

MAM

ochotę działać dla lokalnej społeczności



Miejsce Aktywności
Mieszkańców
w Nowym Sączu

Skąd wziął się pomysł na MAM?

Nasz pomysł na MAM



Inicjatorem projektu Miejsce Aktywności Mieszkańców jest Fundacja Biuro Inicjatyw Społecznych w Krakowie, która wspiera innych w społecznym zaangażowaniu i pomaga im przekładać marzenia na działania. Wspieramy mieszkańców, działaczy i pracowników stowarzyszeń oraz fundacji, także urzędników. Promujemy współpracę, dzielimy się swoją wiedzą i doświadczeniami, inspirujemy do podejmowania nowych przedsięwzięć i rozwiązań. Wszystko to jest możliwe dzięki synergii i różnorodności kompetencji naszego zespołu animatorek, mentorek, ekspertek, badaczek i koordynatorek. Od 2007 roku jesteśmy obecni w małopolskim sektorze pozarządowym i społecznym.

Od dawna marzyliśmy o tworzeniu w Małopolsce miejsc, które będą przestrzenią do rozwoju oraz działania społeczników i osób zaangażowanych w prowadzenie organizacji pozarządowych.

Nasze marzenie najpierw zrealizowaliśmy w Krakowie, wspólnie z wieloma organizacjami, nawiązując współpracę z Urzędem Miasta Krakowa i tworząc założenia funkcjonowania Centrum Obywatelskiego w Krakowie.

W pierwszych latach jego działalności (2015 - 2016), wspólnie z partnerskimi organizacjami, podjęliśmy wyzwanie przekształcenia tego marzenia w rzeczywistość i uruchomienia Centrum. W czasie naszego działania Centrum Obywatelskie zbudowało wokół siebie społeczność zaangażowanych organizacji pozarządowych (NGO) i aktywistów, wypracowało rytm codziennych działań i okrzepło w pełnieniu swoich funkcji. Dziś Centra Obywatelskie są elementem systemu współpracy urzędu i organizacji w Krakowie.

Centra okazały się dobrym sposobem na to, by przedstawiciele mieszkańców, lokalnych NGO oraz instytucji samorządowych, przy wsparciu naszej organizacji,

wspólnie wykreowali i wcielił w życie swój pomysł na MAM. Tak powstały: MAM Chrzanów oraz MAM Nowy Sącz! Teraz idea Miejsc Aktywności Mieszkańców zarażamy kolejne społeczności!

Joanna Czarnik, Członkini Zarządu

Miasto wiedzy i kreatywnych ludzi



Gospodarze miasta, budując jego markę posługują się hasłem: „Nowy Sącz – miasto wiedzy i kreatywnych ludzi”. Po stronie aktywów, na czele listy, wpisują właśnie jego mieszkańców. Dopiero w kolejności inne walory - położenie (dogodny punkt do kontaktów z krajami z południa Europy), dobrą atmosferę dla przedsiębiorców i prowadzenia tu biznesu, infrastrukturę komunalną, ofertę kulturalną i turystyczną dla mieszkańców i gości, przyjazne środowisko naturalne oraz plany inwestycyjne ważne dla miasta, sądeczan i gości, co ważne jest dla jego pozycji w Małopolsce.

Biorąc udział w projekcie Miasto Nowy Sącz zyskało:

- utworzenie Centrum Społecznościowego, które będzie realizowało dodatkową ofertę wsparcia dla czterech wybranych grup mieszkańców, w tym osób defaworyzowanych (np. osoby z niepełnosprawnościami, bezrobotne, dzieci i młodzież, osoby starsze, młodzi rodzice, lokalni liderzy). Obejmuje ona prowadzenie przez rok regularnych działań przez lokalne organizacje finansowanych ze środków projektu,
- wsparcie w dostosowaniu lokalu Centrum Społecznościowego do potrzeb osób z niepełnosprawnościami oraz jego wyposażeniu (projekt aranżacji wnętrza oraz wyposażenie),
- wsparcie w przygotowaniu się do dalszego, opartego o współpracę finansową gminy z lokalnymi organizacjami pozarządowymi, prowadzenia Centrum Społecznościowego

Biuro Aktywności Mieszkańców

Jednostką, która odpowiada za Miejsce Aktywności Mieszkańców jest Biuro Aktywności Mieszkańców Urzędu Miasta Nowego Sącza, którego zadaniem jest m.in. praca nad wdrożeniem Centrum Społecznościowego w Nowym Sączu.

