



# IV MAŁOPOLSKI KONGRES Kobiet

5 MARCA 2017  
DoubleTree by Hilton Krakow Hotel & Convention Center  
ul. Dąbska 5, Kraków

*Moc jest w nas!*

Zapraszają organizatorki MKK od 2014 r. - Stowarzyszenie Most Kobiet

## IV MAŁOPOLSKI KONGRES KOBIEC

**5 MARCA 2017 r.**

w centrum konferencyjnym Double Tree by Hilton przy ul. Dąbskiej 5 w Krakowie

Hasło: ***Moc jest w nas***

największe i najważniejsze wydarzenie kulturalno-społeczne adresowane do kobiet w Małopolsce w 2017 r.

### PROGRAM SKRÓCONY

Recepcja i rejestracja czynna od godz. 9:00

Sala Kraków 1+2, godz. 10:00

**SESJA OTWIERAJĄCA godz. 10:00 – 11:45**

**10:00-10:30 Występ Crazy Accordion Trio**

**10:30 Otwarcie Kongresu**

- Powitanie gości, przedstawienie partnerów i organizatorek
- **Kobiety w historii Polski** - wykład otwierający Prof. Anny Siwik, Prorektor AGH
- „Srebrny Pazur” - wręczenie wyróżnienia dla Małopolanki Roku 2016
- **Krakowski Szlak Kobiet. Moc krakowskich emancypantek.** Prelekcja ilustrowana przezroczeniami przygotowana przez Ewę Furgal z Fundacji Przestrzeń Kobiet
- **Krótką informacją o programie**

W części otwierającej, którą poprowadzi Renata Lisowska, udział swój zapowiedział Prezydent Miasta Krakowa Prof. Jacek Maria Majchrowski.

**PANELE – SPOTKANIA - WYKŁADY 12:15 – 17:15 równoległe w 4 salach**

Sala Kraków 1, godz. 12:15 – 13:30

- **Czym oddychamy w Małopolsce.** W panelu udział weźmie prof. Piotr Kleczkowski (AGH), pan Jacek Krupa, Marszałek Województwa Małopolskiego, Witold Śmiałek - Doradca Prezydenta Miasta Krakowa ds. Jakości Powietrza i Dr hab. med. Ewa Konduracka - kardiolog, specjalista chorób wewnętrznych. Panel prowadzi Sylwia Salwińska.

**Sala Kraków 1, godz. 13:45 – 15:00**

- **Jak dyskutować, aby się nie kłócić. Jak mówić, aby nas słuchano i jak słuchać innych.** Panel poświęcony skutecznej komunikacji, przygotowany przy udziale wykładowców z Wydz. Humanistycznego AGH. Udział wezmą: Profesor dr hab. Bogusław Skowronek (Instytut Filologii Polskiej, Uniwersytet Pedagogiczny), Dr Anna Olszewska (Wydział Humanistyczny, Akademia Górniczo-Hutnicza w Krakowie), Profesor dr hab. Magdalena Lisowska Magdziarz (Instytut Dziennikarstwa, Mediów i Komunikacji Społecznej, Uniwersytet Jagielloński), Mgr Zyta Machnicka (Employer Branding /Wydział Humanistyczny, Akademia Górniczo-Hutnicza w Krakowie i Lightness), dr Dorota Żuchowska Skiba (WH AGH), dr Katarzyna Leszczyńska (WH AGH).

**Sala Kraków 1, godz. 15:15 – 16:30**

- **Moc słowa, komunikacja bez przemocy.** Panel poświęcony komunikacji interpersonalnej, przygotowany przy udziale psychologów i specjalistów od komunikacji bez przemocy. Celem panelu będzie próba odpowiedzi na pytania: Na czym polega moc słów? Na czym polega skuteczna komunikacja, która przynosi obu stronom relacji radość i satysfakcję? Dlaczego tak łatwo, pomimo dobrych intencji, zdarzają się nam nieporozumienia i kłótnie? Jak budować porozumienie, kiedy brak nas w gotowości otwarcia się na drugą stronę? W panelu udział wezmą: Anna Han, Ewa Nieć, Joanna Nowicka, Aneta Ryfczyńska. Prowadzenie Agnieszka Barańska, opiekunka panelu Natalia Dragosz

**Po panelu – ok. godz. 16:30**

- **Aneta Pondo przedstawi... Kręgi kobiet – inny wymiar komunikacji i czerpania mocy**  
Kręgi są najstarszą formą komunikacji. W kręgu każdy jest różny i równy. W kręgu nikt nikomu nie przerywa, nie doradza, nie ocenia. Dziś na nowo odkrywamy ideę kręgów, by przywrócić kobietom moc, by głos każdej z nich został usłyszany.

