

# MAM

## Przestrzeń Do Działania



MIEJSCE AKTYWNOŚCI  
MIESZKAŃCÓW  
w Chrzanowie

## Skąd się wziął 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 wykreowały i wcieliły w życie swój pomysł na MAM. Tak powstały: MAM

Chrzanów oraz MAM Nowy Sącz! Teraz ideą Miejsc Aktywności Mieszkańców zarażamy kolejne społeczności!

Joanna Czarnik, Członkini Zarządu

## Otwarty i aktywny Chrzanów



Chrzanów jest miastem liczącym około 37 000 mieszkańców. Dysponuje przestrzenią, która zachęca do artystycznego i sportowego rozwoju. Co roku miasto organizuje największą imprezę biegową na terenie powiatu chrzanowskiego. Ponadto działa w nim wiele organizacji pozarządowych oraz wielu aktywistów społecznych, zajmujących się upowszechnianiem dziedzictwa kulturowego i aktywności fizycznej. W związku z licznymi sygnałami od mieszkańców, które wskazywały na potrzebę utworzenia miejsca służącego integracji społeczności lokalnej, w tym grup defaworyzowanych, postanowiono przystąpić do realizacji projektu Miejsca Aktywności Mieszkańców.

## Biuro Promocji, Kultury i Sportu

Komórką odpowiedzialną za realizację projektu Miejsca Aktywności Mieszkańców jest Biuro Promocji, Kultury i Sportu. Przed reorganizacją struktury Urzędu, która miała miejsce 1 lutego 2019 roku, komórka nosiła nazwę Biuro Promocji i Rozwoju Gminy. Obecnie do zakresu pracy Biura należą między innymi następujące zadania:

- wspieranie inicjatyw kulturalnych, sportowych i nadzór nad ich realizacją,
- współpraca ze stowarzyszeniami i fundacjami o profilu kulturalnym oraz sportowym,
- współdziałanie ze wszystkimi instytucjami i jednostkami organizacyjnymi wewnętrznymi i zewnętrznymi w zakresie wykonywania zadań Biura, w szczególności z Miejskim Ośrodkiem Kultury, Sportu i Rekreacji w

Chrzanowie, Miejską Biblioteką Publiczną w Chrzanowie oraz Muzeum im. Ireny i Mieczysława Mazarakich w Chrzanowie.

## Owocna współpraca

Miejsce Aktywności Mieszkańców to przestrzeń służąca rozwojowi aktywności sąsiedzkiej i obywatelskiej wszystkich mieszkańców Chrzanowa. MAM tworzony jest przez społeczność ludzi zaangażowanych w sprawy swojego miasta, działających w lokalnych stowarzyszeniach i fundacjach oraz chętnych do podejmowania nowych inicjatyw.

Wspólne działania są okazją do integracji sąsiedzkiej, odkrywania bogatego potencjału Chrzanowa i okolicy, tworzenia grup wsparcia i wzajemnej pomocy. W MAM-ie można znaleźć ludzi nie tylko pozytywnie nastawionych i otwartych na innych, ale też świadczących konkretną pomoc w realizacji własnych inicjatyw.

**Stowarzyszenie Cześć** koordynuje MAM w Chrzanowie od maja 2019 roku, a obecnie, jako organizacja prowadząca, zapewnia trwałość realizacji projektu. Stowarzyszenie działa aktywnie na terenie Powiatu Chrzanowskiego od 2018 roku, tworząc także inne projekty mobilizujące lokalną społeczność do działania. Stowarzyszenie prowadzi również przedsiębiorstwo społeczne – klubokawiarnię „Ambasada Kreatywności”.

**Marta Harańczyk-Biel** jest jedną z pierwszych animatorek w MAM w Chrzanowie. Swoją postawą pokazując, że nawet mając małe dzieci i pracę zawodową, można z powodzeniem angażować się w działalność społeczną. Z zawodu fizjoterapeutka, dodatkowo współprowadzi Przedsiębiorstwo Społeczne „Ambasada Kreatywności”. Prywatnie żona oraz mama Zuzi i Tymka. Ma mnóstwo ciekawych pomysłów na spędzanie wolnego czasu. W MAM jest aktywną uczestniczką działań w Kole Gospodyń Miejskich w Chrzanowie, inicjatorką wydarzeń, podczas których kobiety cieszą się wspólnie spędzonym czasem przy szyciu, dzierganiu czy tworzeniu innych rodzajów rękodziela.