Stowarzyszenie Szersze Horyzonty

Stowarzyszenie Szersze Horyzonty jako organizacja prowadząca, zapewnia trwałość realizacji projektu. Stowarzyszenie od chwili swojego powstania w 2010 roku prowadzi działalność szkoleniową dla nauczycieli oraz innych osób (w tym dla członków NGO) oraz organizuje konkursy kulturalno-społeczne (Smoczuś, Rajcuś Krakowski, Rajcuś Sądecki, Żaczek, Na początku było Słowo, Plus Ratio Quam Vis).

Nasze wartości – dla wszystkich

Miejsce Aktywności Mieszkańców tworzy przestrzeń do aktywności społecznej dla wszystkich mieszkańców Nowego Sącza. Szczególnie zapraszamy osoby z naszego sąsiedztwa, czyli Osiedla Przydworcowego i okolic.

W MAMie znajdą dla siebie miejsce m.in.: mamy z małymi dziećmi, seniorzy, miłośnicy fotografii, psów i rowerów czy osoby z niepełnosprawnościami. Każdy, kto ma pomysł na nowe działanie dotyczące sąsiedztwa i rozwoju zainteresowań, może przyjść z tym do nas. W MAMie pomożemy go zrealizować.

MAM działa w oparciu o wartości, które leżą u podstaw naszych poczynań. Są to:

- **szacunek**, rozumiany jako: przyjaźń, wspieranie, uznanie, empatia, poczucie humoru, dobre relacje z ludźmi,
- **współodpowiedzialność**, rozumiana jako: współpraca, wspólne działanie, bezpieczeństwo, wolność, wspieranie słabszych,
- **uczciwość**, rozumiana jako: postawa fair, zaufanie, słowność,
- **wytrwałość**, rozumiana jako: zapał, samodzielność, konsekwencja,

- **uczenie się**, rozumiane jako: innowacyjność, sprawczość, kreatywność, praca zespołowa.

Gdzie nas znajdziecie

MAM zlokalizowany jest na osiedlu Przydworcowym w Nowy Sączu, przy ulicy Żółkiewskiego 23. Nazwa osiedla nawiązuje do zabytkowego dworca PKP powstałego w latach 1908 -1909. W przestrzeni MAM-u działa również Świetlica Osiedlowa. „Przydworcowe” zaprasza wszystkich bez względu na wiek – dzieci, młodzież, osoby dorosłe.

Nasza aktywność

W Miejscu Aktywności Mieszkańców działamy na wielu frontach, m.in. z:

- **grupą rodziców z małymi dziećmi,**
- **trochę starszymi dzieciakami,**
- **młodzieżą tą młodszą i trochę starszą również,**
- **seniorami,**
- **osobami z niepełnosprawnościami.**

Organizujemy stałe spotkania i zajęcia dla różnych grup mieszkańców, zgodnie z ich oczekiwaniami i zainteresowaniami.

Spotkania integracyjno-edukacyjne dla rodzin z dziećmi mają na celu integrację oraz wzrost poczucia własnej wartości rodziców z dziećmi, które na neutralnym gruncie, w przestrzeni MAM-u, mogą oderwać się od codziennych obowiązków, podzielić swoimi doświadczeniami czy problemami na gruncie wychowawczym, uzyskać wsparcie w grupie oraz wzbogacić swoją wiedzę i zainspirować się do kreatywnego spędzania czasu w domu.

Zajęcia animacyjno-edukacyjne dla dzieci prowadzone są w comiesięcznych tematycznych blokach, które tworzymy w oparciu o różne narzędzia edukacji

nieformalnej. Mają na celu rozwijanie zainteresowań i uzdolnień dzieci, rozwój umiejętności interpersonalnych i współpracy w grupie, pobudzenie kreatywności czy zwiększenie poczucia własnej wartości. Zajęcia bazują na naturalnej spontaniczności i aktywności dzieci, ich ciekawości w poznawaniu otaczającego ich świata i otwartości na nowe doświadczenia.

Zajęcia społeczno-kulturalno-edukacyjne dla dorosłych oraz spotkania tematyczne ukierunkowane są na propagowanie idei uczenia się przez całe życie, wskazanie sposobów na zagospodarowanie czasu wolnego osobom w wieku seniorskim, stymulowanie ciekawości poznawczej, a także wzrost pozytywnych relacji i budowanie poczucia wspólnoty. Aktywności jakie podejmujemy to m.in.: spotkania kreatywne i ekspresji twórczej, podczas których uczymy się różnych technik rękodzielniczych i artystycznych, spotkania tematyczne z zaproszonymi gośćmi (dotyczące np. fotografii, sztuki operowanie słowem, pozytywnej dyscypliny), popołudnia z grami stolikowymi i przestrzennymi czy działania międzypokoleniowe.

