



## **PL/ENG Marzec nie kończy się 31.03! Podsumowanie Miesiąca Krakowianek**

2024-04-16

**Miesiąc Krakowianek, organizowany w Krakowie już po raz trzeci, powoli dobiega końca. Jako fundacja IB Polska mieliśmy przyjemność być częścią tego wydarzenia i włączyć się do akcji. Wasze zaangażowanie i odzew były tak budujące, że pewne aktywności... postanowiliśmy kontynuować! Dlatego u nas marzec jeszcze się nie kończy.**

**Przeczytajcie, jakie wrażenia i spotkania skłoniły nas do takiej decyzji!**

Przeczytajcie, jakie wrażenia i spotkania skłoniły nas do takiej decyzji!

### **Marzec to czas kobiecej mocy**

W ramach miesiąca krakowianek organizowane były liczne spacer, badania profilaktyczne czy spotkania przybliżające postaci lokalnych bohaterek. Ważnym elementem było również podnoszenie kompetencji i budowanie pewności siebie. Wspaniałe jest to, że to działanie było możliwe dzięki współpracy różnych miejsc, instytucji i organizacji pozarządowych działających w Krakowie.

Jako fundacja IB Polska stworzyliśmy program dostępny dla jak największej grupy osób. Skorzystaliśmy z trzech naszych lokalizacji na terenie całego Krakowa: Centrum Edukacji i Wsparcia oraz Miejsca Otwartego (os. Górali 24) oraz Centrum Wielokulturowego w Krakowie (Zabłocie 20A). Zespoły w każdym z projektów wyszły z propozycjami różnorodnych aktywności tak, aby każda z osób zainteresowanych znalazła coś dla siebie.

### **Siostrzeństwo łączy!**

Oprowadzanie po Muzeum Czartoryskich w języku angielskim, spacer w języku ukraińskim pod hasłem "Kobiety Krakowa" czy Kobiecte wielokulturowe śniadanie razem z International Women's Association of Krakow (IWAK)... to właśnie takie działania są specjalnością Centrum Wielokulturowego w Krakowie!

Wraz z Akcją Menstruacją mieliśmy również okazję zaprosić na warsztaty menstruacyjne, w trakcie których można było wiele się dowiedzieć o wielorazowych środkach menstruacyjnych oraz bezpłatnie otrzymać produkty higieniczne.

Organizatorką wydarzeń w Centrum Wielokulturowym w Krakowie była Paulina Pilipiuk, koordynatorka projektu, która tak wspomina Miesiąc Krakowianek:

*„Wszystkie wydarzenia cieszyły się dużą popularnością. W tym roku postawiliśmy na to, żeby oddać inicjatywę mieszkankom Krakowa i dzięki temu mieliśmy wiele ciekawych spotkań. Po raz pierwszy w Centrum odbyło się spotkanie dotyczące doświadczeń Latinosek mieszkających w Polsce, grupa Latinas en Polonia zorganizowała konferencję – prezentację różnych doświadczeń dziewczyn pochodzących z krajów Ameryki Łacińskiej. Tego samego dnia odbyło się także pierwsze w tym roku śniadanie wielokulturowe”.*



## **Przyjdź do Huty, objaśnimy Ci świat!**

Dzięki prelegentkom – Marcie Pawlikowskiej, Annie Chromik, Wiktorii Morawskiej oraz Joannie Wendorff, które w ramach cyklu “Kobiety objaśniają mi świat” prowadziły spotkania w Centrum Edukacji i Wsparcia mogliśmy zaproponować rozmowy o codzienności kobiet w spektrum autyzmu, o mocy płynącej z solidarności kobiet i osób kobiecych, dyskutować i wymienić się doświadczeniami o oddolnym działaniu oraz zastanowić się czy sukces posiada płęć.

Przyjazna atmosfera i poczucie siostrzeństwa było w tym czasie naprawdę niesamowite! Joanna Kołek, koordynatorka Centrum Edukacji i Wsparcia najmilej wspomina takie spotkanie:

*„Podczas rozmowy o siostrzeństwie, kiedy przeszłyśmy już do części kończącej spotkanie, była próba stworzenia kręgu kobiet, w którym siedziałyśmy wszystkie pochylając się nad świeczką tak jakby to było ognisko (...) Każda z nas miała wtedy czas na chwilę wdzięczności, mówienia tego co się chce powiedzieć i doświadczenia bycia tu i teraz w bezpiecznym kręgu kobiecym”.*

W Centrum Edukacji i Wsparcia w ramach cyklu “Kobiety objaśniają świat” będziemy mieć dla Was propozycje kolejnych spotkań związanych z codziennością kobiet i nie tylko! Każde spotkanie to inny temat i inna ciekawa historia.

11 kwietnia gościć będzie u nas Oliwia Cieślik, która była wolontariuszką w projekcie Czyste Bity. W trakcie prowadzonego przez nią spotkania porozmawiamy o tym jakie konsekwencje niesie za sobą przyjmowanie substancji psychoaktywnych, jakie są rodzaje substancji psychoaktywnych i ich charakterystyka oraz jak pomóc osobie która poczuła się źle po spożyciu substancji psychoaktywnej.

## **Matki i Córki ramię w ramię!**

Zespół projektu Miejsce Otwarte zadbał o zwiększenie poczucia bezpieczeństwa kobiet oraz stworzenie okazji do dialogu międzypokoleniowego! Wszystko dzięki inicjatywom kierowanym do Mam z Córkami, by dzięki okazjom do spotkań w przyjaznej przestrzeni mogły pogłębić relacje i spędzić razem więcej czasu razem. Aktywnie – na zajęciach z samoobrony i treningu z wykorzystaniem brazylijskiej sztuki walki oraz przy herbacie i ciastkach – malując obraz kawą!

Jak podkreśla Monika Capińska, koordynatorka projektu Miejsce Otwarte, odbiór zajęć był bardzo pozytywny:

*„W trakcie Miesiąca krakowianek organizowane były między innymi zajęcia dla Mam z Córkami. Zajęcia były naprawdę świetne, było dużo zabawy, dużo śmiechu. Później feedback i od rodziców i od dzieci był taki, że tego typu zajęcia są bardzo przydatne i po prostu fajne”.*

## **Dlatego jeszcze się zobaczymy!**

Dziękujemy za zaangażowanie wszystkim osobom prowadzącym warsztaty i spotkania oraz wszystkim, którzy przyszli nas odwiedzić, podzielić się swoimi doświadczeniami i wziąć udział w proponowanych aktywnościach. Cieszymy się, że to nie koniec i że część Miesiąca krakowianek



**Magiczny  
Kraków**

zostaje z nami na dłużej!

Zapraszamy również do śledzenia naszych mediów społecznościowych, aby być na bieżąco z ofertą fundacji: IB w Hucie, Fundacja IB Polska, Centrum Wielokulturowe.

**ENG version**

## **March doesn't end on the 31st!**

The Kraków Woman's Month, organized in Krakow for the third time, is slowly coming to an end. As a IB Polska foundation, we had the pleasure of being part of this event and getting involved in various activities! Your commitment was so encouraging that we decided to continue some of the activities! That's why March isn't over for us yet!

Read what events and meetings led us to this decision!

## **March is the month of women's power**

As part of the Krakow Women's Month, numerous walks, preventive examinations and meetings introducing local heroines were organized. Improving competences and building self-confidence was also an important element. We are very happy that thous activities were possible thanks to the cooperation of various institutions and non-governmental organizations operating in Krakow.

As the IB Polska foundation, we have created a program available to as many people as possible. We used three of our locations throughout Krakow: the Education and Support Center and the Open Place (Os. Górali 24) and the Multicultural Center in Krakow (Zabłocie 20A). The teams in each project came up with proposals for various activities so that everyone interested could find something for themselves!

## **Sisterhood unites!**

A tour of the Czartoryski Museum in English, a walk in Ukrainian under the slogan „Women of Krakow” or a Women's multicultural breakfast together with the International Women's Association of Krakow (IWAK)... these are the activities that are the specialty of the Multicultural Center in Krakow!

Together with the Akcja Menstruacja, we also had the opportunity to invite you to menstrual workshops, during which you could learn a lot about reusable menstrual products and receive free hygiene products.

The organizer of the events at the Multicultural Center in Krakow was Paulina Pilipiuk, project coordinator, who remembers the Month of Krakow Women as follows:

*„All events were very popular. This year we decided to give the initiative to the inhabitants of Krakow and thanks to this we had many interesting meetings. For the first time, the Center*



*hosted a meeting on the experiences of Latinas living in Poland, and the Latinas en Polonia group organized a conference – a presentation of the various experiences of girls from Latin American countries. The first multicultural breakfast this year was also held on the same day.”*

## **Come to Nowa Huta, we will explain the world to you!**

Thanks to Marta Pawlikowska, Anna Chromik, Wiktoria Morawska and Joanna Wendorff, who conducted meetings at the Education and Support Center as part of the „Women Explain the World to Me” series, we were able to offer conversations about the everyday life of women on the autism spectrum, and about the power flowing from the solidarity of women and people. women’s groups, discuss and exchange experiences about grass-roots activities and consider whether success is determined by gender.

The friendly atmosphere and sense of sisterhood were truly amazing during this time! Joanna Kołek, coordinator of the Education and Support Center, remembers such a meeting most fondly:

*„During the conversation about sisterhood, when we came to the end of the meeting, there was an attempt to create a circle of women in which we all sat leaning over a candle as if it were a bonfire (...) Each of us then had time for a moment of gratitude and saying what you want to say and the experience of being here and now in a safe women’s circle.”*

At the Education and Support Center, as part of the „Women Explain the World” series, we will have suggestions for further meetings related to women’s everyday life and more! Each meeting has a different topic and an interesting story.

On April 11, we will be visited by Oliwia Cieślik, who was a volunteer in the Czyste Bity project. During the meeting, we will talk about the consequences of taking psychoactive substances, what types of psychoactive substances are and their characteristics, and how to help a person who feels bad after consuming a psychoactive substance.

## **Mothers and daughters hand in hand!**

The Open Place project team made sure to increase women’s sense of security and create opportunities for intergenerational dialogue! All thanks to initiatives addressed to mothers and daughters, so that thanks to the opportunity to meet in a friendly space, they can deepen their relationships and spend more time together. Actively – during self-defense classes and training using Brazilian martial arts, and over tea and cookies – painting a picture with coffee!

As Monika Capińska, coordinator of the Open Place project, emphasizes, the reception of the classes was very positive:

*„During the Krakow Women’s Month, classes for mothers and daughters were organized, among others. The classes were really great, there was a lot of fun, a lot of laughter. Later, the feedback from both parents and children was that these types of classes were very useful and simply cool.”*



**Magiczny  
Kraków**

## **That's why we'll see each other again!**

We would like to thank all the people conducting workshops and meetings for their commitment, as well as everyone who came to visit us, share their experiences and take part in the proposed activities. We are glad that this is not the end and that part of the Month of Krakow Women stays with us longer!

We also invite you to follow our social media to stay up to date with the foundation's offer: IB Polska w Hucie, Fundacja IB Polska, Centrum Wielokulturowe w Krakowie.