**Grzegorz Olszowik**, koordynator ds. promocji wydarzeń w MAM, zachęca do współpracy. W Miejscu Aktywności Mieszkańców w Chrzanowie zajmują się promocją wydarzeń i spotkań oraz koordynacją naszego kalendarza. Możesz się do

mnie zgłosić, jeśli chcesz z nami zorganizować jakieś wydarzenie - chętnie pomogę w jego wspólnej promocji. W MAM jestem odpowiedzialny również za kontakt z organizacjami pozarządowymi, więc jeśli jesteś przedstawicielem organizacji, która chciałaby z nami współpracować - zapraszam do kontaktu. Lubię w ludziach otwartość, pozytywne emocje i pokonywanie barier pomimo przeciwności. Moje zainteresowania to głównie nowe technologie i ich wykorzystanie w naszym życiu, a także muzyka i koncerty. Czasem zbuduję jakąś stronę z wykorzystaniem Wordpress. Staram się rozwijać kulturę współpracy ponad podziałami, bo każdy z nas ma jakieś talenty i pasje, którymi może się podzielić z innymi. i zawsze jestem zdania, że warto uczyć się od siebie nawzajem.

## **Co wspólnie robimy?**

W Miejscu Aktywności Mieszkańców organizujemy wiele wydarzeń integrujących lokalną społeczność. Są to np.: warsztaty, spotkania, wystawy, prelekcje, spacer, grupy wsparcia, konkursy, pikniki – wszystko to pod hasłem „MAM integruje”. Zajęcia adresowane są do różnych grup wiekowych i poruszają wiele różnych tematów. Te nasze spotkania nie tylko integrują, ale również rozwijają zainteresowania członków społeczności MAM.

Nasze działania kierujemy przede wszystkim do osób starszych i z niepełnosprawnościami, młodych mam, dzieci w wieku przedszkolnym, organizacji pozarządowych oraz przedstawicieli mikro i małych przedsiębiorstw.

W MAM organizujemy wiele warsztatów z różnych dziedzin. Zapraszamy np. na warsztaty rękodzieła, wsparcia dla organizacji pozarządowych związanych z pozyskiwaniem środków finansowych czy znajomości RODO. Organizujemy warsztaty tworzenia stron internetowych w Wordpress, skutecznych strategii pozyskiwania nowych klientów, także szkolenia z zakresu social media. Odbywa się u nas wiele prelekcji na różne tematy, w tym podróżnicze. Z pewnością każdy znajdzie coś interesującego dla siebie.



W MAM odbywają się cyklicznie spotkania Koła Gospodyń Miejskich. Uczestniczą w nich kreatywne kobiety, które spędzają wspólnie czas, tworząc rękodzieło. Organizujemy u nas także spotkania związane z działalnością punktu informacji dla opiekunów osób starszych oraz punktu informacji i pomocy dla osób dorosłych z niepełnosprawnością lub wymagających stałej opieki. Działa też u nas grupa wsparcia dla pacjentów onkologicznych. Regularnie odbywają się spotkania z psychologiem. Współpracujemy z liczną grupą seniorów - słuchaczy Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Chrzanowie, którym regularnie udostępniamy swoją przestrzeń do spotkań nieformalnych.

W MAM mamy też wiele ofert adresowanych do dzieci. Cyklicznie odbywają się takie zajęcia, jak np. malowanie kamyczków, podczas których dzieci rozwijają swoje talenty artystyczne oraz kreatywność. W miesiącach letnich w naszym Ogrodzie Społecznym dzieci uczestniczą w zajęciach „Joga na trawie”, spędzając aktywnie czas na świeżym powietrzu z naszą animatorką, która uczy je podstawowych zasad jogi. Spotkania te mają na celu poprawę samopoczucia, integrację oraz promocję aktywności fizycznej. Organizujemy także zajęcia o nazwie „Łamańce językowe” przeznaczone dla uczniów szkoły podstawowej, z udziałem szkolnego logopedy. Działa u nas także „Pomoc koleżeńska” dla uczniów szkół podstawowych z takich przedmiotów, jak: chemia, angielski i matematyka, w którą angażują się sami uczniowie i absolwenci lokalnych szkół podstawowych.



## **MAM edukuje**

MAM Chrzanów w dużej mierze działa także dla NGO, pod hasłem „MAM edukuje”. W ramach tego projektu prowadzimy różnego rodzaju szkolenia i konsultacje dla przedstawicieli organizacji pozarządowych, których celem jest rozbudzenie aktywności obywatelskiej mieszkańców i zwiększanie ich poczucia sprawczości. Obok tego prowadzimy szkolenia dla grup nieformalnych oraz liderów społecznych z terenu powiatu chrzanowskiego m.in. w zakresie partycypacji obywatelskiej i wpływania na swoje otoczenie oraz lokalną społeczność, wykorzystania nowych technologii, aktualizacji i modyfikacji strony internetowej w Wordpress, tworzenia grafiki w Canva, promocji NGO w social media.

Nasza przestrzeń jest otwarta dla każdego. Zapraszamy zwłaszcza organizacje pozarządowe do wspólnego z niej korzystania. Możecie u nas rozwijać swoją aktywność choćby organizując spotkania, szkolenia lub warsztaty.