Spotkania integracyjne dla osób z niepełnosprawnościami to otwarta, przyjazna i nieformalna przestrzeń dla wspólnych rozmów oraz spędzenia czasu wedle własnych potrzeb i na własnych zasadach. Spędzamy czas m.in. grając w gry planszowe/przestrzenne i komputerowe, oglądając filmy i dyskutując przy ciastku i herbacie. Aktywności te wzmacniają wśród uczestników zajęć poczucie własnej wartości, sprawczości i podmiotowości.

Obok prowadzenia stałych zajęć, nieustannie kierujemy się naszą misją - jesteśmy tu po to, aby każdy mieszkaniec i mieszkanka naszego osiedla czy szerzej – Nowego Sącza, mieli możliwość zrealizować swoje pomysły, zaproponować oddolne działanie, podzielić się z innymi swoją wiedzą i umiejętnościami bądź zasięgnąć porady. W ten sposób zgłosili się do nas np. rodzice prowadzący edukację domową czy młodzi przedsiębiorcy u progu rozwoju swojej działalności gospodarczej. Obie te grupy potrzebowały komfortowej i przytulnej przestrzeni do spotkań, a dzięki obecności MAM mogą regularnie się widywać, dzielić doświadczeniem i wymieniać spostrzeżeniami.

Od kwietnia 2021 roku w MAM uruchomiony został cykl pod nazwą Kawiarenki Obywatelskiej. Jest to przestrzeń o charakterze edukacyjnym, przeznaczona

do prowadzenia dialogu na ważne tematy dla lokalnej społeczności dotyczące różnych dziedzin życia miasta. W jej ramach odbyły się spotkania w obszarze edukacji obywatelskiej poświęcone np. Budżetowi Obywatelskiemu, trybowi tzw. małych grantów, wsparciu z funduszy europejskich dla przedsiębiorców. Były spotkania dotyczące ciekawych inicjatyw czy prezentowania dobrych praktyk np. kooperatywy spożywczej, edukacji domowej, ekologii. W ramach Kawiarenki okazjonalnie prowadzony jest także otwarty dyżur społeczny, czyli możliwość podjęcia dyskusji lub skonsultowania się w kwestiach realizacji pomysłów czy związanych z wszelkiego rodzaju trudnościami i dylematami, czego nie brakuje na co dzień w naszym mieście.

Wspólne dokonania

Od początku istnienia MAM angażujemy zróżnicowane grupy społeczne, które służą integracji i umacnianiu więzów sąsiedzkich. Dzięki temu grupa seniorów i seniorów spotykała się przy kawie i ciastku, aby porozmawiać i tworzyć różne rękodzielnicze ozdoby (m.in.: jajka wielka-nocne ze styropianu owijane wstążkami lub filcowane wełną na sucho, bombki styropianowe przystrojone cekinami / wstążkami). Dekoracje wykonane podczas takich spotkań były następnie rozwieszane wspólnie przez animatorów i mieszkańców na okolicznych drzewkach na osiedlu.

Cykl spotkań integracyjno-wzmacniających miały także mamy z dziećmi i osoby z niepełno-sprawnościami. Animatorzy skupieni wokół MAM-u podejmowali również akcje promujące aktywność fizyczną i zdrowy tryb życia -. #Rozbiegany MAM oraz #Rowerowo z MAMem.

W okresie wybuchu pandemii COVID-19 działania MAM zostały przekierowane do sfery wirtualnej. Jednak pomimo licznych barier, jakie narzuca organizowanie społeczności w Internecie, nie ustawaliśmy w zapale i skupiliśmy się na promowaniu ciekawych aktywności i urozmaicenia ludziom nieco przygnębiającej codzienności. Tak powstały serie: #MAMy pomysł na zabawę, czyli zestaw propozycji na kreatywne spędzanie czasu w domu z dzieckiem, także #MAM gotuje – przepisy na różne potrawy czy #Wyjdz z domu – posty z opisami

nie-wymagających i dostępnych dla każdego wycieczek w okolice Nowego Sącza. Tworzyliśmy również zestawy z artykułami do realizacji rękodziela, które były dostarczone seniorkom do domów, aby nie nudziły się, siedząc zamknięte w czterech ścianach. Wspieraliśmy również akcję samopomocową uruchomioną przez lokalnego społecznika nazwaną „Sądecka Pomoc Sąsiedzka”, która miała pomóc ludziom choćby przy wyprowadzaniu zwierząt domowych czy dostarczania zakupów/obiadów tym, którzy ze względu na konieczność odbycia kwarantanny czy przechodzenia choroby nie mogli opuścić mieszkań.