**Sala Kraków 2, godz. 12:15 – 13:30**

- **Panel: Kreatorki, autorki, badaczki.**

Panel dyskusyjny, podczas którego stawiane będą pytania dotyczące znaczenia kobiecości w szeroko rozumianym procesie twórczym i zawodowym. Dyskusja z elementami prezentacji twórczości artystycznej, literackiej, naukowej oraz doświadczenia zawodowego zaproszonych Gości. Udział biorą: lek. med. Małgorzata Radwan-Ballada (Wiceprzewodnicząca Sejmiku Województwa Małopolskiego, Wiceprzewodnicząca Komisji Ochrony Zdrowia Sejmiku Małopolskiego), prof. dr hab. Anna Nasiłowska (IBL PAN), dr hab. Beata Bigaj-Zwonek (Akademia Ignatianum w Krakowie), dr hab. Małgorzata Abassy (UJ), Dorota Ślęzak (artystka Piwnicy pod Baranami). Prowadzenie dr Bogusława Bodzioch-Bryła (Akademia Ignatianum w Krakowie)

**Sala Kraków 2, godz. 13:45 – 15:00**

- **Profilaktyka to podstawa.** O dietetyce, kobiecym sercu, depresjach u osób starszych, nowotworach jelita grubego i kolonoskopii mówić będą: Prof. Jadwiga Nessler, Prof. Dominika Dudek, Dr Krzysztof Bucki, dietetyk Anna Przebinda. Opiekunka panelu Sylwia Salwińska, moderator – Jerzy Federowicz.

Sala Kraków 2, godz. 15:15 – 16:15

- **Cyfrowy szklany sufit - czego nie wiesz o ograniczeniach w karierze kobiet i ile nas kosztuje ta niewiedza?** Dr Piotr Prokopowicz, socjolog z UJ, omówi wyzwania jakim muszą stawić czoła kobiety w procesach rekrutacji i selekcji oraz dlaczego nierówności w rozwoju kariery zawodowej kobiet i mężczyzn nam się nie opłacają. Dr Joanna Pyrkosz-Pacyna, psycholog z AGH, wyjaśni dlaczego właściwie tak mało kobiet zajmuje się naukami ścisłymi oraz dlaczego warto to zmienić. Dr Monika Aksamit-Koperska, Stowarzyszenie Rzecznicy Nauki, postara się poszukać odpowiedzi na pytanie: czy w świecie nauki kobieta kobiecie jest wrogiem? Prowadzenie Joanna Kongstad

Sala Kraków 2, godz. 17:40 – 18:10

- **Międzypokoleniowy pokaz mody** – przy współpracy Krakowskiej Szkoły Artystycznego Projektowania Ubioru SAPU

Sala Londyn 1, godz. 12:00 – 13:30

- **Kobieta Asertywna** - wykład motywujący przygotowany przez Studio Rozwoju Kompetencji Anny Łyżwy, prowadzi **Sylwia Krysa** - psycholog, trener asertywności. Opowie o tym, w jaki sposób można z większą odwagą oraz bardziej skutecznie działać w swoim życiu zawodowym i prywatnym. Przedstawi jakie możliwości, spokój ducha oraz komfort psychiczny daje postawa asertywna. Pokaże, że asertywność może w sobie łączyć delikatność, kobiecość oraz dobre relacje z innymi ludźmi, ponieważ Kobieta asertywna łączy w sobie łagodność ze stanowczością. Wyjaśni czym asertywność jest, a czym nie oraz czy warto jest się jej uczyć. Uczestniczki wykładu będą mogły również poznać historie kobiet, które rozwinęły swoje asertywne umiejętności. Zobaczymy, jak sobie z tym poradziły i co asertywność zmieniła w ich życiu.