Współpracuje z nami kilku wolontariuszy, którzy dobrowolnie i bezinteresownie działają na rzecz naszej organizacji i pomagają nam zmieniać lokalną przestrzeń. Każdy może zostać wolontariuszem i wspólnie z nami działać dla dobra innych.

Zachęcamy wszystkich zainteresowanych do współpracy z nami!

**Zapraszamy organizacje pozarządowe do współkorzystania z naszej przestrzeni – zostań wolontariuszem\_ką.**

## Dla mieszkańców i z nimi

Organizowane przez nas wydarzenia cieszą się dużą popularnością. Już na otwarcie MAM przybyło ponad 100 gości. Mieszkańcy Chrzanowa i okolic chętnie uczestniczą w proponowanych przez nas działaniach, a także pomagają innym. Dobrymi przykładami są ubiegłoroczne spotkania w MAM, na których mieszkańcy szyli poduszki dla dzieci z chrzanowskiego szpitala oraz na licytację dla WOŚP.

Zapraszamy na wiele wydarzeń okolicznościowych takich, jak np. Mikołajki, spotkanie z okazji Dnia Matki czy przedświąteczne spotkania, połączone z własnoręcznym wykonywaniem ozdób świątecznych. Dużym zainteresowaniem cieszyło się marcowe spotkanie z okazji Dnia Kobiet, w którym uczestniczyło około 50 pań.

Działania MAM na osiedlach w Chrzanowie to również 4 pikniki sąsiedzkie, które zorganizowaliśmy we współpracy z instytucjami miejskimi - MOKSiR-em i Miejską Biblioteką Publiczną. Pikniki z wieloma atrakcjami zarówno dla dzieci, jak i dla dorosłych cieszyły się ogromnym zainteresowaniem i przybyło na nie wielu mieszkańców.

W działaniach Miejsca Aktywności Mieszkańców oraz podczas jego trwałości wzięło udział ponad 1500 osób. Zorganizowaliśmy do tej pory prawie 200 wydarzeń, spotkań i warsztatów.





## Kreatywni i zaangażowani

W Miejscu Aktywności Mieszkańców działa grupa animatorów, którzy cyklicznie organizują spotkania, wydarzenia, warsztaty oraz szereg innych imprez, które przyciągają setki mieszkańców, integrują ich i pokazują, że samemu również można stworzyć coś ciekawego.

Poniżej przedstawiamy animatorów MAM, którzy aktywnie działają, aby w naszym mieście cały czas działo się coś ciekawego dla mieszkańców w każdym wieku.

**Dominika** to osoba bardzo aktywna, która swoimi pasjami zaraża wszystkich dookoła. Spotkacie ją m.in. w górach, na jurajskich skałkach i w jaskiniach. Dominika w tym roku złożyła projekt do Chrzanowskiego Budżetu Obywatelskiego pt. „Wspinanie jest fajne. Budowa kompleksu kamieni wspinaczkowych w Luszowicach”.

„Cześć. Nazywam się Dominika Dudek. W Miejscu Aktywności Mieszkańców w Chrzanowie dałam się poznać jako promotorka życia w ruchu poprzez pieszą lub rowerową wędrowkę oraz animatorka cyklu „Turysta Ziemi Chrzanowskiej”, w którym staram się zainteresować mieszkańców do aktywnego poznawania naszych okolic. Moim celem w MAM jest zachęta do wspólnego zwiedzania, ponieważ zbliża ono ludzi, ułatwia poznanie historii, obyczajów a nawet miejsc nie zaznaczonych na mapach.

Poznajcie **Kingę** – wybitny talent organizacyjny połączony z niezwykłą wrażliwością. Napisała o sobie tak:

„Mam nastoletniego syna i jestem posiadaczką upartego psiego przyjaciela. Z wykształcenia jestem politologiem, a na co dzień pracownikiem biurowym. Jestem kobietą pełną energii, osobą, która bardzo lubi pomagać innym ludziom i zwierzętom. Pogodną optymistką, której dewizą życiową jest to, że ze wszystkim w życiu można dać sobie radę. W ramach MAM-u współorganizuję na naszych osiedlach „Pikniki Sąsiedzkie”, do których w tym roku wszystkich zapraszamy.”

**Asia Banach** pisze o sobie tak:

„Nazywam się Joanna Banach. Na emeryturze nauczycielskiej jestem już od ponad 10 lat. Nie zaprzestałam jednak kontaktów z dziećmi i młodzieżą. Tu, w MAM, mam możliwość podzielić się swoimi pasjami i zarażać młodych do jogi, którą praktykuję

już 8 lat. Moje własne odkrycia twórcze, takie jak malowanie kamyczków i kropkowanie mandali akrylami realizowałam na warsztatach dla najmłodszych, zachęcając ich do fajnego spędzania czasu. Dobrą kondycję seniorki zawdzięczam zdrowej diecie i aktywności fizycznej. Od zeszłego roku zaczęłam uprawiać slow jogging i m.in. do tej aktywności chciałabym mobilizować dojrzałe osoby. W planach mam aktywizację, szczególnie kobiety po 50-tce. Mam nadzieję, że grupa, którą stworzę będzie wsparciem dla siebie w wielu aspektach życia.”

**Wiktoria Kłosowska-Roczniewska** to kobieta z charakterem, dla której nie ma rzeczy niemożliwych. Jeśli jesteś młodym artystą, który szuka możliwości, np. zorganizowania swojej pierwszej wystawy lub spotkania autorskiego, koniecznie zgłoś się do niej. Sama pisze o sobie tak:

„Hej, jestem Wiki, na co dzień mama czwórki dzieci i liderka Chrzanowskiego Koła Związku Dużych Rodzin 3+. W MAM-ie tworzę cykl Chrzanowska Młoda Kultura, więc jeśli Twoja kreatywna natura szuka ujścia, to zapraszam do współpracy. Masz pomysł na zmiany w Twoim środowisku? Chcesz zorganizować prelekcję, pikietę lub marsz uliczny? Działam na rzecz Społeczeństwa Obywatelskiego i chętnie pomogę. W życiu kieruję się dwoma zasadami:: „doceniaj,, a nie oceniaj” oraz „nie mów, że nie dasz rady, póki nie spróbujesz.”

**Ania** to osoba, którą wielu z Was zapewne zna z licznych wydarzeń kulturalnych i społecznych w naszej okolicy, ale i tak pozwolimy sobie przedstawić naszą kolejną animatorkę. Tej artystycznej duszyczki nie sposób nie lubić. To właśnie dzięki jej zdolnościom powstała niniejsza seria portretów ludzi MAM-u. Ania napisała o sobie tak:

„Jestem fotografującym socjologiem. Fotografia i socjologia mają wspólną historię, choć nie do końca były świadome swojego związku. Społeczny charakter moich prac, to efekt kombinacji wielu wymiarów fotografii. W Miejscu Aktywności Mieszkańców łączę obie role - zamyślenie do fotografii oraz działań na rzecz społeczności lokalnej.”

**Iwonka** jest jedną z wielu społeczniczek i społeczników działających od lat na rzecz lokalnej społeczności, którą przyciągnął MAM w Chrzanowie. Napisała o sobie w ten sposób:

„Jestem chrzanowianką, mamą czterech pociech, mężatką od 25 lat i prezeską Stowarzyszenia Słodziaki od ponad 10 lat. Jako animatorka w MAM-ie prowadzę grupę wsparcia dla opiekunów osób niepełnosprawnych. Staram się pomóc każdemu, kto będzie potrzebował wsparcia. Stowarzyszenie założyłam, aby osłodzić dzieciństwo osobom w potrzebie. Obecnie będę starała się zasilić szeregi stowarzyszenia, aby przeprowadzać zbiórki dla potrzebujących. Cenię w ludziach szczerść i otwartość, bo sama taka jestem. Interesuję się historią II wojny światowej, uwielbiam filmy akcji, muzykę rockową, uwielbiam gotować i karmić ludzi. Najważniejsi dla mnie są: rodzina i przyjaciele.”

**Aneta** to z pewnością jedna z silnych i niezależnych kobiet, których nie brakuje w MAM-ie. Przeczytajcie parę słów, które o sobie napisała:

„Nazywam się Aneta Holipka. Jestem Niezależną Dyrektorką w firmie kosmetycznej Mary Kay. Moja praca stała się moją pasją. Kobiety, które spotykam mają piękne historie, których słucham z uwagą. Dzięki temu dotykam nie tylko ich twarzy i pomagam im się upiększyć, ale też dotykam ich serc. W MAM-ie lubię poznawać nowych ludzi i angażować się we wspólne działania. By każdy mógł czegoś się nauczyć razem, we wspólnej zabawie. Lubię też pomagać ludziom, więc to miejsce jest do tego idealne.”

## Podziel się swoją opinią o Miejscu Aktywności Mieszkańców w Chrzanowie!

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

- [facebook.com/mamchrzanow/](https://facebook.com/mamchrzanow/)
- [mamchrzanow@gmail.com](mailto:mamchrzanow@gmail.com)



Dołącz do nas! Czekamy na Ciebie tutaj:

**MAM w Chrzanowie**

**ul. Świętokrzyska 4,**

**32-500 Chrzanów**



Rzeczpospolita  
Polska

Unia Europejska  
Europejski Fundusz Społeczny



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