W MAMie organizujemy również wiele wydarzeń okolicznościowych wokół stałych świąt szczególnych dni – m.in.: Dnia Kobiet, Dnia Dziecka, Andrzejek, osiedlowego ubierania świątecznej choinki czy zabawy karnawałowej.

W bieżącym, 2021 roku, nastawiliśmy się na zwiększenie częstotliwości działań ekologicznych i edukacyjnych dla mieszkańców w tym obszarze. Dlatego organizujemy wydarzenia promujące odpowiedzialną konsumpcję czy ekonomię cyrkularną i współdzielenia. W kwietniu br. z okazji Dnia Ziemi wzięliśmy udział w akcji sprzątnięcia brzegów Kamienicy wraz z Polskim Towarzystwem Tatrzzańskim Oddział Beskid w Nowym Sączu. Zorganizowaliśmy również zajęcia edukacyjne dla dzieci i dla dorosłych w formie warsztatowej, których tematem przewodnim była ekologia i edukacja klimatyczna właśnie. Oba wydarzenia były przeprowadzone we współpracy z młodymi aktywistkami i aktywistami z Młodzieżowego Strajku Klimatycznego w Nowym Sączu, których czynnie wspieramy w walce o klimat i dobro naszej planety. W lipcu urządziliśmy „Kiermasz bezgotówkowej wymiany rzeczy”, czyli sąsiedzki „pchli targ”. Chcieliśmy również w ten sposób zintegrować lokalną społeczność, sprowokować do oddolnej samopomocowej zmiany i promować ideę less waste – czyli ograniczenia konsumpcji i zmniejszenia ilości odpadów. Wspólnie dzieliliśmy/wymienialiśmy się dobrami, które nam już nie służą (głównie ubrania, książki, przedmioty codziennego użytku), a które mogły okazać się przydatne drugiej osobie. Wydarzenie to było nie tylko pretekstem do wzmacniania sąsiedzkich więzi, ale i alternatywą dla mechanizmów, które nie wspierają oddolnych akcji samopomocowych i ekonomii daru.

Tak o nas mówią

Edyta Basiaga – koordynatorka projektu z ramienia UM Nowy Sącz:

„W okresie trwania projektu animatorzy wykazywali się profesjonalizmem, dużym zaangażowaniem oraz rzetelnością w wykonywaniu swoich obowiązków. Konsekwentnie dążyli do realizacji założeń projektu i bardzo mocno zaangażowali lokalną społeczność do działania.”

Joanna, mama czwórki dzieci:

„Miejsce dla małych i dużych. Wyjątkowa przestrzeń, która mnie urzekła otwartością i dostępnością, gdy szukałam miejsca na spotkania dla mam z dziećmi. Ponadto moje dzieci uczestniczą regularnie w kreatywnych zajęciach organizowanych przez MAM. Gdy potrzebujemy zorganizować spotkanie dla dorosłych, MAM również odpowiada na nasze potrzeby. Gorąco polecam to miejsce każdemu.”

Justyna:

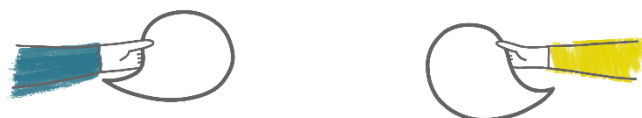
„Poznałam MAM dzięki kawiarence obywatelskiej, w której bywam regularnie, korzystając ze spotkań z ekspertami, poznając innych aktywistów społecznych i rozwijając nowe kompetencje. To miejsce bardzo potrzebne i ważne na mapie Nowego Sącza – nie tylko jako przyjazna, zadbana przestrzeń, w której przyjemnie jest przybywać, ale przede wszystkim jako punkt styku pomiędzy ludźmi, inicjatywami i pomysłami ważnymi dla rozwoju społeczeństwa obywatelskiego. Cieszę się, że mogę być częścią tej inicjatywy.”

Jolanta, seniorka:

„Co mi się podoba w MAM? Przede wszystkim to, że jest takie miejsce w Nowym Sączu. Spotkania z ludźmi, którzy mają gotową ofertę do realizacji np. wycieczki, czytanie poezji, rozmowy i inne – w tym poznawanie ludzi. Uczestnictwo w innych formach międzypokoleniowej aktywności i wymiany, np. teatrzyk dla dzieci – bycie narratorem czy aktorem. MAM pozwala również na odkrywanie własnych uzdolnień. Brawo dla MAM, to dobre miejsce na świecie!”

