

# DOBRE PRAKTYKI PIERWSZEJ KADENCJI MŁODZIEZOWEGO SEJMIKU WOJEWÓDZTWA MAZOWIECKIEGO



**Mazowsze.**  
serce Polski



Publikacja powstała w ramach projektu „Powołanie i działanie Młodzieżowego Sejmiku Województwa Mazowieckiego”, realizowanego przez Fundację Civismus Polonus, finansowanego ze środków z budżetu Województwa Mazowieckiego.



W niniejszej publikacji zaprezentowane zostały wybrane inicjatywy młodzieżowych radnych.

1. Wsparcie samorządów uczniowskich z Mazowsza
2. Młodzież zabiera głos w sprawie przyszłości Europy
3. Budżet Obywatelski Mazowsza
4. Turniej o puchar Młodzieżowego Sejmiku Województwa Mazowieckiego
5. Inspiratornia projektów kulturalnych
6. Współpraca z młodzieżowymi radami i sejmikami wojewódzkimi
7. Ruch o zdrowie
8. Promocja młodzieżowego wolontariatu
9. Głos mazowieckiej młodzieży w sprawie stanu powietrza

DOBRE PRAKTYKI



Pierwsza kadencja Młodzieżowego Sejmiku Województwa Mazowieckiego przypadła na okres od grudnia 2019 r. do grudnia 2021 r.

# WSPARCIE SAMORZĄDÓW UCZNIOWSKICH Z MAZOWSZA



JULIA TRZASKOMA,  
RADNA MSWM

„Brałam udział w przygotowaniu i współprowadziłam konferencję Inspiratornia Samorządów Uczniowskich. Prawie 70 uczniów i nauczycieli miało okazję poznać zebrane przez nas dobre praktyki i otrzymać odpowiedzi na trudności, z jakimi zmagają się w swoich szkołach”.

Większość radnych Młodzieżowego Sejmiku Województwa Mazowieckiego swoje pierwsze kroki na rzecz angażowania się w sprawy swojego otoczenia stawiała w szkole. Zdając sobie sprawę z tego, że samorząd uczniowski jest często dla uczniów pierwszą ważną lekcją demokracji i zaangażowania, radni pierwszej kadencji Młodzieżowego Sejmiku Województwa Mazowieckiego postanowili aktywnie wspierać działalność samorządów uczniowskich z mazowieckich szkół.



„Pracowałem w grupie, która przygotowała badanie samorządów uczniowskich z Mazowsza. Wyniki badania wskazały, że uczniowie i nauczyciele potrzebują inspiracji do działań, zwłaszcza w czasie pandemii i nauki zdalnej”.

KACPER KALETA,  
RADNY MSWM



## Posiedzenie Komisji Edukacji i Aktywności Obywatelskiej MSWM



Przewodniczący Komisji:  
Michał Błotny

Wiceprzewodniczący Komisji:  
Kacper Kaleta



**Mazowsze.**  
serce Polski

Pierwszym z projektów, które przeprowadzili młodzieżowi radni w obszarze samorządności uczniowskiej, była kampania edukacyjna online. Przez kilka tygodni radni tworzyli i publikowali na fanpage-u Młodzieżowego Sejmiku posty dotyczące prawnych podstaw działania samorządów uczniowskich, ich zadań i możliwości oraz dobrych praktyk takich, jak szkolny budżet partycypacyjny, rady szkoły, jarmark pomysłów czy kupon na dodatkowe nieprzygotowanie

Kolejnym działaniem było założenie grupy „Samorządy Uczniowskie z Województwa Mazowieckiego” na Facebooku. Grupa zrzesza przedstawicieli szkół z różnych części Mazowsza i służy wymianie doświadczeń z zakresu działania samorządów w szkołach.



### Samorządy uczniowskie z województwa Mazowieckiego

Grupa Prywatna · 142 członków

Dołącz do grupy







Następnym działaniem radnych było opracowanie ankiety i przeprowadzenie badania potrzeb samorządów uczniowskich z Mazowsza. Wyniki tego badania pokazały, że większość samorządów uczniowskich źle radzi sobie z pracą w okresie pandemii i zajęć zdalnych oraz potrzebuje inspiracji i dobrych porad. Zainspirowało to radnych do zorganizowania konferencji dla uczniów i nauczycieli.