Sala Londyn 1, godz. 13:45 – 15:45

- **Moc młodości. Jak ją w sobie odkryć i zachować na dłużej.**  
"Jedni są wiecznie młodzi, drudzy wiecznie starzy, to kwestia charakteru, a nie kalendarzy" - tak mówi fraszka Jana Sztaudyngera. W rozmowie z wyjątkowymi kobietami, które mają w sobie moc młodości, spróbujemy zweryfikować tę prawdę i stworzyć receptę na młodość ;-) W spotkaniu udział wezmą: **Krystyna Mazurówna** – wybitna tancerka i choreografka, **Krystyna Leśniak-Moczuk**, prezeska Stowarzyszenia Krystyn Podkarpackich, **Olga Haller** - psycholożka, trenerka, terapeutka. Spotkanie poprowadzi Małgorzata Bednarczyk

Sala Londyn 1, godz. 15:00 – 16:00

- **Panel: Kobieta w nowej ojczyźnie.** Spotkanie z ciekawymi kobietami, które zafascynowane Polską - postanowiły tu zostać, albo po wielu latach na emigracji, powróciły. Jak zadomowiły się w nowej ojczyźnie? Udział wezmą: Lea Kielsden, Carolina Pocięgiel, Ewa Rusin, Krystyna Karabuła. Moderatorka: Aleksandra Kubik, opiekunki panelu Aleksandra Michta i Małgorzata Kubik

**Sala Londyn 1, godz. 16:15 – 17:15**

- **Wspieranie rozrodczości: in vitro i naprotechnologia**

Zapłodnienie pozaustrojowe jest techniką wspomaganego rozrodu i objawową metodą leczenia niepłodności. Obejmuje kilka różnych zabiegów odbywających się na poziomie komórkowym, a ich wspólnym mianownikiem jest przebieg in vitro (dosłownie „w szkle”) czyli poza organizmem żywym. ART traktuje się je jako ostaną szansę na poczęcie i zrodzenie biologicznego potomka, kiedy inne metody leczenia zawiodły. NaProTechnologia jest metodą diagnozowania i leczenia niepłodności polegającą na prowadzeniu dokładnych obserwacji kobiecego organizmu i tworzeniu na tej podstawie indywidualnych wytycznych dla każdej pary. Jej wynalazca i prekursor, profesor Thomas Hilgers postawił tezę, iż większość przypadków niepłodności idiopatycznej (o niewyjaśnionym medycznie podłożu) to w istocie niezdiagnozowane przypadki całkowicie uleczalnej niepłodności. Panel z udziałem dr Bartosza Chrostowskiego, który opowie o metodzie in-vitro, prowadzi bioetyk dr Małgorzata Jantos.

**Sala Londyn 2, godz. 12:00 – 13:00, konsultacje sala Paryż, g. 13:00-14:00**

- **Alimenty, rodzicielstwo i odpowiedzialność.** Milion dzieci w Polsce nie otrzymuje zasądzonych prawomocnymi wyrokami alimentów. Dlaczego tak się dzieje? Jak egzekwować zobowiązania wobec dzieci? O zmianach prawnych i systemowych które są niezbędne do skutecznego zabezpieczenia potrzeb dzieci. Panel prowadzi Katarzyna Stadnik, Stowarzyszenie Poprawy Spraw Alimentacyjnych Dla Naszych Dzieci. W Panelu wezmą udział członkowie honorowi Stowarzyszenia: Dr Elżbieta Korolczuk – socjolożka i aktywistka, Adwokat Kamila Księżyk, Robert Damski, - Komornik sądowy przy sądzie w Lipnie, członek Zespołu Ekspertów ds. Alimentów oraz Marcin Mrowicki - Adwokat, Główny Specjalista w Zespole Prawa Karnego w Biurze Rzecznika Praw Obywatelskich, członek Zespołu Ekspertów ds. Alimentów.

**Sala Londyn 2, godz. 13:15 – 14:30**

- **Moc jest w nich. O kobietach i mężczyznach z niepełnosprawnymi dziećmi.** Panel z udziałem prof. Barbary Gąciarz, Pełnomocnika Rektora AGH ds. Osób Niepełnosprawnych. Udział wezmą: Anna Kotulska-Basiura - matka korzystająca z pomocy i wsparcia Maltańskiego Centrum Pomocy Niepełnosprawnym Dzieciom i ich Rodzinom; Maciej Juruś i Michał Kosowicz - ojcowie na medal. Fundacja "Józef". Wydali kalendarz ze zdjęciami ojców z ciężko chorymi dziećmi w celu zdobycia funduszy na ich rehabilitację. Alina Perzanowska - Wspólnota Nadziei - Farma Życia, Więckowice to ośrodek pobytu stałego, pracy, terapii aktywizacji zawodowej dla dorosłych osób ze spektrum zaburzeń autystycznych; Jolanta Otałęga - prezes Stowarzyszenia "Effata", Małgorzata Górecka - terapeutka pracująca z rodzicami. Panel poprowadzi Małgorzata Kubik, opiekunka panelu Grażyna Smarzewska

**Sala Londyn 2, godz. 14:45 – 16:00**

- **Polityka dla kobiet. Kobiety w polityce. Czyli o partycypacji w życiu publicznym.**

Od 1989 do polityki wejść może każdy, obywatele mogą mieć realny wpływ i udział w kształtowaniu rzeczywistości. Obywatele tak, ale czy w równym stopniu wpływ mają też obywatelki? Partycypacja kobiet w życiu publicznym choć systematycznie się zwiększa w dalszym ciągu pozostawia wiele do

życzenia. Jak realnie budować pozycję kobiet w polityce? Jak sprawić żebyśmy same chciały się zaangażować? Jak budować damską solidarność? Na te i wiele innych pytań odpowiedzą: Udział wezmą: Katarzyna Zielińska, socjolożka UJ, Monika Rosa, posłanka. Panel prowadzi Nina Gabryś.

#### Sala Londyn 2, godz 16:15-17:20

- **Nasze emerytury** – większość z nas będzie kiedyś emerytami i emerytkami. Ale jak nam się wtedy będzie żyło? Czy emerytalny system jaki mamy mógłby być bardziej sprawny i wydolny? Dlaczego obniżenie wieku emerytalnego to pułapka dla kobiet? Co z programami zapewniającymi opiekę starszym rodzicom, by umożliwić dłuższą pracę zawodową ich dzieciom? Panel z udziałem eksperta dra Łukasza Wacławika, z Katedry Zarządzania Organizacjami, Kadrami i Prawa Gospodarczego AGH, Jerzego Meysztowicza - przedsiębiorcy i społecznika, posła na Sejm VIII kadencji, Przewodniczącego Sejmowej Komisji Gospodarki i Rozwoju oraz Katarzyny Opczki, ekonomistki, która w Urzędzie Marszałkowskim Województwa Małopolskiego zajmuje się zagadnieniami dotyczącymi zmian demograficznych. Moderatorka Sylwia Salwińska.

#### Sala Rzym godz. 12:00 – 15:00

- Dzięki partnerstwu Szpitala Specjalistycznego im. Jana Pawła II uczestniczki będą mogły poddać się badaniom EKG w specjalnie zorganizowanym gabinecie.

#### Sala Paryż, godz. 15:00 – 15:45

- **Spotkanie pod hasłem Ruch i aktywność dla kobiet.** Interesuje Cię bieganie, chcesz podjąć treningi pod fachową opieką trenerek i trenerów z AWF i poznać nowinki ze świata aktywności fizycznej - zapraszamy do sali Paryż! .Będzie czekała tam na Ciebie trenerka Joanna Gradek. Jeżeli nigdy nie biegałaś, masz nadwagę, chcesz podjąć aktywność fizyczną to przyjdź posłuchać o truchtaniu czyli slow joggingu. Na krótki trening zaprasza certyfikowana trenerka slow joggingu Małgorzata Bednarczyk [www.truchtamy.pl](http://www.truchtamy.pl)

#### Sala Paryż, godz. 16:00 – 17:20

- **Panel: Młoda Pol(s)ka. Portrety.** Pokolenie Y jest nazywane zuchwałym, przekonanym o własnej wyjątkowości. Jest otwarte na wyzwania i ma wielki apetyt na życie. Żyje zanurzone w globalnym, cyfrowym świecie. Komunikuje się na skróty, przede wszystkim ze swoimi rówieśnikami. Alienuje się od starszych i niechętnie szuka wśród nich swoich autorytetów. Jednocześnie zauważalnie rośnie rola kobiet, które konsekwentnie poszerzają obszary swojej dominacji :). O tym, jaki świat nam zaprojektują w najbliższej przyszłości, przekonamy się podczas rozmów z kilkoma przedstawicielkami tej generacji. Będziemy rozbrajać stereotypy, uczyć się słuchać i budować wspólne wartości. Prowadzenie Tomasz Janowski

## ATRAKcje ARTYSTYCZNE I WYDARZENIA TOWARZYSZĄCE

### W dniu Kongresu:

Sala Kraków: godz. 10:00

- **Występ Crazy Accordion Trio**

Trzech młodych akordeonistów wykonuje własne aranżacje muzyki klasycznej, filmowej i popularnej. Na rozpoczęcie Kongresu zagrają: Swedish House Mafia - Don't You Worry Child, Adele - Hello Crazy Accordion Trio cover, Brian Crain - Reflections In The Windows, Yann Tiersen - J'y Suis Jamais Alle, Motion Trio- Libertin, Avicii - Wake Me Up, Motion Trio - Balcan Dance, Astor Piazzolla -Libertango.

Sala Kraków 1, godz. 17:00 – 17:30

- **"Portki" po góralsku - przedstawienie przygotowane przez Stowarzyszenie Lokalna Grupa Działania "Gorce-Pieniny"**
- przed sztuką, o godz. 16:55 losowanie nagród - AVIVA

Sala Kraków 2, godz. 17:40 – 18:10

- **Międzypokoleniowy pokaz mody – przy współpracy Krakowskiej Szkoły Artystycznego Projektowania Ubioru SAPU [www.ksa.edu.pl](http://www.ksa.edu.pl) - partnera Małopolskiego Kongresu.**  
W pokazie wezmą udział panie w wieku od 15 do 62 lat. Większość z nich nie miała wcześniej styczności z modelingiem. Zaprezentują kolekcje projektantów związanych z SAPU: Tomasza Jakowienki, Olgi Lukianenko i Patrycji Pasek.

### Wydarzenia towarzyszące IV Małopolskiego Kongresu Kobiet w innych dniach:

- **Zwiedzanie Muzeum Lotnictwa** bezpłatne dla uczestników IV MKK w dniach 5,7 i 8.03. Wstęp na podstawie identyfikatorów.
- **ONNA - piękno, siła, ekstaza. Zwiedzanie wystawy w Muzeum Narodowym** bezpłatne dla uczestników IV MKK w dniach 7 - 10 marca 2017 r. Wstęp na podstawie identyfikatorów. Odbiór biletów w kasie.
- **ONNA - piękno, siła, ekstaza.** Zwiedzanie z oprowadzaniem - 7 marca godz. 12.00 pod kierunkiem Beaty Romanowicz, kustosa Działu Sztuka Dalekiego Wschodu i kuratora wystawy. Wstęp na podstawie identyfikatorów. Odbiór biletów w kasie. Zapisy podczas kongresu.
- **Pejzaże kobiece** – wystawa prac Aliny Brzozowskiej, Klub Kazimierz ul. Krakowska 13. Czynna od 13:30 do 19:00, 8 do 22 marca, wstęp bezpłatny.
- **Śladami emancypantek krakowskich** – 25 marca wycieczka prowadzona przez Ewę Furgal z fundacji Przestrzeń Kobiet. Zapisy podczas kongresu.
- Na Kazimierz **„Tajemniczy i zmienny jak kobieta”** zaprasza 26 marca Grupa Aktywni. Zapisy podczas Kongresu.
- Podziemia Rynku – **„MATKA, ŻONA I WIEDZMA - kobieta średniowiecza”** (wstęp 19 zł) Grupa Aktywni. Zapisy podczas Kongresu.
-



**Organizator Małopolskiego Kongresu Kobiet**

Stowarzyszenie Most Kobiet, .  
ul. Papiernicza 2, 31-221 Kraków, KRS 0000468408,  
Nr konta: Bank Millennium 24 1160 2202 0000 0002 4693 3466  
e-mail: [biuro@mostkobiet.org.pl](mailto:biuro@mostkobiet.org.pl), [www.malopolskikongreskobiet.pl](http://www.malopolskikongreskobiet.pl)

**PATRONATY HONOROWE:**

Marszałka Województwa Małopolskiego - Jacka Krupa  
Prezydenta Miasta Krakowa - Jacka Marii Majchrowskiego  
JM. Rektora Akademii Górniczo-Hutniczej w Krakowie - prof. Tadeusza Słomki

**PARTNERZY:**

Województwo Małopolskie

Miasto Kraków

DoubleTree by Hilton Kraków Hotel & Convention Center  
Szkoła Artystycznego Projektowania Ubioru w Krakowie

**PARTNERZY:**



**PATRONATY HONOROWE:**

Pan Jacek Krupa - Marszałek Województwa Małopolskiego  
Prof. Jacek Maria Majchrowski - Prezydent Miasta Krakowa  
JM Rektor AGH prof. Tadeusz Słomka

**PATRONATY MEDIALNE:**



**SPONSORZY**



**MATRONAT:**