Marta Oźlańska, mentorka w MAMie w Nowym Sączu:

„Kiedy myślę o MAMie, myślę przede wszystkim o ludziach, którzy czują ideę otwartości i aktywności: chcą zrobić coś dla siebie i innych. A w tym miejscu można. Ludzie mogą realizować swoje pomysły, mogą zainicjować coś swojego albo uczestniczyć w aktywnościach organizowanych przez innych. Można też wymieniać się swoimi pomysłami, umiejętnościami, doświadczeniem, sposobem na spędzanie czasu, a także rzeczami – na rzecz MAM.”



Są z nami

Anna Łukaszczyk – od września 2019 roku animatorka MAM. Prowadzi zajęcia kreatywne z dziećmi, spotkania integracyjno-edukacyjne dla rodziców z dziećmi, a także dba o zapewnienie przestrzeni dla osób z niepełnosprawnością intelektualną, prowadząc zajęcia edukacyjno-artystyczne oraz samopomocowe spotkania osób z niepełnosprawnością. Od 21 lat działa w grupie „Wiara i Światło” w Nowym Sączu, która jest częścią międzynarodowej wspólnoty osób z niepełnosprawnością intelektualną, ich rodzin i przyjaciół, a od kilkunastu lat jest koordynatorką tej Wspólnoty. Przygotowuje spotkania grupy, planuje działania osób w niej uczestniczących oraz organizuje coroczne, wakacyjne obozy wspólnotowe. Wolontariuszka w schronisku dla bezdomnych zwierząt.

Agnieszka Banek – antropolożka kultury, edukatorka. Od kwietnia 2021 roku animatorka społeczności w MAM. Interesuje się holistycznym rozwojem człowieka, w oparciu o wewnętrzne zasoby, które jest w stanie zgłębiać poprzez pracę różnymi metodami zaczerpniętymi z edukacji nieformalnej i głębokiego kontaktu z Naturą. Zaangażowana w aktywność obywatelską, prawa człowieka, wolontariat i liczne projekty, których celem jest zdobycie narzędzi do wzmocnienia lokalnej społeczności. Jej pasją jest m.in.: drama / pedagogika teatru, joga, edukacja ekologiczna i równościowa czy ekopsychologia. W MAMie

moderuje zajęcia z seniorami, prowadzi Kawiarenkę Obywatelską i wspiera wszelkie oddolne inicjatywy proponowane przez mieszkańców.

Nasi Partnerzy



Fundacja Biuro Inicjatyw Społecznych

Zadania: koordynacja formalna oraz merytoryczna projektu, opracowanie Modelu Centrum Społecznościowego, moderacja procesu wypracowywania założeń Centrum w każdym z samorządów, animacja współpracy z samorządem, wsparcie lokalnych NGO w przygotowaniu i prowadzeniu Centrum, prowadzenie działań edukacyjnych dla przedstawicieli JST, NGO i lokalnej społeczności.



Gmina Chrzanów

Zadanie: praca nad wdrożeniem Centrum Społecznościowego w Chrzanowie.



Miasto Nowy Sącz

Zadanie: praca nad wdrożeniem Centrum Społecznościowego w Nowym Sączu.



CENTRUM
KOMUNITNÉHO
ORGANIZOVANIA

Centrum Komunitneho Organizovania

Zadanie: dzielenie się doświadczeniem w prowadzeniu Centrów Społecznościowych.

Podziel się swoją opinią o Miejscu Aktywności Mieszkańców w Nowym Sączu!

Nasi animatorzy czekają na Twoje sugestie!

Jeśli masz jakiegokolwiek pytanie dotyczące Miejsc Aktywności Mieszkańców, chcesz dowiedzieć się o nich więcej czy zapytać o inną formę współpracy, odezwij się!

- facebook.com/mamnowysacz/
- grupa na FB: [@mamnowysacz](https://facebook.com/@mamnowysacz)
- email: mam.nowysacz@gmail.com
- Anna Łukaszczyk – tel. +48 883 940 332
- Agnieszka Banek – tel. +48 721 081 153



Dołącz do nas! Czekamy na Ciebie tutaj:

**MAM w Nowym Sączu
ul. Żółkiewskiego 23
33-300 Nowy Sącz**



**Fundusze
Europejskie**



**Rzeczpospolita
Polska**

Unia Europejska
Europejskie Fundusze
Strukturalne i Inwestycyjne



Projekt finansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego.