich mladých hasičov, ale zároveň zbližujú miestnu komunitu, ktorá je dôležitým pilierom pre úspech každého spolku.

Veríme, že táto iniciatíva prispeje k ďalšiemu rozvoju hasičského športu, posilneniu našich tradícií a k vytváraniu príležitostí pre mladých ľudí, ktorí sa chcú angažovať v tejto oblasti. Sme presvedčení, že táto iniciatíva je len začiatkom mnohých ďalších úspešných aktivít, ktoré prispejú k ďalšiemu rozvoju nášho miestneho mládežníckeho hasičského spolku a športu v našich obciach.

Nad'a



ŁĄCZYMY MŁODYCH LUDZI DLA SILNIEJSZEJ PRZYSZŁOŚCI

Wsparcie dla rozwoju lokalnego młodzieżowego stowarzyszenia strażaków.

W ramach działań skupiliśmy się na wzmacnianiu osobistych spotkań młodych ludzi, a także wspieraniu rozwoju sportu strażackiego i lokalnego stowarzyszenia strażaków. Zajęcia okazały się świetną okazją dla młodych strażaków do wzajemnego poznania się.

Ten wyjątkowy dzień pozwolił na wymianę doświadczeń, naukę nowych umiejętności i wzmocnienie ducha zespołowego wśród drużyn z dziesięciu społeczności. Wszyscy uczestnicy, zarówno początkujący, jak i bardziej doświadczeni strażacy, mieli okazję rozwinąć swoje umiejętności techniczne i sportowe, które są niezbędne do odniesienia sukcesu w sporcie pożarniczym. Wydarzenie było nie tylko rywalizacją, ale także dobrą zabawą, która połączyła młodych strażaków poza wynikami sportowymi.

Dzięki entuzjazmowi powstała nowa drużyna strażacka.

Korzyści z tej działalności przerosły nasze oczekiwania. Nie tylko zyskaliśmy nowych członków, ale także stworzyliśmy nową drużynę strażacką, która będzie nadal budować silne zaplecze dla przyszłych pokoleń.

Nasze działania przyciągnęły ponad 100 widzów, którzy przyszli wspierać młodych sportowców. Spotkania te nie tylko motywują naszych młodych strażaków, ale także zbliżają lokalną społeczność, co jest ważnym filarem sukcesu każdego stowarzyszenia.

Wierzymy, że ta inicjatywa przyczyni się do dalszego rozwoju sportu strażackiego, wzmacniając nasze tradycje i stwarzając możliwości dla młodych ludzi, którzy chcą zaangażować się w tę dziedzinę. Jesteśmy przekonani, że ta inicjatywa to dopiero początek wielu kolejnych udanych działań, które przyczynią się do dalszego rozwoju naszego lokalnego młodzieżowego stowarzyszenia strażackiego i sportu w naszych społecznościach.

Nadla



SPOLU V POHYBE: PODPORUJEME ZDRAVIE, PRIATEĽSTVO A SILNÚ KOMUNITU



Spoločne pre zdravie a komunitného ducha.

Mladí obyvatelia z našej obce mali možnosť zúčastniť jedinečného športového tábora, ktorý im priniesol nielen nezabudnuteľné zážitky, ale aj množstvo nových vedomostí a skúseností. Cieľom aktivity bolo organizovanie pravidelných športových podujatí, starostlivosť o športové areály, realizácia vzdelávacích workshopov a podpora komunitnej spolupráce.

Šport, vzdelávanie a komunitná práca ruka v ruke.

Tábor ponúkol širokú škálu aktivít, ktoré boli navrhnuté tak, aby oslovili každé dieťa a umožnili mu aktívne tráviť voľný čas. Pravidelné športové a pohybové aktivity prispeli k zlepšeniu fyzickej kondície účastníkov, podporili zdravý životný štýl a pomohli deťom objaviť radosť z pohybu.



Vzdelávacie workshopy rozšírili obzory mladých účastníkov v rôznych oblastiach. Deti sa dozvedeli viac o dôležitosti zdravého životného štýlu, správnej výživy či environmentálnej zodpovednosti. Tieto poznatky im pomohli vytvoriť si zdravé návyky, ktoré si môžu odniesť do každodenného života.

Okrem športových aktivít sa účastníci venovali aj zveľaďovaniu športovej infraštruktúry. Práve táto činnosť im umožnila cítiť sa súčasťou komunity a priamo sa podieľať na zlepšovaní prostredia, v ktorom trávili čas. Práca na obnove a údržbe ihrísk či športových areálov posilnila ich vzťah k miestu, kde žijú. Rôzne spoločenské podujatia a tímové hry poskytli priestor na budovanie vzťahov, podporili tímového ducha a učili deti spolupracovať. Tábor tak nebol len o športe a vzdelávaní, ale aj o vytváraní pevných väzieb a priateľstiev, ktoré môžu pretrvať aj po jeho skončení.

František

RAZEM W RUCHU: PROMOWANIE ZDROWIA, PRZYJAŹNI I SILNEJ SPOŁECZNOŚCI



Razem dla zdrowia i duszy społeczności.

Młodzież z naszej miejscowości miała okazję uczestniczyć w wyjątkowym obozie sportowym, który przyniósł im nie tylko niezapomniane wrażenia, ale także wiele nowej wiedzy i doświadczeń. Celem działania było organizowanie cyklicznych imprez sportowych, dbanie o boiska sportowe, prowadzenie warsztatów edukacyjnych oraz promowanie współpracy środowiskowej.

Sport, edukacja i praca społeczna idą w parze.

Obóz oferował szeroki wachlarz zajęć, które zostały zaprojektowane tak, aby zainteresować każde dziecko i umożliwić mu aktywne spędzanie wolnego czasu. Regularne zajęcia sportowe i ruchowe przyczyniły się do poprawy sprawności fizycznej uczestników, promowały zdrowy styl życia i pomogły dzieciom odkryć radość z ruchu.



Warsztaty edukacyjne poszerzyły horyzonty młodych uczestników w różnych dziedzinach. Dzieci dowiedziały się więcej o znaczeniu zdrowego stylu życia, dobrego odżywiania i odpowiedzialności za środowisko. Wiedza ta pomogła im rozwinąć zdrowe nawyki, które mogą wykorzystać w codziennym życiu.

Oprócz zajęć sportowych, uczestnicy skupili się również na poprawie infrastruktury sportowej. Ta aktywność pozwoliła im poczuć się częścią społeczności i bezpośrednio uczestniczyć w poprawie środowiska, w którym spędzali czas. Praca nad odnową i utrzymaniem placów zabaw lub boisk sportowych wzmocniła ich związek z miejscem, w którym mieszkają. Różne wydarzenia społeczne i gry zespołowe zapewniły wytworzenie przestrzeni dla budowania relacji, wspierały duszę zespołu i uczyły dzieci współpracy. Tak więc obóz był nie tylko o sporcie i edukacji, ale także o tworzeniu silnych więzi i przyjaźni, które mogą trwać nawet po zakończeniu obozu.

František

MIESTO, KDE RASTIEME SPOLU

Deti i mamičky nájdu v Rodinnom centre svoj program.

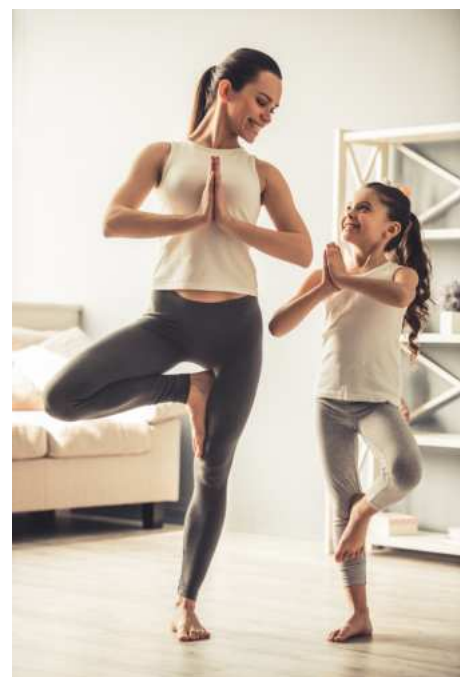
Rodinné centrum je miestom, kde môžu deti objavovať nové podnety, rozvíjať svoje schopnosti a učiť sa prostredníctvom rôznych hier a interakcií. Avšak v tomto procese sa nezriedka zabúda na rodičov, predovšetkým na mamičky, ktoré väčšinou sprevádzajú svoje deti. Pre mnohé z nich sa čakanie na ukončenie detskej aktivity môže stať monotónnym a nevyužitým časom.

Rozhodli sme sa preto vytvoriť priestor, ktorý pomôže mamičkám aktívne využiť čas strávený v Rodinnom centre. Hlavným cieľom bolo zariadenie miestnosti na cvičenie jogy, ktorá bude rodičom poskytovať možnosť venovať sa sebe, uvoľniť sa a posilniť svoje fyzické a duševné zdravie.

V rámci aktivity sa nám podarilo zariadiť samostatnú miestnosť v centre, ktorá bola prispôbená potrebám jogy – miestnosť bola doplnená o novú kobercovú plochu a potrebné pomôcky, a následne organizovať stretnutia pre mamičky s kvalifikovanú inštruktorku jogy, kým deti mali svoj program v centre.

Aktivita sa stretla s mimoriadne pozitívnymi ohlasmi. Mamičky ocenili, že namiesto pasívneho čakania môžu stráviť čas aktívne a urobiť niečo pre seba. Joga im poskytla nielen relax a pohyb, ale aj možnosť nadviazať nové priateľstvá a budovať komunitu. Zriadenie priestorov na cvičenie jogy nie je len riešením trávenia voľného času, ale aj dôležitým krokom k lepšej aklimatizácii rodičov v centre. Takto sa Rodinné centrum stáva nielen miestom pre deti, ale aj pre ich rodičov – priestorom, kde sa cítia prijatí, uvoľnení a súčasťou niečoho väčšieho.

Michaela



MIEJSCE, W KTÓRYM ROZWIJAMY SIĘ RAZEM

Deti i mamičky nájdu v Rodinnom centre svoj program.

Dzieci i matki znajdują swój własny program zajęć w Centrum Rodzinnym. Centrum Rodzinne to miejsce, w którym dzieci mogą odkrywać nowe bodźce, rozwijać swoje umiejętności i uczyć się poprzez różnorodne gry i interakcje. Jednak w tym procesie często zapomina się o rodzicach, zwłaszcza matkach, które zwykle towarzyszą swoim dzieciom. Dla wielu z nich oczekiwanie na zakończenie aktywności dziecka może stać się monotonnym i niewykorzystanym czasem.

Dlatego postanowiliśmy stworzyć przestrzeń, która pomoże matkom aktywnie wykorzystać czas spędzony w Centrum Rodzinnym. Głównym celem było stworzenie sali do jogi, która da rodzicom możliwość poświęcenia czasu dla siebie, zrelaksowania się i wzmocnienia zdrowia fizycznego i psychicznego.

W ramach działań udało się wygospodarować osobną salę w ośrodku, która została dostosowana do potrzeb jogi - sala została uzupełniona o nową wykładzinę i niezbędne narzędzia, a następnie zorganizować spotkania dla mam z wykwalifikowanym instruktorem jogi, podczas gdy dzieci miały swój program w ośrodku.

Działanie spotkało się z niezwykle pozytywnym odzewem. Matki doceniły fakt, że zamiast biernie czekać, mogą aktywnie spędzić czas i zrobić coś dla siebie. Joga zapewniła im nie tylko relaks i ćwiczenia, ale także możliwość nawiązania nowych znajomości i budowania wspólnoty.

Utworzenie przestrzeni do ćwiczeń jogi to nie tylko rozwiązanie na czas wolny, ale także ważny krok w kierunku lepszej aklimatyzacji rodziców w centrum. W ten sposób Centrum Rodzinne staje się nie tylko miejscem dla dzieci, ale także dla ich rodziców - przestrzenią, w której czują się akceptowani, zrelaksowani i częścią czegoś większego.

Michaela



SKÚSENOSTI, ZÁBAVA A INŠPIRÁCIA S NAJMENŠÍMI

Denné tábory pre najmenších: Príležitosť pre deti, rodičov aj animátorov.

V dnešnej dobe je pre rodičov čoraz dôležitejšie nájsť kvalitné a zmysluplné aktivity pre svoje deti, a to už od ranného veku. Preto sa v rodinnom centre Drobček podarilo vytvoriť jedinečné miesto na realizáciu denných táborov pre deti vo veku 3-7 rokov.

Priestory boli upravené a vybavené vhodným nábytkom, hracími kútikmi a pomôckami, ktoré podporujú hravé vzdelávanie a pohybové aktivity. Deti v ňom môžu bezpečne objavovať svet, rozvíjať svoju kreativitu a nadväzovať nové kamarátstva. Jednou z kľúčových myšlienok tejto aktivity bolo vytvoriť príležitosti pre začínajúcich animátorov. Mladí ľudia, ktorí majú záujem o prácu s deťmi, dostali možnosť získať praktické skúsenosti pod vedením odborných mentorov.

Budovanie komunitných vzťahov.

Okrem vzdelávania a zábavy mala aktivita aj dôležitý sociálny rozmer. Tábory sa stali miestom, kde sa stretávajú rodiny, deti aj animátori, čo podporuje budovanie pevných medziludských vzťahov a vytváranie silnej komunity. Vďaka týmto iniciatívam sa rodinné centrum Drobček stalo dôležitou súčasťou miestneho života, kde každý nájde svoje miesto a príležitosť na rast a rozvoj.



Aneta



DOŚWIADCZENIE, ROZRYWKA I INSPIRACJA DLA NAJMŁODSZYCH

Półkolonie dla dzieci: szansa dla dzieci, rodziców i animatorów.

W dzisiejszych czasach coraz ważniejsze dla rodziców jest znalezienie wysokiej jakości i znaczących zajęć dla swoich dzieci, począwszy od najmłodszych lat. Właśnie dlatego Centrum Rodzinne Drobček udało się stworzyć wyjątkowe miejsce do prowadzenia półkolonii dla dzieci w wieku 3-7 lat.

Pomieszczenia zostały przeprojektowane i wyposażone w odpowiednie meble, place zabaw i sprzęt, aby zachęcić do zabawy i aktywności ruchowej. Dzieci mogą bezpiecznie odkrywać świat, rozwijać swoją kreatywność i poznawać nowych przyjaciół. Jedną z kluczowych idei tego działania było stworzenie możliwości dla aspirujących animatorów. Młodzi ludzie zainteresowani pracą z dziećmi mieli możliwość zdobycia praktycznego doświadczenia pod okiem profesjonalnych mentorów.

Budowanie relacji ze społecznością.

Oprócz edukacji i zabawy, zajęcia miały ważny wymiar społeczny. Półkolonie stały się miejscem, w którym spotykają się rodziny, dzieci i animatorzy, wspierając silne relacje międzyludzkie i budując silną społeczność. Dzięki tym inicjatywom Centrum Rodzinne Drobček stało się ważną częścią lokalnego życia, w którym każdy znajduje miejsce i możliwość rozwoju.



Aneta



TVOR, VYJADRI SA, INŠPIRUJ: KREATIVITOU K SEBAREALIZÁCI

Zvýšenie kreativity a sebarealizácie mladých ľudí pomocou tvorivých aktivít.

V súčasnosti je dôležité, aby mladí ľudia mali priestor na sebarealizáciu, rozvíjanie svojich talentov a zapájanie sa do komunitných aktivít. Zoskupenie mladých ľudí pod názvom Team SNOV sa rozhodlo podporiť tieto aspekty organizovaním tvorivých dielní, ktoré nielenže priniesli nové zručnosti, ale zároveň zvýšili sebavedomie účastníkov a podporili ekologické myslenie.

Tvorivé dielne ako nástroj rozvoja

Tvorivé dielne organizované Teamom SNOV poskytli mladým ľuďom príležitosť rozvíjať svoje umelecké a remeselné schopnosti. Počas workshopov sa účastníci mohli zapojiť do rôznych aktivít, ako sú:

- 1/ Výroba šperkov – mladí ľudia sa naučili, ako vytvoriť originálne doplnky z recyklovaných materiálov.
- 2/ Maľovanie na plátno – podporilo ich výtvarnú tvorivosť a individuálny umelecký prejav.
- 3/ Maľovanie na tvár – zábavná a kreatívna aktivita, ktorá rozvíja precíznosť a estetické cítenie,
- 4/ Výroba tričiek – vlastnoručne zdobené textílie z ekologických materiálov prispeli k šíreniu udržateľného myslenia.
- 5/ Tvorba graffiti na steny – umožnila mladým vyjadriť svoje názory a emócie prostredníctvom pouličného umenia.

Všetky aktivity boli realizované s dôrazom na ekologický prístup. Použité materiály boli buď recyklované, alebo zakúpené s ohľadom na ich ekologickú stopu. Týmto spôsobom sa mladí ľudia učili, ako kreatívne využiť dostupné zdroje bez zbytočného plytvania.

Výsledky a prínosy aktivity

Vďaka týmto dielniam sa mladí ľudia nielen naučili nové techniky a získali praktické skúsenosti, ale tiež nadobudli väčšiu dôveru vo svoje schopnosti. Navyše sa vytvorila silná komunita kreatívnych jednotlivcov, ktorí majú záujem pokračovať v podobných aktivitách a podporovať ekologicky uvedomelý spôsob života. Mladí ľudia dostali príležitosť nielen tvoriť, ale aj formovať svoje okolie a šíriť pozitívne hodnoty v komunite.

Martina



TWÓRZ, WYRAŻAJ SIĘ, INSPIRUJ: KREATYWNOŚĆ DLA SIEBIE

Zwiększanie kreatywności i samorealizacji młodych ludzi poprzez działania twórcze.

W dzisiejszych czasach ważne jest, aby młodzi ludzie mieli przestrzeń do wyrażania siebie, rozwijania swoich talentów i angażowania się w działania społeczne. Grupa młodych ludzi o nazwie Team SNOV postanowiła wesprzeć te aspekty organizując warsztaty, które nie tylko przyniosły nowe umiejętności, ale także podniosły samoocenę uczestników i promowały ekologiczne myślenie.

Warsztaty jako narzędzie rozwoju.

Warsztaty twórcze zorganizowane przez Team SNOV dały młodym ludziom możliwość rozwijania swoich umiejętności artystycznych i rzemieślniczych. Podczas warsztatów uczestnicy mogli zaangażować się w różne działania, takie jak:

1/ Wyrabianie biżuterii - młodzi ludzie nauczyli się tworzyć oryginalne dodatki z materiałów pochodzących z recyklingu,

2/ Malowanie na płótnie - zachęcało do kreatywności i indywidualnej ekspresji artystycznej,

3/ Malowanie twarzy - zabawne i kreatywne zajęcie, które rozwija precyzję i wrażliwość estetyczną,

4/ Produkcja koszulek - samodzielnie zdobione tekstylia wykonane z ekologicznych materiałów przyczyniły się do rozpowszechnienia zrównoważonego myślenia,

5/ Tworzenie -graffiti na murach - pozwoliło młodym ludziom wyrazić swoje poglądy i emocje poprzez sztukę uliczną.

Wszystkie działania były realizowane z naciskiem na podejście ekologiczne. Użyte materiały pochodziły z recyklingu lub zostały zakupione z uwzględnieniem ich śladu ekologicznego. W ten sposób młodzi ludzie nauczyli się, jak kreatywnie wykorzystywać dostępne zasoby bez niepotrzebnego marnotrawstwa.

Wyniki i korzyści z działań.

Dzięki tym warsztatom młodzi ludzie nie tylko nauczyli się nowych technik i zdobyli praktyczne doświadczenie, ale także uzyskali większą wiarę w swoje możliwości. Ponadto powstała silna społeczność kreatywnych osób, które są zainteresowane kontynuowaniem podobnych działań i promowaniem świadomego ekologicznego stylu życia. Młodzi ludzie mieli okazję nie tylko tworzyć, ale także kształtować swoje otoczenie i szerzyć pozytywne wartości w społeczności.

Martina



AKO SME SPOJILI GENERÁCIE V OBCI



Spojenie generácií v obci: Tradičné pečenie a tímová spolupráca.

Združenie Team Snov sa podieľalo na jedinečnej aktivite, ktorá mala za cieľ prepojiť rôzne generácie v obci. Plán bol jednoduchý a krásny – babky z miestnej komunity mali deťom ukázať, ako sa pečú a varia tradičné jedlá priamo v klubovni.

Avšak, ako to už v živote býva, nie všetko išlo podľa plánu. Z rôznych dôvodov sa naše babky nemohli zúčastniť, čo nás trochu sklamalo, no nezlomilo. Naša reakcia bola okamžitá – vzali sme veci do vlastných rúk. Spolu s deťmi sme sa sami pustili do pečenia tradičných jedál, medzi ktorými dominovali langoše. Tieto chutné placky sú detskou srdcovkou a ich príprava sa stala skvelým spôsobom, ako spoločne stráviť čas.

Pri príprave jedál sme však čelili aj nečakaným organizačným výzvam. Pôvodne sme chceli byť v klubovni, ale zistili sme, že to nebude možné. Nemali sme na výber, museli sme sa presunúť do priestorov pod farou, kde sme pokračovali v práci. Tieto neplánované zmeny nás však neskolili, práve naopak, ukázali nám, že flexibilita a tímová práca sú kľúčom k úspechu.

Keďže sme napiekli viac langošov, než sme pôvodne plánovali, rozhodli sme sa s nimi rozdeliť. V tom čase práve prebiehalo nacvičovanie členov farského zboru, tak sme im priniesli naše čerstvo upečené dobroty.

Neočakávané zmeny nás učia väčšej flexibilita.

Celá akcia sa stala nezabudnuteľným zážitkom, ktorý nás naučil, že aj nečakané zmeny môžeme zvládnuť, keď sme ochotní fungovať. Tešíme sa na ďalšie podujatia, kde opäť spojíme tradičné remeslá, zábavu a radosť. Vďaka takýmto aktivitám získavame vzťahy medzi generáciami a ukazujeme, že môžeme vytvárať niečo krásne a hodnotné.



Bianka

JAK POŁĄCZYLIŚMY POKOLENIA W WIOSCE

Łączenie pokoleń w gminie: tradycyjne wypieki i praca zespołowa.



Stowarzyszenie Team Snov wzięło udział w wyjątkowym przedsięwzięciu, które miało na celu połączenie różnych pokoleń w wiosce. Plan był prosty i piękny - babcie z lokalnej społeczności miały pokazać dzieciom w klubie jak piec i gotować tradycyjne potrawy.

Jednak, jak to w życiu bywa, nie wszystko poszło zgodnie z planem. Z różnych powodów nasze babcie nie mogły się pojawić, co było nieco rozczarowujące, ale nas nie załamało. Nasza reakcja była natychmiastowa - wzięliśmy sprawy w swoje ręce. Wspólnie z dziećmi zabraliśmy się za samodzielne pieczenie tradycyjnych potraw, wśród których dominowały lągosze. Te smaczne placki to ulubione danie z dzieciństwa, a ich przygotowywanie stało się świetnym sposobem na wspólne spędzanie czasu.

Napotkaliśmy jednak również nieoczekiwane wyzwania organizacyjne związane z przygotowywaniem posiłków. Początkowo chcieliśmy być w klubie, ale okazało się, że nie będzie to możliwe. Nie mieliśmy innego wyjścia, jak przenieść się na teren pod plebanią, gdzie kontynuowaliśmy naszą pracę. Jednak te nieplanowane zmiany nie zdenerwowały nas, wręcz przeciwnie, pokazały nam, że elastyczność i praca zespołowa są kluczem do sukcesu.

Ponieważ upiekliśmy więcej langoszy niż pierwotnie planowaliśmy, postanowiliśmy się nimi podzielić. W tym czasie członkowie chóru parafialnego mieli próbę, więc przynieśliśmy im nasze świeżo upieczone smakołyki.

Nieoczekiwane zmiany uczą nas większej elastyczności.

Całe wydarzenie było niezapomnianym doświadczeniem, które nauczyło nas, że nawet nieoczekiwane zmiany mogą być zarządzane, jeśli jesteśmy gotowi do pracy. Z niecierpliwością czekamy na przyszłe wydarzenia, w których ponownie połączymy tradycyjne rzemiosło, zabawę i radość. Dzięki takim działaniom zyskujemy relacje międzypokoleniowe i pokazujemy, że możemy stworzyć coś pięknego i wartościowego.



Bianka

INOVATÍVNE VOĽNOČASOVÉ AKTIVITY PRE MLADÝCH

Kreatívne grafické techniky: Inovatívne voľnočasové aktivity.

Naša aktivita bola venovaná prezentácii grafických techník s cieľom ponúknuť mladým ľuďom inšpiráciu pre kreatívne voľnočasové aktivity. Zamerali sme sa na rôznorodosť techník a možnosti umeleckého vyjadrenia prostredníctvom grafiky. Neočakávaná zmena miesta konania pridala na dynamike aktivity. Plánovaný priestor na Nábřeží Oravskej priehrady bol kvôli búrke nepoužiteľný, preto sme operatívne presunuli workshop do Domu Kultúry v Námestove. Napriek počiatočným obavám sa ukázalo, že zmena lokality neodradila účastníkov, ale naopak, prilákala nových záujemcov z festivalu Tanečnô, ktorý práve prebiehal v Dome Kultúry.

Počas aktivity panovala výnimočná atmosféra plná spolupráce a nadšenia. Skúsenejší účastníci ochotne pomáhali začiatníkom, čo podporilo nielen ich tvorivosť, ale aj spoločenstvo a zdieľané učenie. Do workshopu sa zapojilo 22 mladých ľudí, ktorí si v rámci neho vytvorili originálne fotoalbumy zdobené grafickými technikami. Tento výsledok nebol len estetickým umeleckým dielom, ale aj funkčným predmetom plným osobných významov.

Aktivita ukázala, že kreatívne voľnočasové aktivity sú skvelým prostriedkom na rozvoj osobnosti, spoločenskej interakcie a umeleckého vyjadrenia. Podporovanie takýchto iniciatív je kľúčové pre tvorivý rast mladých ľudí, a preto sa tešíme na budúce podujatia, ktoré budú rovnako inšpiratívne.

Bianka



INNOWACYJNE ZAJĘCIA REKREACYJNE DLA MŁODYCH LUDZI

Kreatywne techniki graficzne: innowacyjne zajęcia rekreacyjne.

Nasza działalność była poświęcona prezentacji technik graficznych w celu zaoferowania młodym ludziom inspiracji do kreatywnego spędzania wolnego czasu. Skupiliśmy się na różnorodności technik i możliwościach ekspresji artystycznej poprzez grafikę.

Niespodziewana zmiana miejsca dodała rozmachu działaniom. Planowana przestrzeń na Wale Orawskiej Zapory nie nadawała się do użytku z powodu burzy, więc szybko przenieśliśmy warsztaty do Domu Kultury w Námesťovie. Mimo początkowych obaw okazało się, że zmiana lokalizacji nie zniechęciła uczestników, a wręcz przeciwnie, przyciągnęła nowe osoby z festiwalu Tanečnô, który odbywał się właśnie w Domu Kultury.

Podczas zajęć panowała wyjątkowa atmosfera pełna współpracy i entuzjazmu. Bardziej doświadczeni uczestnicy chętnie pomagali początkującym, co sprzyjało nie tylko ich kreatywności, ale także wspólnocie i wspólnej nauce. W warsztatach wzięło udział 22 młodych ludzi, którzy stworzyli oryginalne albumy fotograficzne zdobione technikami graficznymi. Rezultatem było nie tylko estetyczne dzieło sztuki, ale także funkcjonalny przedmiot pełen osobistej symboliki.

Zajęcia pokazały, że kreatywne spędzanie wolnego czasu to świetny sposób na rozwój osobowości, interakcji społecznych i ekspresji artystycznej. Zachęcanie do takich inicjatyw jest kluczem do kreatywnego rozwoju młodych ludzi i z niecierpliwością czekamy na przyszłe wydarzenia, które będą równie inspirujące.

Bianka



SPOLOČNE ZA KRAJŠIU PRÍRODU: MLADÍ MENIACI SVET OKOLO SEBA

Aktivita „Úprava potoku“: Mladí v akcii pre lepšie životné prostredie.

V našom meste sa vďaka iniciatíve mladých a podpore environmentálnych aktivít dočkalo zlepšenia estetického vzhľadu svojho prostredia. Aktivita „Úprava potoku“ bola zameraná na revitalizáciu zanedbaného úseku miestneho vodného toku, čo nielen pozitívne ovplyvnilo kvalitu života miestnych obyvateľov, ale aj posilnilo vzťah mladých k prírode.

Spoločná snaha pre krajšie prostredie.

Do aktivity sa zapojilo 19 mladých dobrovoľníkov, ktorí svojou prácou prispeli k zveľadeniu okolia potoka. Ich hlavnými úlohami boli brigády zamerané na odstránenie odpadkov, skvalitnenie brehov a vysádzanie nových rastlín. Veľkou výzvou, ktorej museli čeliť, bolo odstraňovanie inváznych rastlín, ktoré sú známe svojou odolnosťou a rýchlym šírením. Tento proces si vyžadoval systematickú prácu ale mladí dobrovoľníci sa s tým popasovali s obrovským nasadením a odhodlaním. Táto aktivita však nebola len o fyzickej práci. Jej dôležitou súčasťou bola aj environmentálna výchova, ktorá mladým ľuďom ukázala, aký vplyv majú ich aktivity na životné prostredie. Záujem o ochranu prírody sa v nich ešte viac prehĺbil a rozvinuli sa v nich praktické zručnosti ako práca v teréne, manipulácia s nástrojmi či efektívna spolupráca v tíme.

Prekvapenie v podobe nadšenia mladých ľudí.

Jedným z najväčších prekvapení aktivity bolo obrovské nadšenie mladých ľudí. Nielenže sa aktívne podieľali na fyzickej práci, ale taktiež prejavili hlboký záujem o environmentálne témy a diskutovali o možnostiach, ako udržiavať takéto iniciatívy dlhodobo.

Aktivita „Úprava potoku“ bola teda nielen o okamžitej zmene prostredia, ale aj o dlhodobej zmene v myslení mladých, ktorí si uvedomili, aký dôležitý je aktívny prístup k ochrane prírody.

Marek



RAZEM DLA PIĘKNIEJSZEJ NATURY: MŁODZI LUDZIE ZMIENIAJĄ OTACZAJĄCY ICH ŚWIAT

Działanie "Ulepszanie strumienia": młodzi ludzie w działaniu na rzecz lepszego środowiska.

W naszym mieście, dzięki inicjatywie młodzieży i wsparciu działań proekologicznych, udało się poprawić estetykę otoczenia. Działanie "Poprawa Strumienia" miało na celu rewitalizację zaniedbanego odcinka lokalnego ciek wodnego, co nie tylko pozytywnie wpłynęło na jakość życia okolicznych mieszkańców, ale także wzmocniło więź młodzieży z przyrodą.

Wspólna praca na rzecz piękniejszego środowiska.

W działaniu wzięło udział 19 młodych wolontariuszy, którzy swoją pracę przyczynili się do poprawy okolicy potoku. Do ich głównych zadań należało usuwanie śmieci, poprawa brzegów i sadzenie nowych roślin. Głównym wyzwaniem było usunięcie inwazyjnych roślin, które są znane ze swojej odporności i szybkiego rozprzestrzeniania się. Proces ten wymagał systematycznej pracy, ale młodzi wolontariusze poradzi sobie dzięki ogromnemu zaangażowaniu i determinacji. Działalność ta nie ograniczała się jednak tylko do pracy fizycznej. Ważnym elementem była również edukacja ekologiczna, pokazująca młodym ludziom wpływ ich działań na środowisko. Ich zainteresowanie ochroną przyrody zostało pogłębione i rozwinęli praktyczne umiejętności, takie jak praca w terenie, posługiwanie się narzędziami i efektywna praca w zespole.

Niespodzianka w postaci entuzjazmu młodych ludzi.

Jedną z największych niespodzianek był wielki entuzjazm młodych ludzi. Nie tylko aktywnie uczestniczyli w pracach fizycznych, ale także wykazywali głębokie zainteresowanie kwestiami środowiskowymi i dyskutowali o sposobach utrzymania takich inicjatyw w dłuższej perspektywie.

Działanie "Leczenie strumienia" miało zatem na celu nie tylko natychmiastową zmianę w środowisku, ale także długoterminową zmianę w sposobie myślenia młodych ludzi, którzy zdali sobie sprawę, jak ważne jest aktywne podejście do ochrony przyrody.

Marek



BATÔŽKOVÝ PLES SPOJIL RÔZNE GENERÁCIE



Kultúrna udalosť spájajúca rodiny.

S nadšením a odhodlaním sme v obci zorganizovali kultúrnu udalosť pre mladých a ich rodiny. Našou snahou bolo nielen priniesť nové kultúrne zážitky, ale aj posilniť vzťahy medzi mladými a ich rodinami. Tak vznikla myšlienka "Batôžkového plesu", ktorý sa stal priestorom pre spoznávanie, spoluprácu a radosť zo spoločných chvíľ.

Večer plný radosti a spojenia.

"Batôžkový ples" privítal približne 130 účastníkov, ktorí si priniesli vlastné pohostenie, čo prispelo k rodinnej a priateľskej atmosfére. Hudba, tanec a spoločné aktivity vytvorili nezabudnuteľný večer, ktorý spájaj generácie a upevnil komunitné putá. "Batôžkový ples" bol viac než len večer plný tanca a hudby – bol to krok k pevnejším vzťahom, lepšiemu porozumeniu a aktívnej komunitnej angažovanosti. Reakcie na ples boli mimoriadne pozitívne. Účastníci ocenili príjemnú atmosféru, možnosť spoločného stretnutia a kultúrneho vyžitia. Obec nám vyjadrila uznanie a zvýšila sa dôvera v naše schopnosti organizovať podobné podujatia v budúcnosti. Po tejto aktivite sme si všimli nárast záujmu mladých o zapojenie sa do spoločenského života obce. Podujatie im pomohlo nielen v integrácii do komunity, ale aj v budovaní vzťahov s rovesníkmi a staršími generáciami.



Osobný rast a organizačné schopnosti.

Organizácia takéhoto podujatia bola pre mňa nesmierne obohacujúca. Zlepšila som sa v komunikácii s obecnými predstaviteľmi a sponzormi, naučila sa efektívne hospodáriť s financiami a osvojila si proces tvorby a realizácie aktivít od začiatku až po koniec.

Anastázia

BAL PLECAKA POŁĄCZYŁ RÓŻNE POKOLENIA



Wydarzenie kulturalne łączące rodziny.

Z entuzjazmem i zaangażowaniem zorganizowaliśmy wydarzenie kulturalne w wiosce dla młodych ludzi i ich rodzin. Naszym celem było nie tylko dostarczenie nowych doświadczeń kulturalnych, ale także wzmocnienie relacji między młodymi ludźmi i ich rodzinami. W ten sposób powstał pomysł "Balu z plecakiem", który stał się przestrzenią do wzajemnego poznania się, wspólnej pracy i przyjemnego spędzania czasu.

Wieczór radości i więzi.

"Bal z plecakiem" powitał około 130 uczestników, którzy przynieśli własne smakołyki, co przyczyniło się do rodzinnej i przyjaznej atmosfery. Muzyka, taniec i wspólne zajęcia stworzyły niezapomniany wieczór, który połączył pokolenia i wzmocnił więzi społeczne. "Bal z plecakiem" był czymś więcej niż tylko wieczorem tańca i muzyki - był to krok w kierunku silniejszych relacji, lepszego zrozumienia i aktywnego zaangażowania społeczności. Reakcje na bal były niezwykle pozytywne. Uczestnicy docenili miłą atmosferę, możliwość wspólnego spotkania i zajęcia kulturalne. Społeczność wyraziła swoje uznanie i zwiększyła wiarę w naszą zdolność do organizowania podobnych wydarzeń w przyszłości.

Po tym wydarzeniu zauważyliśmy wzrost zainteresowania młodych ludzi angażowaniem się w życie społeczne społeczności. Wydarzenie pomogło im nie tylko zintegrować się ze społecznością, ale także budować relacje z rówieśnikami i starszymi pokoleniami.

Rozwój osobisty i umiejętności organizacyjne.

Organizacja takiego wydarzenia była dla mnie niezwykle satysfakcjonująca. Poprawiłem swoją komunikację z urzędnikami miejskimi i sponsorami, nauczyłem się efektywnie zarządzać finansami i opanowałem proces tworzenia i realizacji działań od początku do końca.



Anastazia

SPOLOČNE K SILNEJŠEJ KOMUNITE: PIKNIK, KTORÝ SPOJIL SRDCIA MIESTNYCH OBYVATEĽOV

Komunitný piknik.

„Komunitný piknik“, ktorý sa uskutočnil, mal za cieľ vzájomnú spoluprácu a budovanie silnej väzby medzi obyvateľmi miestnej komunity. Vytvoril priestor, ktorý ponúkol ľuďom z mesta a okolitých obcí možnosť stretnúť sa, socializovať a zapojiť sa do aktivít podporujúcich komunitný život.

Ideálnym miestom pre tento piknik bolo nábrežie Oravskej priehrady, ktoré ponúka príjemné a otvorené prostredie pre utužovanie vzťahov, zábavu a oddych pre všetky generácie – od detí, cez mladých ľudí až po starších návštevníkov.

Pestrá ponuka aktivít pre všetkých.

Pre deti boli pripravené rôzne hry a súťaže, ktoré ich nielen zabavili, ale aj naučili základným princípom tímovej spolupráce. Mladí ľudia sa zúčastnili športových súťaží, diskusií a tvorivých dielní, ktoré podporili ich záujem o kultúru, umenie a spoločenské témy. Pre rodičov a starších návštevníkov bol pripravený oddychový program, ktorý zahŕňal piknik s domácimi koláčmi, spoločenské hry a príležitosti na priateľské rozhovory, počas ktorých sa mohli navzájom lepšie spoznávať.

Do pikniku sme sa rozhodli zapojiť aj lokálnych farmárov. Dvaja z nich sa zúčastnili podujatia a ponúkli na ňom svoje výrobky, čím prispeli k rozvoju miestnej ekonomiky.

Veľký záujem ukázal potenciál komunity.

Celkový počet účastníkov - približne 100 ľudí, potvrdil silný záujem o tento druh aktivity. Ľudia z Námestova a širšieho okolia využili príležitosť stretnúť sa, spoznať nových ľudí a rozšíriť svoje obzory.

Komunitný piknik sa stal príkladom toho, ako miestne komunity môžu podporovať dôležité hodnoty ako spolupráca, vzájomná komunikácia a porozumenie. Okrem zábavy priniesol aj významný prínos v oblasti posilnenia vzťahov medzi obyvateľmi rôznych častí mesta a okolia. Taktiež ukázal, že komunitné aktivity sú kľúčové pre budovanie silných a zdravých vzťahov a prispievajú k lepšiemu životu v miestnej komunite.



RAZEM DLA SILNIEJSZEJ SPOŁECZNOŚCI: PIKNIK, KTÓRY ZJEDNOCZYŁ SERCA LOKALNYCH MIESZKAŃCÓW

Piknik społecznościowy.

"Piknik społecznościowy", który miał miejsce, miał na celu wzajemną współpracę i budowanie silnej więzi między mieszkańcami lokalnej społeczności. Stworzono przestrzeń, która oferowała ludziom z miasta i okolicznych wiosek możliwość spotkania się, nawiązania kontaktów towarzyskich i zaangażowania się w działania promujące życie społeczne.

Idealnym miejscem na ten piknik był wał zapory na Orawie, który oferuje przyjemne i otwarte środowisko do zacieśniania relacji, zabawy i relaksu dla wszystkich pokoleń - od dzieci, młodzieży po starszych gości.

Różnorodne zajęcia dla wszystkich.

Dla dzieci przygotowano różne gry i konkursy, które nie tylko je bawiły, ale także uczyły podstawowych zasad pracy zespołowej. Młodzi ludzie brali udział w zawodach sportowych, dyskusjach i warsztatach, które pobudzały ich zainteresowanie kulturą, sztuką i kwestiami społecznymi. Dla rodziców i starszych gości przygotowano program relaksacyjny, który obejmował piknik z domowymi ciastami, grami planszowymi i okazjami do przyjacielskich rozmów, podczas których mogli się lepiej poznać.

Postanowiliśmy również zaangażować w piknik lokalnych rolników. Dwóch z nich wzięło udział w wydarzeniu i zaoferowało swoje produkty, przyczyniając się tym samym do rozwoju lokalnej gospodarki.

Duże zainteresowanie pokazało potencjał społeczności.

Łączna liczba uczestników, około 100 osób, potwierdziła duże zainteresowanie tego rodzaju działalnością. Mieszkańcy Námestova i okolic skorzystali z okazji, aby się spotkać, poznać nowych ludzi i poszerzyć swoje horyzonty.

Piknik społecznościowy stał się przykładem tego, jak lokalne społeczności mogą promować ważne wartości, takie jak współpraca, komunikacja i zrozumienie. Oprócz dobrej zabawy, przyczynił się on również w znacznym stopniu do wzmocnienia relacji między mieszkańcami z różnych części miasta i okolic. Pokazał również, że działania społeczne są kluczem do budowania silnych i zdrowych relacji oraz przyczyniają się do lepszego życia w lokalnej społeczności.

Michal



OBJAV SVOJU KREATIVITU



Kreatívne popoludnie plné inšpirácie: Workshop knižnej väzby pre mladých.

Aktivita "Workshop knižnej väzby" mala za cieľ predstaviť techniky knižnej väzby a zároveň ponúknuť účastníkom alternatívu k tráveniu voľného času na sociálnych sieťach.

Workshop sa uskutočnil v príjemnom prostredí, kde si každý účastník mohol vytvoriť vlastný fotoalbum. Táto aktivita bola navrhnutá tak, aby bola prístupná aj pre tých, ktorí s knižnou väzbou nemali žiadne predchádzajúce skúsenosti. Cieľom aktivity bolo nielen predstaviť techniku knižnej väzby, ale aj ukázať, ako môže byť tvorba a kreatívna práca zmysluplným spôsobom trávenia voľného času.

Workshopu sa zúčastnilo 21 mladých ľudí, ktorí prišli z rôznych obcí. Okrem umeleckých zručností si účastníci odniesli aj pocit úspechu a zadostúčenenia, pretože každý si vytvoril jedinečný album, ktorý si mohol odnieť domov.

Z tejto aktivity si účastníci odniesli nielen krásny, ručne vyrábaný produkt, ale aj cenný zážitok z tvorby a spoločného času stráveného mimo digitálneho sveta.

Workshop knižnej väzby bol úspešným krokom k rozvoju kreatívneho a zmysluplného využívania voľného času a zároveň pomohol mladým ľuďom vytvoriť niečo pekné a hodnotné.

Marián

ODKRYJ SWOJĄ KREATYWNOŚĆ



Kreatywne popołudnie pełne inspiracji: warsztaty introligatorskie dla młodzieży.

"Warsztaty introligatorskie" miały na celu przybliżenie technik introligatorskich, a jednocześnie zaoferowanie uczestnikom alternatywy dla spędzania wolnego czasu na portalach społecznościowych.

Warsztaty odbyły się w przyjemnym otoczeniu, w którym każdy uczestnik mógł stworzyć własny album ze zdjęciami. Działanie to zostało zaprojektowane tak, aby było dostępne dla osób, które nie miały wcześniej doświadczenia z introligatorstwem. Celem zajęć było nie tylko zapoznanie z techniką introligatorską, ale także pokazanie, w jaki sposób tworzenie i kreatywna praca mogą być znaczącym sposobem spędzania wolnego czasu.

W warsztatach wzięło udział 21 młodych ludzi pochodzących z różnych wiosek. Oprócz umiejętności artystycznych, uczestnicy mieli również poczucie osiągnięcia i satysfakcji, ponieważ każdy z nich stworzył unikalny album, który mógł zabrać do domu.

Z zajęć uczestnicy wynieśli nie tylko piękny, ręcznie wykonany produkt, ale także cenne doświadczenie tworzenia i wspólnie spędzonego czasu poza cyfrowym światem. Warsztaty introligatorskie były udanym krokiem w kierunku kreatywnego i sensownego wykorzystania wolnego czasu, jednocześnie pomagając młodym ludziom stworzyć coś pięknego i wartościowego.

Marian

ZELEŇ, KTORÁ SPÁJA



Úprava a skrášenie okolia novovysadenej aleje pri Oravskej priehrade.

Na brehu Oravskej priehrady sme sa v rámci aktivity "Živý bazén" pustili do zveľaďovania a skrášľovania novovysadenej aleje. Cieľom bolo nielen zlepšiť estetický vzhľad prostredia, ale aj podporiť udržateľnosť a ochranu prírody v tejto lokalite. Okrem toho sme chceli zapojiť komunitu a povzbudiť mladých k aktívnej účasti na tvorbe a starostlivosti o verejné priestranstvá.

V rámci aktivity sme sa venovali týmto činnostiam:

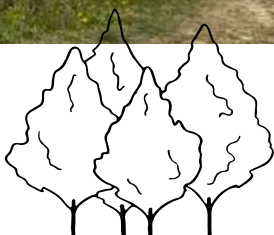
Výsadba kvetov – vytvorili sme pestrofarebné záhony, ktoré oživilí okolie aleje a prilákali nielen návštevníkov, ale aj motýle, včely a iné užitočné živočíchy.

Vytvorenie chodníkov – zabezpečili sme pohodlné a bezpečné prístupové cesty pre chodcov, ktoré im umožnili lepšie vychutnať si pohľad na Oravskú priehradu.

Údržba zelene – starali sme sa o vysadené kvety, kríky a stromy, aby si zachovali zdravý rast a dlhodobú životnosť. Celková plocha, ktorú sme upravili, mala približne 500 m².

Zapojenie komunity.

Do aktivity sa zapojilo 21 mladých dobrovoľníkov, ktorí svojou prácou prispeli k vylepšeniu verejnej plochy. Ich zánietenie a nasadenie ukázalo, že mladí ľudia majú chuť aktívne sa podieľať na ochrane a zveľaďovaní svojho okolia. Aktivita "Živý bazén" teda nebola len o vizuálnej zmene, ale aj o posilnení komunitných väzieb, zvyšovaní environmentálneho povedomia a budovaní udržateľného vzťahu k prírode.



Ignác

ZIELEŃ, KTÓRA ŁĄCZY



Kształtowanie krajobrazu i upiększanie otoczenia nowo zasadzonej alei przy zaporze na Orawie.

Na brzegu zapory na Orawie zaczęliśmy ulepszać i upiększać nowo zasadzoną aleję w ramach działania "Żywy basen". Celem była nie tylko poprawa estetyki otoczenia, ale także promowanie zrównoważonego rozwoju i ochrony przyrody na tym obszarze. Ponadto chcieliśmy zaangażować społeczność i zachęcić młodych ludzi do aktywnego udziału w tworzeniu i dbaniu o przestrzeń publiczną.

W ramach tego działania wykonaliśmy następujące czynności:

Sadzenie kwiatów - stworzyliśmy kolorowe kwietniki, które rozjaśniły otoczenie alei i przyciągnęły nie tylko odwiedzających, ale także motyle, pszczoły i inne pożyteczne zwierzęta.

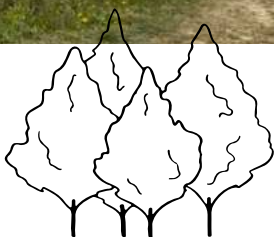
Stworzenie ścieżek dla pieszych - zapewniliśmy wygodne i bezpieczne ścieżki dostępu dla pieszych, co pozwoliło im lepiej cieszyć się widokiem zapory na Orawie.

Pielęgnacja zieleni - dbaliśmy o posadzone kwiaty, krzewy i drzewa, aby utrzymać zdrowy wzrost i długą żywotność. Całkowita powierzchnia, którą zagospodarowaliśmy, wyniosła około 500 m².



Zaangażowanie społeczności.

W akcji wzięło udział 21 młodych wolontariuszy, którzy przyczynili się do poprawy stanu przestrzeni publicznej. Ich poświęcenie i zaangażowanie pokazały, że młodzi ludzie chcą brać aktywny udział w ochronie i ulepszaniu swojego otoczenia. Działanie "Living Pool" dotyczyło zatem nie tylko zmian wizualnych, ale także wzmacniania więzi społecznych, podnoszenia świadomości ekologicznej i budowania trwałych relacji z naturą.



Ignác

KEĎ JEDEN VEČER SPOJÍ KOMUNITU A OTVORÍ DVERE NOVÝM PRÍLEŽITOSTIAM

Filmový večer ako impulz pre komunitný život mladých.

V snahe oživiť komunitný život mladých sa podarilo zrealizovať aktivitu s názvom Filmový večer, ktorá sa stala nielen kultúrnym podujatím, ale aj impulzom pre častejšie stretávanie mladých v obci.

Prvým krokom k realizácii bolo rokovanie s vedením obce o pridelení miestnosti – klubovne, ktorá sa stala centrom podobných aktivít. Po jej zabezpečení sa pristúpilo k vybaveniu priestoru potrebnou technikou – zakúpeniu dataprojektora, premietacieho plátna a drobného občerstvenia, aby atmosféra večera bola čo najpríjemnejšia.

Samotný filmový večer prekonal očakávania – mladí sa aktívne zapojili, vytvorila sa uvoľnená a priateľská atmosféra, ktorá podnietila diskusiu a spoločné plány do budúcnosti. Ukázalo sa, že stretnutia s rovesníkmi nemusia byť nudné a že komunitný priestor môže byť miestom pre pravidelné akcie. Najväčším prínosom tejto aktivity bolo zvýšenie záujmu o stretávanie sa v klubovni. Mladí občania si uvedomili, že majú priestor, kde sa môžu realizovať, rozprávať a spoločne tvoriť komunitu.

Táto aktivita nepriniesla prospech len komunite, ale aj samotnej organizátorke, ktorá nadobudla odvalu a motiváciu na realizáciu ďalších podobných iniciatív. Filmový večer tak nebol len jedným večerom pri filme, ale skutočným krokom k budovaniu silnejších komunitných vzťahov.

Bernadeta



KIEDY JEDEN WIECZÓR ŁĄCZY SPOŁECZNOŚĆ I OTWIERA DRZWI DO NOWYCH MOŻLIWOŚCI

Wieczór filmowy jako impuls dla życia społeczności młodzieżowej

Starając się ożywić życie społeczności młodych ludzi, zrealizowano działanie o nazwie Wieczór Filmowy, które stało się nie tylko wydarzeniem kulturalnym, ale także impulsem do częstszych spotkań młodych ludzi w miejscowości.

Pierwszym krokiem w kierunku realizacji było wynegocjowanie z administracją miejską wynajęcia pomieszczenia - świetlicy, która stała się centrum podobnych działań. Po jego zapewnieniu wynajmu przystąpiliśmy do wyposażania przestrzeni w niezbędną technologię - zakup projektora, ekranu projekcyjnego i drobnego poczęstunku, aby atmosfera wieczoru była jak najbardziej przyjemna.

Sam wieczór filmowy przerósł oczekiwania - młodzi ludzie byli aktywnie zaangażowani, tworząc swobodną i przyjazną atmosferę, która stymulowała dyskusję i wspólne plany na przyszłość. Pokazał, że spotkania z rówieśnikami nie muszą być nudne, a przestrzeń społeczna może być miejscem regularnych wydarzeń. Największą korzyścią z tego działania był wzrost zainteresowania spotkaniami w klubie. Młodzi obywatele zdali sobie sprawę, że mają przestrzeń, w której mogą się realizować, rozmawiać i wspólnie tworzyć społeczność.

To działanie przyniosło korzyści nie tylko społeczności, ale także samej organizatorce, która zyskała odwagę i motywację do realizacji innych podobnych inicjatyw. Tak więc noc filmowa nie była tylko jedną nocą w kinie, ale prawdziwym krokiem w kierunku budowania silniejszych relacji społecznych.



KEĎ TALENT SPÁJA A KOMUNITU OŽÍVA MELÓDIAMI

Hudobný klub ako priestor pre talent a komunitu.

Hudba má jedinečnú schopnosť spájať ľudí, budovať priateľstvá a prinášať radosť. Práve s touto myšlienkou vznikla v našej obci iniciatíva Hudobný klub, ktorej cieľom bolo podporiť hudobný talent mladých ľudí a vytvoriť priestor na spoločné muzicírovanie.

Začiatky plné nadšenia.

Prvý krok pri zakladaní Hudobného klubu predstavovalo prípravné stretnutie, kde sa diskutovalo o organizácii, potrebách a cieľoch tejto aktivity. Po dôkladnom plánovaní nasledoval nákup hudobných nástrojov a pomôcok, ktoré umožnili mladým hudobníkom rozvíjať ich talent. Táto investícia nebola len materiálnou podporou, ale aj symbolom dôvery v potenciál mládeže.

Prvé vystúpenie ako míľnik.

Jedným z prvých veľkých momentov Hudobného klubu bola Jasličková pobožnosť – podujatie, na ktorom mali mladí hudobníci možnosť verejne sa prezentovať. Ich vystúpenie obohatilo toto tradičné podujatie o nový rozmer a vytvorilo výnimočnú atmosféru. Tento úspech bol pre klub veľkou motiváciou a potvrdil význam tejto iniciatívy.

Pravidelné stretnutia a aktívna účasť.

Hudobný klub sa pravidelne stretáva vo farskej „spevární“, kde prebiehajú nácviky na rôzne príležitosti. Každý piatok sa jeho členovia aktívne zapájajú do svätej omše, kde využívajú zakúpené hudobné nástroje. Postupom času sa klub rozrastá a priťahuje ďalších mladých ľudí, ktorí hľadajú možnosť seberealizácie a trávenia času v príjemnom kolektíve.

Význam tejto aktivity ďaleko presahuje hudobné vystúpenia. Mladí ľudia získali priestor na seberealizáciu, komunitné podujatia ožili vďaka ich hudobným príspevkom a súčasne sa posilnili medzigeneračné vzťahy. Ukázalo sa, že hudba je nielen formou umeleckého prejavu, ale aj silným nástrojom na prepájanie ľudí v komunite. Hudobný klub sa stal miestom, kde mladí nachádzajú inšpiráciu, radosť a priateľstvá, čím prispieva k zdravému a aktívnemu spoločenskému životu obce.

Samuel



KIEDY TALENT SIĘ ŁĄCZY A SPOŁECZNOŚĆ OŻYWIA SIĘ MELODIAMI

Klub muzyczny jako przestrzeń dla talentów i społeczności.

Muzyka ma wyjątkową zdolność zbliżania ludzi, budowania przyjaźni i przynoszenia radości. Z tą myślą w naszej gminie powstał Klub Muzyczny, którego celem jest wspieranie talentów muzycznych młodych ludzi i tworzenie przestrzeni do wspólnego muzykowania.

Początki pełne entuzjazmu.

Pierwszym krokiem do założenia Klubu Muzycznego było spotkanie przygotowawcze w celu omówienia organizacji, potrzeb i celów tej działalności. Następnie starannie zaplanowano zakup instrumentów muzycznych i sprzętu, aby umożliwić młodym muzykom rozwijanie ich talentów. Inwestycja ta była nie tylko wsparciem materialnym, ale także symbolem wiary w potencjał młodzieży.

Pierwszy występ jako kamień milowy.

Jednym z pierwszych ważnych momentów działalności Klubu Muzycznego były Jasełka - wydarzenie, podczas którego młodzi muzycy mieli okazję zaprezentować się publicznie. Ich występ nadał nowy wymiar temu tradycyjnemu wydarzeniu i stworzył wyjątkową atmosferę. Sukces ten był wielką motywacją dla klubu i potwierdził znaczenie tej inicjatywy.

Regularne spotkania i aktywne uczestnictwo.

Klub muzyczny spotyka się regularnie w parafialnej "sali śpiewu", gdzie odbywają się próby na różne okazje. W każdy piątek jego członkowie aktywnie uczestniczą we Mszy Świętej, korzystając z zakupionych instrumentów muzycznych. Z biegiem czasu klub rozrósł się i przyciągnął innych młodych ludzi, którzy szukają okazji do samorealizacji i spędzenia czasu w miłym gronie.

Znaczenie tej działalności wykracza daleko poza występy muzyczne. Młodzi ludzie zyskali przestrzeń do samorealizacji, wydarzenia społeczne zostały ożywione dzięki ich muzycznemu wkładowi, a relacje międzypokoleniowe zostały wzmocnione w tym samym czasie. Muzyka okazała się nie tylko formą ekspresji artystycznej, ale także potężnym narzędziem łączenia ludzi w społeczności. Klub muzyczny stał się miejscem, w którym młodzi ludzie znajdują inspirację, radość i przyjaźnię, przyczyniając się do zdrowego i aktywnego życia społecznego w społeczności.

Samuel



FUTBALISTI SPOJILI SILY V KOMUNITE

Teambuilding futbalistov v miestnej komunite.

V našej obci sa uskutočnil teambuilding miestnych futbalistov, ktorý mal za cieľ posilniť tímového ducha a prehĺbiť vzťahy medzi hráčmi. Pätnásť členný tím absolvoval celodenný program plný aktivít, ktoré kombinovali regeneráciu, zábavu a vzájomnú spoluprácu.

Dôležitou súčasťou dňa boli relaxačné wellness aktivity, ktoré pomohli hráčom uvoľniť sa a zbaviť sa nahromadeného stresu. Tento pokojný úvod do programu vytvoril priestor na neformálne rozhovory a lepšie vzájomné spoznanie sa mimo futbalového ihriska.

Nasledovali tímové výzvy a hry, ktoré boli navrhnuté tak, aby podporili spoluprácu a efektívnu komunikáciu. Hráči sa rozdelili do menších skupín a spoločne riešili úlohy, ktoré preverili ich schopnosť pracovať v tíme. Okrem toho sa zapojili do netradičných športových súťaží, kde museli preukázať nielen svoje fyzické schopnosti, ale aj strategické myslenie.

Záver dňa patril neformálnemu posedeniu pri grilovačke. V príjemnej atmosfére mali hráči možnosť uvoľniť sa, vymeniť si dojmy a utvrdiť si priateľské väzby. Tento teambuilding mal veľmi pozitívny dopad na celý tím – zlepšila sa komunikácia, posilnila spolupráca a zvýšila sa motivácia hráčov. Futbalisti sú teraz lepšie pripravení na nadchádzajúce zápasy, nielen fyzicky, ale aj mentálne, a zároveň sú ako silný kolektív sú pripravení čeliť novým výzvam.

Patrik



PIŁKARZE ŁĄCZĄ SIŁY W SPOŁECZNOŚCI

Budowanie zespołu piłkarzy w lokalnej społeczności.

W naszej miejscowości odbył się teambuilding lokalnych piłkarzy, który miał na celu wzmocnienie ducha sportowego zespołu i pogłębienie relacji między zawodnikami. Piętnastu członków drużyny wzięło udział w całodniowym programie zajęć, które łączyły regenerację, zabawę i wzajemną współpracę.

Ważną częścią dnia były relaksujące zajęcia wellness, które pomogły zawodnikom odprężyć się i pozbyć nagromadzonego stresu. To relaksujące wprowadzenie do programu stworzyło przestrzeń do nieformalnych rozmów i lepszego poznania się poza boiskiem piłkarskim.

Następnie odbyły się wyzwania i gry zespołowe, które miały na celu zachęcenie do współpracy i skutecznej komunikacji. Gracze podzielili się na mniejsze grupy i wspólnie rozwiązywali wyzwania, które sprawdzały ich zdolność do pracy zespołowej. Ponadto wzięli udział w nietradycyjnych zawodach sportowych, w których musieli wykazać się nie tylko umiejętnościami fizycznymi, ale także strategicznym myśleniem.

Koniec dnia należał do nieformalnego grilla. W miłej atmosferze zawodnicy mieli okazję zrelaksować się, wymienić wrażeniami i zacieśnić więzy przyjaźni. Ten teambuilding miał bardzo pozytywny wpływ na całą drużynę - poprawiła się komunikacja, wzmocniła współpraca i wzrosła motywacja zawodników. Piłkarze są teraz lepiej przygotowani do nadchodzących meczów, nie tylko fizycznie, ale także mentalnie, a jednocześnie jako silny kolektyw są gotowi stawić czoła nowym wyzwaniom.

Patrik



BASKETBAL SPÁJA KOMUNITU

Cesta basketbalu k regionálnej lige.

V našej obci sa počas Dní mesta a športu uskutočnila aktivita, ktorá obyvateľom mesta priblížila basketbal. Hlavným cieľom podujatia bolo poskytnúť účastníkom možnosť získať nové skúsenosti v základoch basketbalu a rôznych pohybových aktivitách. Program bol navrhnutý tak, aby hrovou a interaktívnou formou pomohol rozvíjať športové schopnosti, koordináciu a fyzickú kondíciu účastníkov. Basketbal ako cesta k aktívnemu životnému štýlu

Počas aktivity sa účastníci naučili správne techniky driblingu, prihrávok a strelby, ktoré im pomohli zlepšiť basketbalové zručnosti. Okrem toho boli zahrnuté aj pohybové, silové a koordinačné cvičenia, ktoré podporili ich celkovú fyzickú kondíciu. Pravidelná účasť na takýchto aktivitách vedie k zdravému životnému štýlu a povzbudzuje mladých k aktívnemu pohybu.

Rozvoj sociálnych zručností prostredníctvom športu.

Basketbal nie je len o individuálnych schopnostiach, ale aj o spolupráci a komunikácii v tíme. Počas aktivity boli účastníci rozdelení do skupín, kde sa učili vzájomnej podpore, spolupráci a efektívnej komunikácii. Tieto sociálne zručnosti sú neoceniteľné nielen v športe, ale aj v každodennom živote.

Budovanie cesty k regionálnej lige.

Podujatie nielen vzbudilo záujem o basketbal, ale aj položilo základy pre vytvorenie možného regionálneho basketbalového tímu. Rastúci záujem o tento šport otvára možnosti pre založenie pravidelných tréningov a súťažných zápasov, ktoré by mohli byť prvým krokom k vytvoreniu regionálnej ligy.

Pozitívny vplyv na komunitu.

Aktivita ukázala, že šport má silu spájať ľudí a budovať komunitu. Podporou mladých talentov a ponukou kvalitných športových aktivít sa vytvára priestor pre zdravšiu a aktívnejšiu spoločnosť. Takéto iniciatívy sú dôležité nielen pre rozvoj jednotlivcov, ale aj pre prosperitu celého mesta. Toto podujatie bolo dôkazom toho, že basketbal môže byť skvelým nástrojom na podporu športovej aktivity a sociálneho rozvoja. Jeho cesta k regionálnej lige je možnosťou, ktorá môže obohatiť nielen športovú scénu, ale aj životy mnohých mladých ľudí.



Martin

KOSZYKÓWKA ŁĄCZY SPOŁECZNOŚĆ

Droga koszykówki do ligi regionalnej.

W naszej miejscowości podczas Dni Miasta i Sportu odbyły się zajęcia mające na celu przybliżenie koszykówki mieszkańcom miasta. Głównym celem wydarzenia było umożliwienie uczestnikom zdobycia nowych doświadczeń w zakresie podstaw koszykówki i różnych aktywności fizycznych. Program został zaprojektowany tak, aby w zabawny i interaktywny sposób rozwijać umiejętności sportowe, koordynację i sprawność fizyczną uczestników.

Koszykówka jako droga do aktywnego stylu życia.

Podczas zajęć uczestnicy nauczyli się prawidłowego dryblingu, podań i technik strzeleckich, które pomogły im poprawić umiejętności gry w koszykówkę. Ponadto, zajęcia obejmowały również ćwiczenia ruchowe, siłowe i koordynacyjne, aby promować ich ogólną sprawność fizyczną. Regularne uczestnictwo w takich zajęciach prowadzi do zdrowego stylu życia i zachęca młodzież do aktywności.

Rozwijanie umiejętności społecznych poprzez sport.

Koszykówka to nie tylko indywidualne umiejętności, ale także praca zespołowa i komunikacja. Podczas zajęć uczestnicy zostali podzieleni na grupy, w których uczyli się, jak wspierać się nawzajem, współpracować i skutecznie komunikować. Te umiejętności społeczne są nieocenione nie tylko w sporcie, ale także w życiu codziennym.

Budowanie drogi do ligi regionalnej.

Wydarzenie to nie tylko wzbudziło zainteresowanie koszykówką, ale także położyło podwaliny pod utworzenie ewentualnej regionalnej drużyny koszykówki. Rosnące zainteresowanie tym sportem otwiera możliwości ustanowienia regularnych treningów i rozgrywek, co może być pierwszym krokiem w kierunku utworzenia ligi regionalnej.

Pozytywny wpływ na społeczność.

Działanie to pokazało, że sport ma moc łączenia ludzi i budowania społeczności. Wspierając młode talenty i oferując wysokiej jakości zajęcia sportowe, tworzy się przestrzeń dla zdrowszego i bardziej aktywnego społeczeństwa. Takie inicjatywy są ważne nie tylko dla rozwoju jednostek, ale także dla dobrobytu całego miasta. To wydarzenie było dowodem na to, że koszykówka może być doskonałym narzędziem do promowania aktywności sportowej i rozwoju społecznego. Jej podróż w kierunku ligi regionalnej jest szansą, która może wzbogacić nie tylko scenę sportową, ale także życie wielu młodych ludzi.

Martin



HRY, ZÁBAVA, KOMUNITA: VEČER, KTORÝ SPOJIL MLADÝCH

Večer spoločenských hier: Budovanie komunity mladých.

S cieľom podporiť vzájomnú komunikáciu a spoluprácu mladých ľudí sa podarilo zorganizovať aktivitu Večer spoločenských hier. Táto udalosť vytvorila priestor na zábavu, socializáciu a posilnenie vzťahov medzi mladými v obci.

Prípravy a organizácia.

Príprava aktivity začala rokovaním s vedením obce o poskytnutí vhodnej miestnosti pre spoločné stretnutia. Po úspešnej dohode nasledoval nákup spoločenských hier, pričom dôraz bol kladený na výber ekologicky priateľských variantov bez nadmerného plastového obalu. Organizátori chceli zabezpečiť, aby bol večer nielen zábavný, ale aj udržateľný.

Atmosféra a priebeh večera.

Samotný večer sa niesol v priateľskej atmosfére, kde sa mladí mohli nielen zabaviť pri rôznych hrách, ale sa aj lepšie spoznať a rozvíjať svoje komunikačné schopnosti. Aktivita ukázala, že mladí majú veľký záujem o neformálne stretávanie sa a spoločné trávenie voľného času. Navyše, priniesla množstvo nových nápadov na ďalšie podujatia, čím sa stal tento večer impulzom k pravidelným komunitným aktivitám.

Prínosy a skúsenosti.

Organizátorka sa počas tejto aktivity naučila efektívnejšie pracovať s ľuďmi, koordinovať ich a vytvárať pravidlá pre hladký priebeh podobných akcií. Pozitívnym prekvapením bola aktívna účasť mládeže a ochota zapojiť sa do niečoho nového. Zároveň sa ukázala vynikajúca spolupráca s vedením obce, ktoré vyjadriло podporu podobným iniciatívam aj do budúcnosti.

Krok k trvalej komunite.

Večer spoločenských hier tak nebol len jednorazovou udalosťou, ale krokom k trvalému prehĺbovaniu komunitných vzťahov. Mladí získali motiváciu organizovať ďalšie stretnutia, vďaka čomu sa z klubovne stal dôležitý priestor na ich aktívne zapájanie sa do života obce. Tento večer ukázal, že keď mladí dostanú priestor a podporu, dokážu vytvoriť hodnotné aktivity, ktoré posilňujú ich komunitu a rozvíjajú ich sociálne schopnosti.

Aneta



GRY, ZABAWA, SPOŁECZNOŚĆ: WIECZÓR, KTÓRY POŁĄCZYŁ MŁODYCH LUDZI

Wieczór gier planszowych: budowanie społeczności młodych ludzi.

W celu promowania komunikacji i współpracy między młodymi ludźmi zorganizowano wieczór gier towarzyskich. Wydarzenie to stworzyło przestrzeń do zabawy, spotkań towarzyskich i wzmacniania relacji między młodymi ludźmi w wiosce.

Przygotowania i organizacja.

Przygotowanie działania rozpoczęło się od negocjacji z gminą w celu zapewnienia odpowiedniego pomieszczenia do wspólnych spotkań. Po udanym porozumieniu nastąpił zakup gier planszowych, z naciskiem na wybór opcji przyjaznych dla środowiska, bez nadmiernej ilości plastikowych opakowań. Organizatorzy chcieli, aby wieczór był nie tylko zabawny, ale także zrównoważony.

Atmosfera i przebieg wieczoru.

Sam wieczór odbył się w przyjaznej atmosferze, gdzie młodzi ludzie mogli nie tylko dobrze się bawić przy różnych grach, ale także lepiej się poznać i rozwinąć swoje umiejętności komunikacyjne. Działanie to pokazało, że młodzi ludzie są bardzo zainteresowani nieformalnymi spotkaniami i wspólnym spędzaniem wolnego czasu. Co więcej, przyniosło wiele nowych pomysłów na przyszłe wydarzenia, co sprawiło, że wieczór stał się bodźcem do regularnych działań społeczności.

Korzyści i doświadczenie.

Podczas tego działania organizator nauczył się, jak efektywniej pracować z ludźmi, koordynować ich i tworzyć zasady sprawnego przeprowadzania podobnych wydarzeń. Pozytywnym zaskoczeniem był aktywny udział młodzieży i ich chęć zaangażowania się w coś nowego. Jednocześnie świetnie układała się współpraca z władzami miasta, które wyraziły swoje poparcie dla podobnych inicjatyw w przyszłości.

Krok w kierunku zrównoważonej społeczności.

Wieczór gier planszowych nie był tylko jednorazowym wydarzeniem, ale krokiem w kierunku trwałego pogłębienia relacji społecznych. Młodzi ludzie zostali zmotywowani do organizowania kolejnych spotkań, dzięki czemu klub stał się ważną przestrzenią ich aktywnego zaangażowania w życie społeczności. Ten wieczór pokazał, że kiedy młodzież ma przestrzeń i wsparcie, może tworzyć wartościowe działania, które wzmacniają ich społeczność i rozwijają ich umiejętności społeczne.

Aneta



MOSTY MEDZI GENERÁCIAMI

Podpora komunitného života: Mladí tvoria pre seniorov.

V snahe vytvoriť vhodný priestor pre stretávanie sa mladých ľudí v obci a podporiť medzigeneračný dialóg vznikla iniciatíva, ktorá priniesla pozitívne zmeny nielen pre mladú generáciu, ale aj pre seniorov v domove dôchodcov. Aktivity boli zamerané na zlepšenie podmienok komunitného priestoru, ako aj na rozvoj tvorivosti a empatie. Prvým krokom pri realizácii bolo zakúpenie a montáž regálov, ktoré rozšírili skladové možnosti miestnosti využívané mladými ľuďmi. Napriek nečakaným komplikáciám s platobnou kartou sa podarilo regály zabezpečiť v spolupráci s organizáciou Jasienka. Po ich inštalácii sa priestor stal organizovanejším a pripraveným na ďalšie komunitné podujatia.

Dojatí seniori i mladí.

Druhou fázou iniciatívy bol nákup čistiacich a kancelárskych potrieb, ktoré boli využité pri tvorivých dielnach s deťmi. Počas týchto dielní sa mladí venovali výrobe drobných darčiekov pre seniorov. Práve táto časť sa stala najemotívnejšou časťou našej aktivity. Reakcie seniorov, ich radosť a dojatie boli pre organizátorov silným impulzom pokračovať v podobných aktivitách aj do budúcnosti.

Realizácia tejto iniciatívy priniesla viacero pozitívnych zmien. Výrazne sa zlepšili podmienky pre stretávanie mladých, vzrástol záujem o komunitný priestor a do činnosti sa zapojili noví členovia. Organizátori získali cenné skúsenosti v oblasti tímovej práce, organizácie a riešenia nečakaných situácií.

Dôraz sa kládol aj na environmentálnu udržateľnosť – počas tvorivých dielní sa dbalo na triedenie papiera a minimalizáciu plastového odpadu. Odozva zo strany vedenia obce, organizácie i rodín bola veľmi pozitívna, čo potvrdilo dôležitosť takýchto iniciatív pre komunitný život.

Táto aktivita ukázala, že spoločnou snahou sa dá vytvoriť lepšie prostredie pre stretávanie rôznych generácií, podporiť vzájomné porozumenie a vytvoriť hodnotné vzťahy medzi ľuďmi.

Šarlota



MOSTY MIĘDZY POKOLENIAMI

Promowanie życia społecznego: Młodzi ludzie tworzą dla seniorów.

Starając się stworzyć odpowiednią przestrzeń dla młodych ludzi do spotkań w wiosce i promowania dialogu międzypokoleniowego, powstała inicjatywa, która przyniosła pozytywne zmiany nie tylko dla młodego pokolenia, ale także dla seniorów przebywających w domu opieki. Działania miały na celu poprawę warunków przestrzeni społecznej, a także rozwijanie kreatywności i empatii.

Pierwszym krokiem w realizacji projektu był zakup i montaż regałów, które zwiększyły możliwości przechowywania w pomieszczeniu używanym przez młodzież. Pomimo nieoczekiwanych komplikacji z kartą płatniczą, regały zostały zabezpieczone we współpracy z organizacją Jasienka. Po zainstalowaniu regałów przestrzeń stała się bardziej uporządkowana i przygotowana do kolejnych wydarzeń społecznych.

Poruszeni seniorzy i młodzi.

Drugim etapem inicjatywy był zakup środków czystości i materiałów biurowych, które zostały wykorzystane podczas kreatywnych warsztatów z dziećmi. Podczas tych warsztatów młodzież pracowała nad wykonaniem drobnych upominków dla osób starszych. To właśnie ta część stała się najbardziej motywującą częścią naszej działalności. Reakcje seniorów, ich radość i wzruszenie były dla organizatorów silnym impulsem do kontynuowania podobnych działań w przyszłości.

Realizacja tej inicjatywy przyniosła szereg pozytywnych zmian. Warunki do spotkań młodych ludzi znacznie się poprawiły, wzrosło zainteresowanie przestrzenią społeczną, a do działań dołączyli nowi członkowie. Organizatorzy zdobyli cenne doświadczenie w pracy zespołowej, organizacji i radzeniu sobie z nieoczekiwanymi sytuacjami.

Położono również nacisk na zrównoważony rozwój środowiska - podczas warsztatów zadbano o sortowanie papieru i zminimalizowanie ilości odpadów z tworzyw sztucznych. Reakcja władz miasta, organizacji i rodzin była bardzo pozytywna, potwierdzając znaczenie takich inicjatyw dla życia społeczności.

Działanie to pokazało, że wspólne wysiłki mogą stworzyć lepsze środowisko dla spotkań różnych pokoleń, sprzyjać wzajemnemu zrozumieniu i tworzyć wartościowe relacje między ludźmi.

Sarłota



AKO MLADÍ A SENIORI BÚRAJÚ STEREOTYPY

Prekonávanie generačných stereotypov: Ako mladí a seniori vytvorili silné väzby. Spoločnosť sa často pozerá na starších ľudí ako na tých, ktorí sú vylúčení zo spoločenského života, nedokážu sa zabávať alebo čelia digitálnemu vylúčeniu. Na druhej strane mladí ľudia počujú, že sú príliš mladí na to, aby v sociálnych otázkach niečo zmenili, a že potrebujú neustály dohľad dospelých. Tento pohľad sa však dá zmeniť – dôkazom je náš medzigeneračný projekt.

Budovanie mostov medzi generáciami.

Mladí ľudia vo veku 14-22 rokov sa spojili so seniormi nad 60 rokov, aby spoločne prekonali predsudky a vytvorili jedinečné puto. Tento projekt nebol len o výmene vedomostí, ale predovšetkým o vzájomnom pochopení a rešpekte.

Seniori nás naučili háčkovať – trpezlivo nám ukazovali vzory, opravovali chyby a popri tom rozprávali príbehy zo svojho života. Vďaka nim sme sa naučili nielen nové zručnosti, ale hlavne sme spomalili. V dnešnej dobe plnej zhonu a neustáleho online pripojenia bolo osviežujúce ponoriť sa do manuálnej práce a zažiť okamihy ticha a sústredenia.

Na oplátku sme seniorom pomohli orientovať sa v digitálnom svete. Spoločne sme vytvorili instagramový účet @mlodziimlodzi, kde sme dokumentovali naše stretnutia, zdieľali tipy na ručné práce aj digitálne triky. Seniori objavili svet sociálnych médií a podľa ich slov sme ich omladili – nielen fyzicky, ale aj mentálne.

Párty v retro štýle.

Ako vyvrcholenie našej spolupráce sme zorganizovali súkromnú párty v štýle PRL (Poľská ľudová republika). Bolo to nostalgické, zábavné a najmä to spojilo dva zdanlivo odlišné svety. Spoločne sme tancovali, spievali a smiali sa – akoby medzi nami nebol žiadny vekový rozdiel.

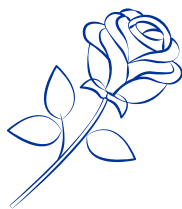
Prekonanie stereotypov.

Tento projekt nám ukázal, že mladí a starí si rozumejú viac, než by sa zdalo.

Stereotyp, že si nevieme nájsť spoločnú reč, sme zmenili na krásne priateľstvá. Mladí sa cítili dôležití, pretože ich názory a nápady mali váhu a seniori boli uznaní za svoju múdrosť a skúsenosti.

Je čas prestať vnímať vek ako bariéru. Seniori majú čo ponúknuť a mladí majú silu konať. Spájajme generácie, uznajme starších a umožnime mladým konať samostatne – iba tak vytvoríme skutočne inkluzívnu spoločnosť.

Blanka



JAK MŁODZI I STARSI PRZEŁAMUJĄ STEREOTYPY

Przewycięzanie stereotypów pokoleniowych: jak młodzi i starzy stworzyli silne więzi.

Społeczeństwo często postrzega osoby starsze jako wykluczone z życia społecznego, niezdolne do zabawy lub zagrożone wykluczeniem cyfrowym. Z kolei młodym ludziom mówi się, że są zbyt młodzi, by mieć wpływ na życie społeczne i że potrzebują stałego nadzoru ze strony dorosłych. Pogląd ten można jednak zmienić - dowodem na to jest nasz międzypokoleniowy projekt.

Budowanie mostów między pokoleniami.

Młodzi ludzie w wieku 14-22 lat połączyli siły z seniorami powyżej 60. roku życia, aby przewyciężyć uprzedzenia i stworzyć wyjątkową więź. W tym projekcie nie chodziło tylko o wymianę wiedzy, ale przede wszystkim o wzajemne zrozumienie i szacunek. Seniorki uczyły nas szydełkować - cierpliwie pokazywały wzory, poprawiały błędy i opowiadały historie ze swojego życia. Dzięki nim nie tylko nauczyliśmy się nowych umiejętności, ale przede wszystkim zwolniliśmy. W dzisiejszych czasach zgiełku i ciągłej łączności online, odświeżające było zanurzenie się w pracy fizycznej i doświadczenie chwil bezruchu i skupienia.

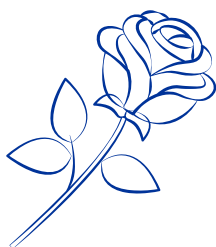
W zamian pomagaliśmy seniorom poruszać się w cyfrowym świecie. Wspólnie stworzyliśmy instagramowe konto @mlodziimlodzi, na którym dokumentowaliśmy nasze spotkania, dzieliliśmy się poradami handmade i cyfrowymi sztuczkami. Seniorzy odkryli świat mediów społecznościowych, a my, według ich słów, odmłodziliśmy ich - nie tylko fizycznie, ale i psychicznie.

Impreza w stylu retro.

Jako zwieńczenie naszej współpracy zorganizowaliśmy prywatkę w stylu PRL. Było nostalgicznie, zabawnie i co najważniejsze połączyło dwa pozornie różne światy. Tańczyliśmy, śpiewaliśmy i śmialiśmy się razem - jakby nie było między nami różnicy wieku.

Przewycięzanie stereotypów.

Ten projekt pokazał nam, że młodzi i starzy rozumieją się bardziej, niż mogłoby się wydawać. Przekształciliśmy stereotyp, że nie możemy znaleźć wspólnej płaszczyzny w piękną przyjaźń. Młodzi poczuli się ważni, ponieważ ich opinie i pomysły miały znaczenie, a seniorzy zostali docenieni za swoją mądrość i doświadczenie. Czas przestać postrzegać wiek jako barierę. Starsi mają coś do zaoferowania, a młodzi mają siłę do działania. Połączmy pokolenia, uznajmy osoby starsze i pozwólmy młodym działać niezależnie - tylko w ten sposób możemy stworzyć prawdziwie integracyjne społeczeństwo.



Blanka

RADOŠŤ NEPOZNÁ VEK



Počas letných prázdnin som mala tú česť spoluorganizovať kurzy pre starších ľudí v Mestskom centre sociálnej starostlivosti a v súkromných opatrovateľských domoch. Tieto aktivity boli zamerané na poskytovanie komplexnej pomoci pri starostlivosti o duševnú a fyzickú pohodu seniorov.

Organizovali sme rôzne aktivity, ktoré zapojili účastníkov na mnohých úrovniach. V rámci arteterapie sme organizovali výtvarné aktivity, ktoré rozvíjali drobnú motoriku a stimulovali predstavivosť. Obzvlášť nás bavilo spoločné pečenie koláčov - činnosť, ktorá účastníkov nielen potešila, ale aj zlepšila ich manuálnu zručnosť.

Muzikoterapia poskytla výbornú príležitosť na vyjadrenie emócií a budovanie väzieb, zatiaľ čo výlety a aktivity na rozvoj kognitívnych zručností aktivizovali telo aj myseľ seniorov.

Tieto aktivity boli skvelou skúsenosťou, ktorá mi ukázala, aké dôležité je podporovať starších ľudí v ich každodennom živote. Pre účastníkov boli nielen zdrojom radosti, ale aj lekciou empatie a trpezlivosti. Dúfam, že moja účasť inšpiruje aj iných, aby urobili niečo pre svoje miestne komunity. Každé malé gesto môže mať obrovský význam.

Caroline

RADOŚĆ NIE ZNA WIEKU



W okresie wakacyjnym miałem zaszczyt współorganizować kursy dla osób starszych w Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej oraz w prywatnych domach opieki. Działania te miały na celu zapewnienie kompleksowej pomocy w dbaniu o dobre samopoczucie psychiczne i fizyczne seniorów.

Organizowaliśmy różnorodne zajęcia, które angażowały uczestników na wielu płaszczyznach. Organizowaliśmy zajęcia z arteterapii, które rozwijały zdolności motoryczne i pobudzały wyobraźnię. Szczególnie podobało nam się wspólne pieczenie ciast - czynność, która nie tylko zachwyciła uczestników, ale także poprawiła ich sprawność manualną.

Muzykoterapia stanowiła doskonałą okazję do wyrażania emocji i budowania więzi, a wycieczki i zajęcia rozwijające umiejętności poznawcze aktywizowały ciała i umysły seniorów.

Zajęcia te były wspaniałym doświadczeniem, które pokazało mi, jak ważne jest wspieranie osób starszych w ich codziennym życiu. Były nie tylko źródłem radości dla uczestników, ale także lekcją empatii i cierpliwości. Mam nadzieję, że mój udział zainspiruje innych do działania na rzecz swoich lokalnych społeczności. Każdy mały gest może wiele zmienić.

Caroline

JAR PLNÁ ODVAHY, HIER A RADOSTI V MESTSKÝCH LESOCH

Rytieri v Mestských lesoch: Jar plná radosti pre deti.

Jar prináša nový život do prírody a spolu s ňou aj nové príležitosti na dobrodružstvo. V jeden slnečný jarný deň sme sa rozhodli priniesť deťom radosť a zážitky, na ktoré len tak nezabudnú. V krásnom prostredí Mestských lesov sme zorganizovali netradičnú prechádzku plnú hier a súťaží. Jedno zo stanovišť, ktoré som viedol, sa premenilo na arénu odvážnych bojovníkov.

Moja úloha? Stať sa rytierom a dohliadať na čestné súboje mladých dobrodruhov. Deti, najmä chlapci, sa nadšene zapojili do hry, v ktorej sa snažili navzájom vytlačiť z klátu pomocou "odrážačov". Smiech, napätie a súťaživosť naplňali vzduch. Každý bojovník mal možnosť dokázať svoju odvahu, rovnováhu a šikovnosť. No nešlo len o víťazstvo – hlavným cieľom bolo užiť si chvíle plné zábavy a kamarátstva. Slávnostné pasovanie za rytierov

Najväčšou odmenou pre deti nebola len radosť zo samotnej hry, ale aj slávnostné pasovanie za rytiera. Víťazi i odvážni bojovníci sa dočkali uznania a symbolického povýšenia do rytierstva. Ich rozžiarené oči a nadšené úsmevy boli dôkazom, že tento deň bol pre nich výnimočný.

Takéto podujatia ukazujú, že aj jednoduché hry môžu deťom priniesť nesmierne množstvo radosti. Stačí k tomu trochu kreativity, nadšenia a ochoty ponoriť sa do sveta fantázie. A kto vie? Možno práve títo malí rytieri raz vyrastú v odvážnych hrdinov, ktorí budú prinášať radosť ďalším generáciám.

Jan



WIOSNA PEŁNA ODWAGI, ZABAW I RADOŚCI W LASACH MIEJSKICH

Rycerze w Lasach Miejskich: wiosna pełna radości dla dzieci.

Wiosna przynosi nowe życie na świeżym powietrzu, a wraz z nim nowe możliwości przygody. W słoneczny wiosenny dzień postanowiliśmy dostarczyć dzieciom radości i przeżyć, których nigdy nie zapomną. W pięknym otoczeniu Lasu Miejskiego zorganizowaliśmy niezwykle spacer pełen zabaw i konkursów. Jedną ze stacji, którą prowadziłem, zamieniła się w arenę dzielnych wojowników.

Moja rola? Zostać rycerzem i nadzorować honorowe pojedynki młodych poszukiwaczy przygód. Dzieci, zwłaszcza chłopcy, z entuzjazmem wzięli udział w grze, w której próbowali zepchnąć się nawzajem z kłody za pomocą "odbijaczy". Śmiech, ekscytacja i współzawodnictwo wypełniały powietrze. Każdy zawodnik miał okazję wykazać się odwagą, równowagą i umiejętnościami. Ale nie chodziło tylko o wygraną - głównym celem było cieszenie się chwilą zabawy i koleżeństwa.

Ceremonia pasowania na rycerza.

Największą nagrodą dla dzieci była nie tylko radość z samej gry, ale także ceremonia pasowania na rycerza. Zwycięzcy i dzielni wojownicy otrzymali wyróżnienia i symboliczne awanse na rycerzy. Ich błyszczące oczy i entuzjastyczne uśmiechy były dowodem na to, że ten dzień był dla nich wyjątkowy.

Takie wydarzenia pokazują, że nawet proste zabawy mogą przynieść dzieciom ogromną radość. Wystarczy odrobina kreatywności, entuzjazmu i chęci zagłębienia się w świat wyobraźni. A kto wie? Może ci mali rycerze pewnego dnia wyrosną na dzielnych bohaterów, którzy będą przynosić radość kolejnym pokoleniom.

Jan





CESTA RASTU A POZNANIA

Počas jedného roka Rada mládeže Žilinského kraja a Fundacja LAJA budú spolu realizovaných 5 vzdelávacích workshopov pre mladé rodiny s deťmi a pre mladých aktívnych ľudí.

Workshopy majú zameranie na:

- „Rozvoj digitálnych zručností a kompetencií primerané veku detí“
- „Rozvoj angažovanosti mladých ľudí na živote miestnej komunity“
- „Formovanie vzťahu k prírode a životnému prostrediu“
- „Ukáž činnosť aktívnych mladých ľudí“
- „Rozvoj kreatívnej činnosti a motoriky pri formovaní osobnosti detí“

Hlavným cieľom projektu Cesta rastu a poznania je prehĺbiť cezhraničnú spoluprácu miestnych a regionálnych organizácií, jej členov prostredníctvom podpory miestnych iniciatív zameraných na mladé generácie rodín, ich deti a mladých ľudí aktívnych v miestnej komunite. Vytvoriť tak možnosť budovať cezhraničné väzby a medziludské vzťahy. Podporiť v slovenskopoľskom pohraničí rozvoj kompetencií v oblasti digitálnych zručností, formovania postojov k životnému prostrediu a kreativity. Motivovať k väčšej angažovanosti mladých ľudí v miestnych komunitách a zviditeľniť príklady dobrej praxe.

DROGA ROZWOJU I WIEDZY

W ciągu jednego roku Rada Młodzieży Żylińskiego Kraju i Fundacją LAJA będą wspólnie realizowały 5 warsztatów edukacyjnych dla młodych rodzin z dziećmi oraz dla młodych, aktywnych osób.

Warsztaty będą skupiać się na następujących tematach:

- „Rozwijanie umiejętności i kompetencji cyfrowych dostosowanych do wieku dzieci“
- „Rozwój zaangażowania młodych ludzi na rzecz społeczności lokalnej“
- „Kształtowanie więzi z naturą i środowiskiem“
- „Pokaż pracę aktywnych młodych ludzi“
- „Rozwój aktywności twórczej i zdolności motorycznych w kształtowaniu osobowości dzieci“

Głównym celem projektu Droga wzrostu i wiedzy jest pogłębienie współpracy transgranicznej między lokalnymi i regionalnymi organizacjami, ich członkami poprzez wspieranie lokalnych inicjatyw skierowanych do młodych pokoleń rodzin, ich dzieci i młodych ludzi aktywnych w społeczności lokalnej. Tworzenie możliwości budowania powiązań transgranicznych i relacji międzyludzkich. Wspieranie rozwoju kompetencji na pograniczu polsko-słowackim w zakresie umiejętności cyfrowych, postaw ekologicznych i kreatywności. Motywowanie młodych ludzi do większego zaangażowania w życie lokalnych społeczności i uwidacznianie przykładów dobrych praktyk.



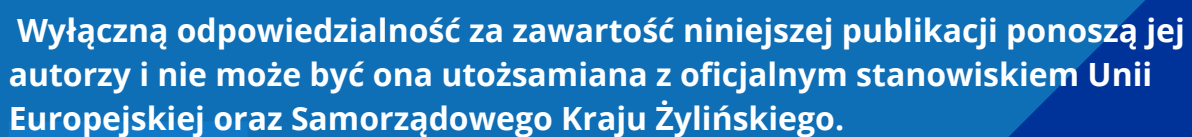
Workshop 14.-16.02.2025, Oravská Lesná.
Rozvoj angažovanosti mladých ľudí na živote miestnej komunity.

Warsztaty 14.-16.02.2025, Oravská Lesná.
Rozwój zaangażowania młodych ludzi na rzecz społeczności lokalnej.

Workshop 14.-16.02.2025, Oravská Lesná.
Rozvoj angažovanosti mladých ľudí na živote miestnej komunity.

Warsztaty 14.-16.02.2025, Oravská Lesná.
Rozwój zaangażowania młodych ludzi na rzecz społeczności lokalnej.





Interreg



Spolufinancovaný
EURÓPSKOU ÚNIOU

Poľsko – Slovensko



Rada mládeže Žilinského kraja
M.R.Štefánika 8390/13
010 01 Žilina

Fundacja Laja
ul Zamkowa 3 abc
43-400 Cieszyn



Bezplatný výtlačok/ Publikacja bezpłatna