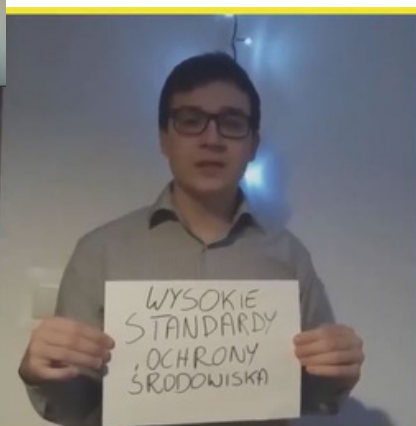
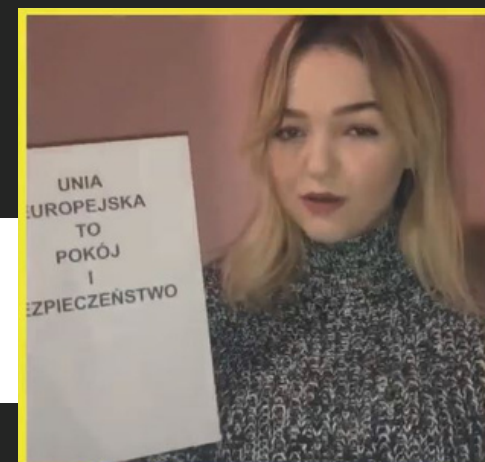
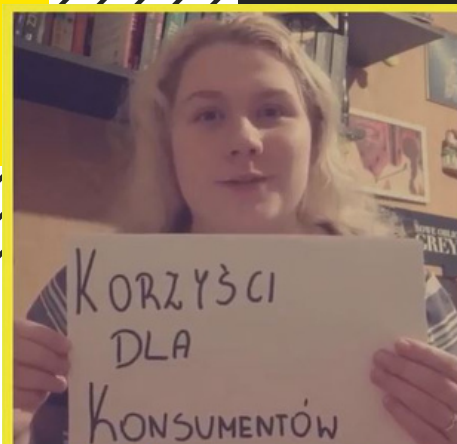
1 grudnia 2022 r. odbyła się konferencja online „Inspiratornia samorządów uczniowskich”, w której udział wzięło niemal 70 uczniów i nauczycieli z mazowieckich szkół. Konferencję poprzedziła intensywna i twórcza praca zespołu organizacyjnego, wspieranego przez koordynatora Młodzieżowego Sejmiku oraz opiekunkę Komisji Edukacji i Aktywności Obywatelskiej. Zespół opracował i rozesłał informację o konferencji do wszystkich szkół podstawowych i ponadpodstawowych w województwie mazowieckim.



Celem konferencji była wymiana doświadczeń samorządów uczniowskich, szczególnie w ich działalności w okresie nauki zdalnej podczas pandemii, oraz zapewnienie merytorycznego wsparcia w rozwiązywaniu problemów samorządów związanych np. z finansowaniem ich działania czy organizacją codziennej pracy. Wydarzenie moderowały radne Młodzieżowego Sejmiku. Podczas konferencji przedstawiono dobre praktyki działania samorządów z 5 wybranych szkół z Mazowsza: LO im. Stanisława Małachowskiego w Płocku, CXIX LO im. Jacka Kuronia w Warszawie, II LO im. Króla Jana III Sobieskiego w Legionowie, XLV LO im. Romualda Traugutta w Warszawie, Zespół Szkół Licealnych i Technicznych nr 1 w Warszawie. Konferencję zakończyło wystąpienie dr Olgi Napiontek, ekspertki ds. samorządów uczniowskich.

# MŁODZIEŻ ZABIERA GŁOS W SPRAWIE PRZYSZŁOŚCI EUROPY

Temat kondycji Europy i przyszłości Unii Europejskiej przewijał się podczas całej kadencji Młodzieżowego Sejmiku Województwa Mazowieckiego. Radni włączali się różnego rodzaju akcje promujące europejskie wartości oraz w dyskusje dotyczące rozwoju Unii Europejskiej



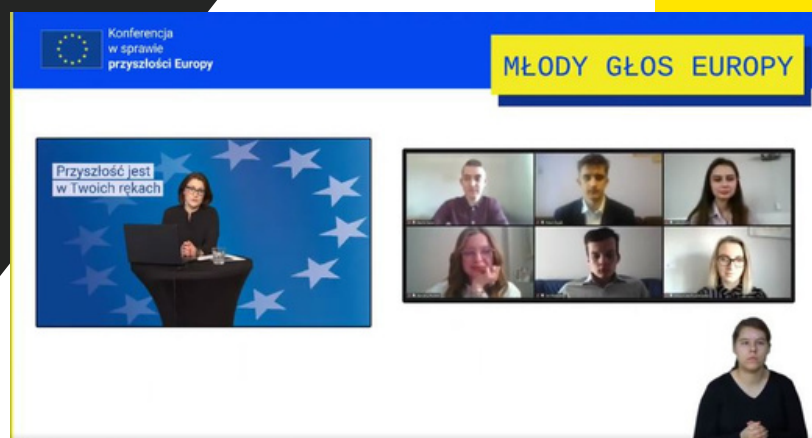
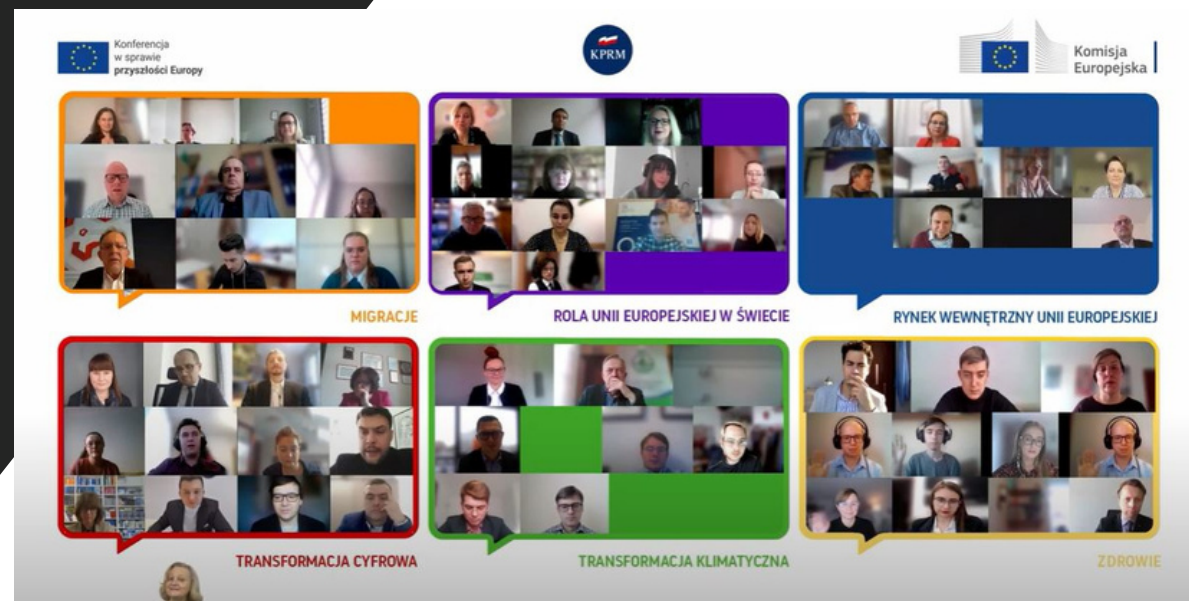
O zajęcie się tematem Unii Europejskiej zaapelował do młodzieżowych radnych Marszałek Województwa Mazowieckiego Adam Struzik podczas spotkania, które odbyło się 27 kwietnia 2020 r. Zwrócił uwagę na to, że młodzi ludzie powinni interesować się sprawami Europy oraz dbać o promocję jej priorytetów i wartości.

Młodzieżowi radni aktywnie wyrazili swój sprzeciw wobec ryzyka wyjścia Polski z Unii Europejskiej. Nagrali i promowali w Sieci film, na którym zwrócili uwagę na korzyści, jakie daje obywatelom Polski członkostwo w Unii Europejskiej.



Młodzieżowy Sejmik Województwa Mazowieckiego aktywnie włączył się w Konferencję w sprawie przyszłości Europy. To cykl debat i spotkań, dyskusji z obywatelami UE, w ramach którego każdy może wyrazić swój głos w sprawie priorytetów i kierunków rozwoju Europy.

Wydarzenie inauguracyjne Konferencję w sprawie przyszłości Europy odbyło się 9 maja 2020 r. i zostało zorganizowane przez Przedstawicielstwo Komisji Europejskiej w Polsce. Dzięki współorganizacji wydarzenia przez Fundację Civis Polonus, prowadzącą pierwszą kadencję Młodzieżowego Sejmiku, do wydarzenia udało się zaprosić przedstawicieli Młodzieżowego Sejmiku Województwa Mazowieckiego. Dzięki temu mogli oni wziąć udział w cyklu warsztatów przygotowujących do debaty online, a następnie w grupie kilkunastu młodzieżowych liderów z całej Polski spotkać się z wybitnymi ekspertami i przedstawić rekomendacje młodzieży w tematach takich, jak zdrowie, edukacja i demokracja.



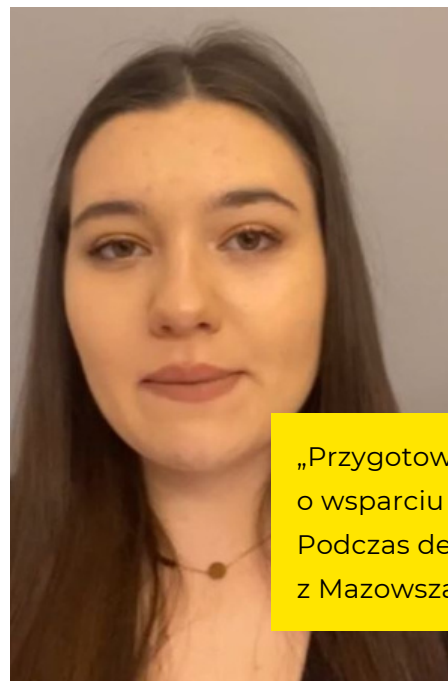
Dzięki Współpracy Fundacji Civis Polonus i Młodzieżowego Sejmiku z Przedstawicielstwem Komisji Europejskiej w Polsce młodzieżowi radni zostali zaproszeni do uczestnictwa w Krajowej debacie o przyszłości Europy, współorganizowanej przez Kancelarię Prezesa Rady Ministrów, która odbyła się 29 listopada 2021 r. Czworo radnych Młodzieżowego Sejmiku wzięło udział w wypracowywaniu rekomendacji o przyszłości Europy i reprezentowało głos młodych Polaków w takich tematach, jak rola Unii Europejskiej w świecie, rynek wewnętrzny Unii Europejskiej, transformacja cyfrowa i transformacja klimatyczna.

DOBRE PRAKTYKI

Dużym sukcesem radnych Młodzieżowego Sejmiku Województwa Mazowieckiego była organizacja ich własnego wydarzenia wpisującego się w Debatę o przyszłości Europy „Euroyouths. Debata o zaangażowaniu obywatelskim młodzieży i roli UE we wspieraniu edukacji obywatelskiej”.

Nad organizacją wydarzenia pracował kilkunastoosobowy zespół młodzieżowych radnych. Nawiązali oni współpracę z przedstawicielami zespołu eksperckiego Team Europe, którzy pomogli im przygotować się merytorycznie do prowadzenia debaty. Młodzież określiła program debaty oraz przygotowała się do poprowadzenia części warsztatowej w grupach, która miała służyć wypracowaniu przez młodzież z Mazowsza rekomendacji dla UE w zakresie polityki młodzieżowej i edukacji obywatelskiej. Debata odbyła się 23 listopada 2021 r. w Warszawie. Ze względu na ograniczenia spowodowane obostrzeniami w związku z Covid-19 w debacie udział mogło wziąć niewiele ponad 20 młodych ludzi, ale za duży sukces należy uznać to, że wypracowali oni swoje rekomendacje, które zostały następnie zamieszczone na oficjalnej platformie internetowej Konferencji w sprawie przyszłości Europy.

# Euroyouths debata



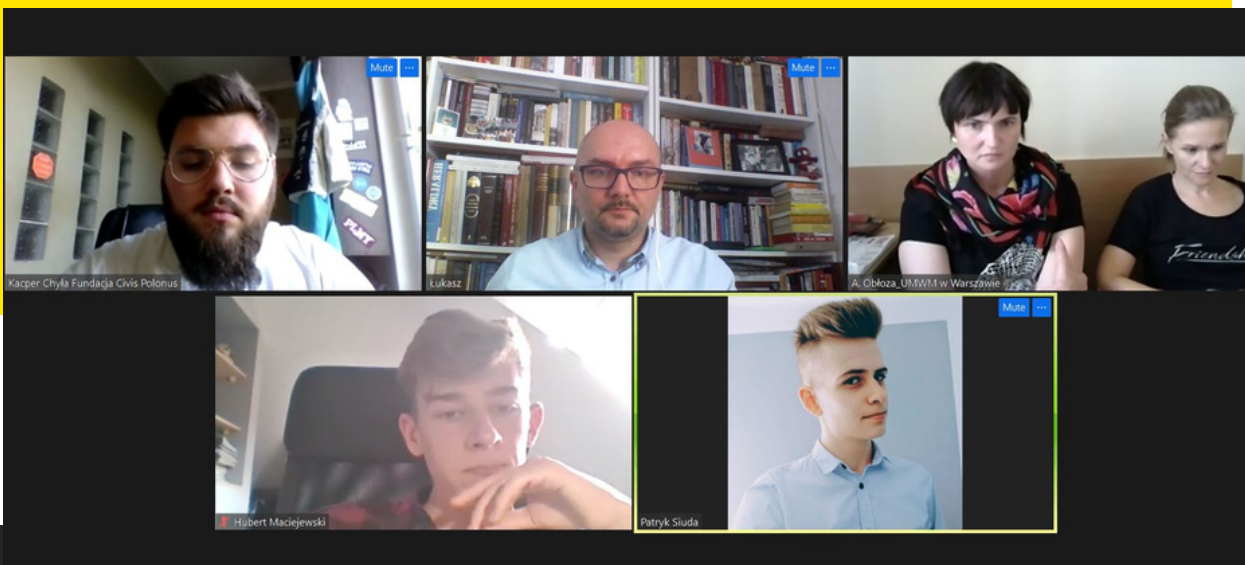
„Przygotowywałam i współprowadziłam debatę Euroyouths o wsparciu młodych ludzi, jakie oferuje Unia Europejska. Podczas debaty wypracowaliśmy rekomendacje młodzieży z Mazowsza w sprawie przyszłości Europy”.

**DOMINIKA KOWALSKA,  
RADNA MSWM**

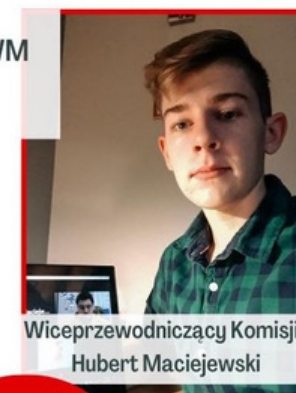
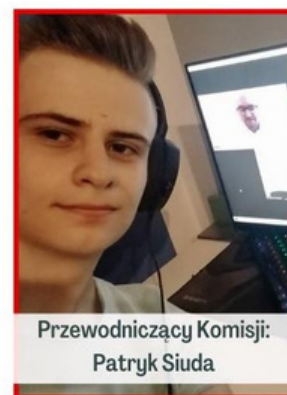


# BUDŻET OBYWATELSKI MAZOWSZA

Pierwsza kadencja Młodzieżowego Sejmiku Województwa Mazowieckiego przypadła na okres, w którym wystartowała pierwsza edycja Budżetu Obywatelskiego Mazowsza. W związku z tym, że młodzieżowi radni w ramach swoich działań w różny sposób promowali wartości i mechanizmy demokratyczne, chętnie podjęli temat budżetu obywatelskiego.



## Posiedzenie Komisji Rozwoju MSWM i przygotowanie planu działań



**Mazowsze.**  
serce Polski

Budżetem obywatelskim zajęła się głównie Komisja Rozwoju, ale z uwagi na duże zainteresowanie młodzieży tym narzędziem partycypacyjnym, działania komisji wspierali także inni radni, włączając się między innymi w akcje promocyjne. Młodzieżowy Sejmik, konsultując założenia Budżetu Obywatelskiego Mazowsza, miał okazję współpracować z Biurem ds. Budżetu Obywatelskiego Mazowsza w Urzędzie Marszałkowskim Województwa Mazowieckiego.



Tematem budżetu obywatelskiego młodzieżowi radni zajmowali się podczas prac Komisji Rozwoju, spotkań roboczych z Przedstawicielami Urzędu Marszałkowskiego Województwa Mazowieckiego, a także podczas oficjalnych sesji Młodzieżowego Sejmiku. Na jednej z nich w czerwcu 2020 r. radni przyjęli stanowisko w sprawie możliwości bezpośredniego głosowania w Budżecie Obywatelskim Mazowsza przez młodzież powyżej 13 roku życia.

W 2020 r. radni Młodzieżowego Sejmiku aktywnie włączyli się w akcję promującą głosowanie w pierwszej edycji Budżetu Obywatelskiego Mazowsza. Opracowali scenariusz i nagrali film, w którym zachęcali swoich rówieśników do oddania głosu na projekty. Dzięki znakomitej promocji filmu za pośrednictwem Facebooka obejrzało go prawie 35 tys. osób.



Radni Młodzieżowego Sejmiku zaprosili do współpracy przedstawicieli Urzędu Marszałkowskiego Województwa Mazowieckiego i wspólnie z nimi opracowali program i przeprowadzili webinarium dotyczące Budżetu Obywatelskiego Mazowsza. Jego celem było przybliżenie młodzieży z Mazowsza założeń tego mechanizmu współdecydowania mieszkańców o wojewódzkim budżecie.



Komisja Rozwoju opracowała i zgłosiła do Budżetu Obywatelskiego Mazowsza swój własny projekt „Ekonomia Tour”. Zakładał on rozwój przedsiębiorczości wśród młodzieży i osób dorosłych poprzez organizację spotkań z ekonomistami i przedsiębiorcami.



W 2021 r. dzięki zaproszeniu Urzędu Marszałkowskiego Województwa Mazowieckiego radni Młodzieżowego Sejmiku wzięli udział w nagraniu oficjalnego spotu promującego 2. edycję Budżetu Obywatelskiego Mazowsza. Dzięki temu mogli być na profesjonalnym planie filmowym oraz wziąć udział w sesji zdjęciowej, która wykorzystana została w oficjalnej promocji głosowania na projekty zgłoszone do budżetu obywatelskiego.



„Miałem okazję uczestniczyć w spotkaniach z zespołem budżetu obywatelskiego z urzędu. Jako młodzieżowi radni konsultowaliśmy założenia konkursu i zastanawialiśmy się nad tym, w jaki sposób promować tę formę zaangażowania”.

HUBERT MACIEJEWSKI,  
RADNY MSWM



„Brałam udział w nagraniu spotu Młodzieżowego Sejmiku zachęcającego do głosowania w Budżecie Obywatelskim Mazowsza. Nasz film obejrzało prawie 35000 osób”.

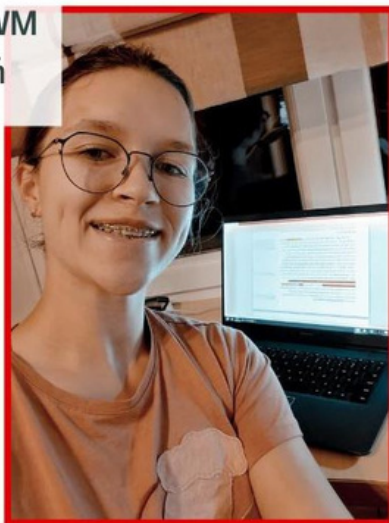
Karolina Bąkiewicz, radna MSWM

KAROLINA BĄKIEWICZ,  
RADNA MSWM

# TURNIEJ O PUCHAR MŁODZIEŻOWEGO SEJMIKU WOJEWÓDZTWA MAZOWIECKIEGO

Niemal cała pierwsza kadencja Młodzieżowego Sejmiku Województwa Mazowieckiego przypadła na okres pandemii Covid-19. Większość aktywności podejmowanych przez młodzieżowych Radnych przeniosła się do Sieci. Jednak oprócz projektów realizowanych online bywały i takie, które pozwoliły radnym zaprosić swoich rówieśników do kontaktów bezpośrednich w realnej przestrzeni. Taką okazję stworzyła Komisja Sportu, która zrealizowała turniej halowej piłki nożnej dla młodzieżowych rad z Mazowsza.

Posiedzenie Komisji Sportu MSWM  
i przygotowanie planu działań



Przewodnicząca Komisji:  
Julia Biernacka

**Mazowsze.**  
serce Polski



Liderem zespołu organizującego turniej był młodzieżowy radny Piotr Jastrzębski. To dzięki jego staraniom radnym udało się nawiązać współpracę z Gminą Klembów, która zgodziła się być współorganizatorem wydarzenia i użyczyła halę sportową na jego przeprowadzenie.



Organizację turnieju poprzedziła kilkumiesięczna praca zespołu Komisji Sportu. Utrudniały ją doniesienia o kolejnych obostrzeniach wprowadzanych w związku z Covid-19. Członkowie komisji nie poddawali się i krok po kroku doprowadzili do tego, że ich wymarzone wydarzenie się odbyło. A pracy było co niemiara!

Aby wydarzenie mogło dojść do skutku i zostać przeprowadzone w sposób bezpieczny i profesjonalny członkowie Komisji Sportu wraz z opiekunem komisji i koordynatorem Młodzieżowego Sejmiku opracowali regulamin turnieju, określający zasady zgłoszeń i rozgrywek. W związku z tym, że turniej odbywał się w czasie pandemii, opracowane i zebrane zostały od uczestników stosowne oświadczenia i zgody rodziców osób niepełnoletnich na udział w wydarzeniu. Zadbano także o profesjonalnych sędziów i ratownika medycznego, który czuwał nad bezpieczeństwem młodzieży.

Turniej zorganizowano w hali sportowej szkoły w Dobczynie w gminie Klembów. Po emocjonujących rozgrywkach drużyn złożonych z członków młodzieżowych rad z terenu województwa mazowieckiego okazało się, że nie wygrana jest najważniejsza i wszystkie drużyny mogły liczyć na nagrody i dyplomy. To kolejny sukces organizatorów, którzy nawiązali współpracę ze sponsorami turnieju

Podczas turnieju Młodzieżowy Sejmik promował akcję „Jesteś widoczny, jesteś bezpieczny”, prowadzoną przez samorząd województwa. W ramach tej kampanii społecznej promowane jest noszenie odblasków w celu poprawy bezpieczeństwa wśród dzieci i młodzieży. Uczestnicy turnieju otrzymali materiały edukacyjne oraz gadżety akcji przekazane przez Biuro Bezpieczeństwa Publicznego Urzędu Marszałkowskiego Województwa Mazowieckiego.

DOBRE PRAKTYKI



# INSPIRATORNIA PROJEKTÓW KULTURALNYCH

„Inspiratornia. Kulturalne Mazowsze dla Młodzieży” to projekt, który powstał z inicjatywy Komisji Kultury. Młodzieżowi radni, sami biorąc aktywnie udział w wielu projektach kulturalnych i będąc ich współorganizatorami, postanowili zainspirować swoich rówieśników z Mazowsza do podejmowania podobnych inicjatyw w ich środowiskach



Celem projektu była promocja inicjatyw kulturalnych organizowanych przez młodzież lub powstających przy jej dużym zaangażowaniu. Młodzieżowi radni chcieli zaprezentować swoim rówieśnikom, że warto angażować się w działania kulturalne, a przy niewielkim wysiłku i w większości przypadków bez żadnego obciążenia finansowego można zrealizować ambitne i wartościowe projekty.

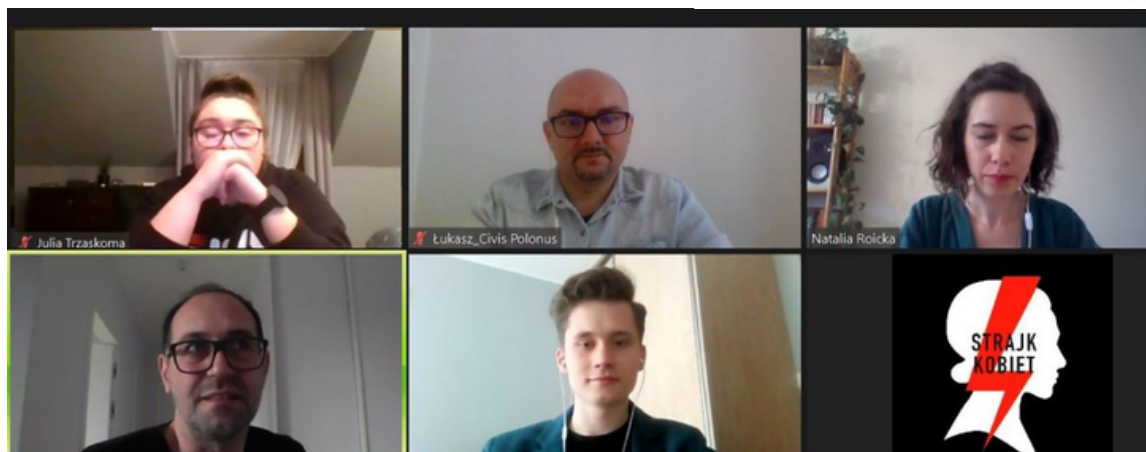
"W naszej grupie „Chamak”, która działa przy Miejskiej Bibliotece Publicznej w Legionowie, zajmujemy się promocją kultury i organizacją wydarzeń kulturalnych dla młodzieży z naszego miasta. Zorganizowaliśmy noce filmowe, spotkania autorskie, Open Mic dla młodych muzyków oraz kilka wydarzeń online Chamak Live”.

MIKOŁAJ PETRYKA,  
RADNY MSWM



Radni opracowali regulamin zgłoszeń propozycji do ich projektu i rozesłali go do szkół i instytucji kulturalnych w województwie mazowieckim. Pomysłów na projekty, które warto zaprezentować, szukali też podczas spotkania z przedstawicielami Mazowieckiego Instytutu Kultury.

Nawiązali współpracę z ośrodkami kultury i edukacji z Mazowsza, zebrali i opisali kilkanaście najciekawszych młodzieżowych inicjatyw, a następnie prezentowali je na Facebooku. Wśród zaprezentowanych projektów znalazły się koncerty, festiwale, działania teatralne, inicjatywy promujące czytelnictwo, przedsięwzięcia literackie. Tym samym na fanpage'u Młodzieżowego Sejmiku powstał bank pomysłów na kulturalne inicjatywy dla młodzieży.



# PRZYKŁADOWE PREZENTACJE Z FANPAGE'A NA FACEBOOKU





# WSPÓŁPRACA Z MŁODZIEŻOWYMI RADAMI I SEJMIKAMI WOJEWÓDZKIMI

Młodzieżowy Sejmik Województwa Mazowieckiego regularnie włączał się w różnorodne akcje, debaty i konferencje, w których młodzieżowi radni mogli wymieniać doświadczenia z członkami innych młodzieżowych rad i sejmików oraz reprezentować głos młodzieży z Mazowsza

W lipcu 2020 r. przedstawiciele Młodzieżowego Sejmiku wzięli udział w Dialogu pod Chmurką, podczas którego rozmawiali z innymi przedstawicielami młodzieżowych rad na tematy pozostające w kręgu ich zainteresowań - takie, jak: edukacja, zdrowie, rynek pracy, klimat.



Przedstawiciel Młodzieżowego Sejmiku wziął udział w debacie o roli i oddziaływaniu młodzieżowych sejmików organizowanym przez Fundację Civis Polonus. Podczas spotkania młodzieżowi radni z całej Polski mogli wymienić się doświadczeniami z działalności w czasach pandemii.

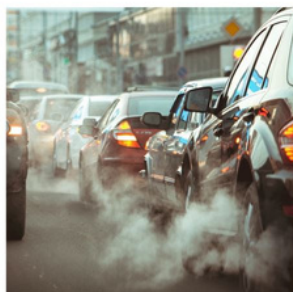
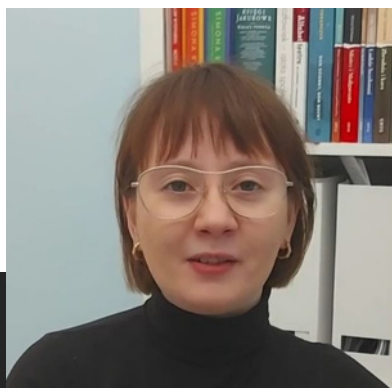


Radni Młodzieżowego Sejmiku Województwa Mazowieckiego aktywnie włączyli się w pracę nad nowelizacją ustawy o samorządzie gminnym, dającą nowe uprawnienia młodzieżowym radom i sejmikom wojewódzkim



Młodzieżowy Sejmik Województwa Mazowieckiego nawiązał ścisłą współpracę z Młodzieżowym Sejmikiem Województwa Dolnośląskiego. Młodzieżowi radni zrealizowali dwie wspólne inicjatywy. Wobec dużego niepokoju związanego ze stanem edukacji zdalnej w pierwszych miesiącach pandemii Covid-19 opracowali i przesłali petycję do Ministra Edukacji i Nauki. Wspólnie opracowali także scenariusz warsztatów związanych z uświadomieniem młodzieży skutków zanieczyszczenia powietrza „Jak okiełznać smoga”. Według tego scenariusza radni Młodzieżowego Sejmiku przeprowadzili 10 pilotażowych warsztatów dla uczniów warszawskich szkół

## SMOG skąd się bierze?



KOMUNIKACJA



PRZEMYSŁ



PALENIE WĘGLEM



"Miałam okazję współpracować z Młodzieżowym Sejmikiem Województwa Dolnośląskiego w zakresie przygotowania warsztatów dotyczących walki ze smogiem. Przeprowadziliśmy pilotażowo 10 warsztatów dla prawie 200 licealistów".

ALEKSANDRA TARKA,  
RADNA MSWM

"Współorganizowałam zlot młodzieżowych sejmików, który odbył się w Warszawie. Na wydarzeniu spotkało się prawie 50 osób".

MICHAŁ BŁOTNY,  
RADNY MSWM



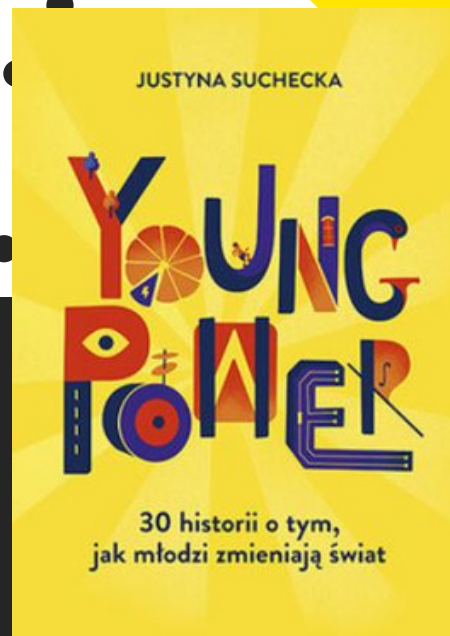


Radni Młodzieżowego Sejmiku w listopadzie 2020 r. zorganizowali spotkanie inspiracyjne dla młodzieżowych liderów pt. „Siła Młodych”. Do współprowadzenia spotkania zaprosili Justynę Suchecką, dziennikarkę i autorkę książki „Power Young. 30 historii o tym, jak młodzi zmieniają świat”. Podczas spotkania radni Młodzieżowego Sejmiku oraz 4 bohaterów książki opowiedzieli o inspirujących przykładach na zaangażowanie młodych ludzi w życie społeczne.



"Jako młodzieżowy radny miałem okazję brać udział w spotkaniach z różnymi instytucjami, gdzie mogłem opowiadać o działaniach Młodzieżowego Sejmiku oraz promować tę formę zaangażowania obywatelskiego młodzieży".

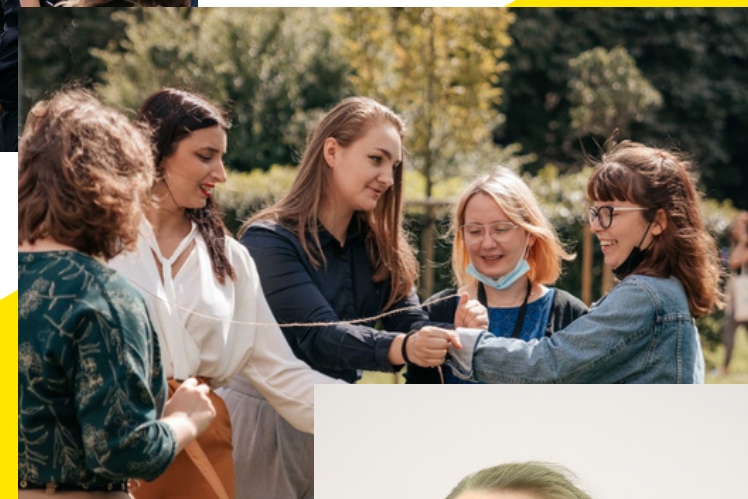
**NIKODEM KACZPRZAK,  
RADNY MSWM**



Radni Młodzieżowego Sejmiku Województwa Mazowieckiego współorganizowali z Fundacją Civis Polonus zlot młodzieżowych sejmików, który odbył się 20 sierpnia 2021 roku w Warszawie. Wzięło w nim udział niemal 50 przedstawicieli młodzieżowych sejmików i grup inicjatywnych z 8 województw. Podczas spotkania stworzona została przestrzeń do integracji, wymiany doświadczeń i nawiązania współpracy na poziomie międzywojewódzkim



Wśród gości spotkania byli min. Piotr Mazurek – Pełnomocnik Rządu do Spraw Polityki Młodzieżowej, Łukasz Rzepecki - Doradca Prezydenta RP, Sara Michalska – Pełnomocniczka Marszałka Województwa Mazowieckiego do spraw współpracy z organizacjami pozarządowymi, Joanna Pietrasik – Prezeska Fundacji Civis Polonus.



"Współorganizowałam zlot młodzieżowych sejmików, który odbył się w Warszawie. Na wydarzeniu spotkało się prawie 50 osób".

**MAŁGORZATA TRZASKOWSKA,  
RADNA MSWM**



# RUCH TO ZDROWIE



W pierwszych miesiącach pandemii, kiedy młodzież zaczęła odczuwać w życiu społecznym pierwsze negatywne skutki izolacji, członkowie Komisji Sportu postanowili zainspirować swoich rówieśników do aktywności fizycznej. Wzięli udział w szkoleniu kampanii internetowych, po którym opracowali pomysł na swoją akcję zatytułowaną „Rusz się”.



JULIA BIERNACKA,  
RADNA MSWM

"Zaangażowałam się w instagramową kampanię „Rusz się”, zachęcając do uprawiania sportu. Przedstawiałam tam między innymi wywiady ze sportowcami”.



"W Komisji Sportu promowaliśmy zdrowy styl życia. W naszej kampanii „Rusz się” odpowiadałam za opracowanie propozycji ćwiczeń i zachęcanie do aktywności fizycznej”.

WERONIKA KOSMALSKA,  
RADNA MSWM

W postach na Instagramie można było poznać inspirujące historie sportowców, czytając wywiady, które przeprowadzili z nimi młodzieżowi radni.



ruszsie\_

RUSZ SIĘ

EWA\_PAJOR17

1/6

WYWIAD Z EWA PAJOR  
(VFL WOLFSBURG ORAZ REPREZENTACJA POLSKI)

34 polubienia

ruszsie\_ W środowisku piłkarskim Ewa Pajor jest postacią bardzo dobrze znan... więcej

This Instagram post features a soccer player, Ewa Pajor, holding a large silver trophy. The post includes the 'RUSZ SIĘ' logo, the user's Instagram handle 'EWA\_PAJOR17', and a title 'WYWIAD Z EWA PAJOR (VFL WOLFSBURG ORAZ REPREZENTACJA POLSKI)'. It has 34 likes and a caption starting with 'ruszsie\_ W środowisku piłkarskim Ewa Pajor jest postacią bardzo dobrze znan... więcej'.



RUSZ SIĘ

MATEOPIEKARSKI

"MOJA SPORTOWA HISTORIA"

54 polubienia

ruszsie\_ Nazywam się Mateusz Piekarski, mam 19 lat. Bieganie to nieodłączny element mojego życia 🏃. Jednak nie zawsze tak było. Jako dzieciak marzyłem, jak każdy młody chłopak, by zostać piłkarzem. Szybko jednak przzeruciłem się na siatkówkę, zachęcił mnie wtedy nauczyciel wfu. 🏐 Byłem wtedy w 4 klasie podstawówki. Moja przygoda trwała do końca gimnazjum. W jej trakcie brałem udział w kilku turniejach. Poczynając od turniejów Kinder, gdzie reprezentowałem barwy szkolnej

This Instagram post features a young man, Mateusz Piekarski, wrapped in a gold thermal blanket. The post includes the 'RUSZ SIĘ' logo, the user's Instagram handle 'MATEOPIEKARSKI', and a title '"MOJA SPORTOWA HISTORIA"'. It has 54 likes and a detailed caption about his athletic journey from soccer to volleyball.



RUSZ SIĘ

MOJA SPORTOWA HISTORIA

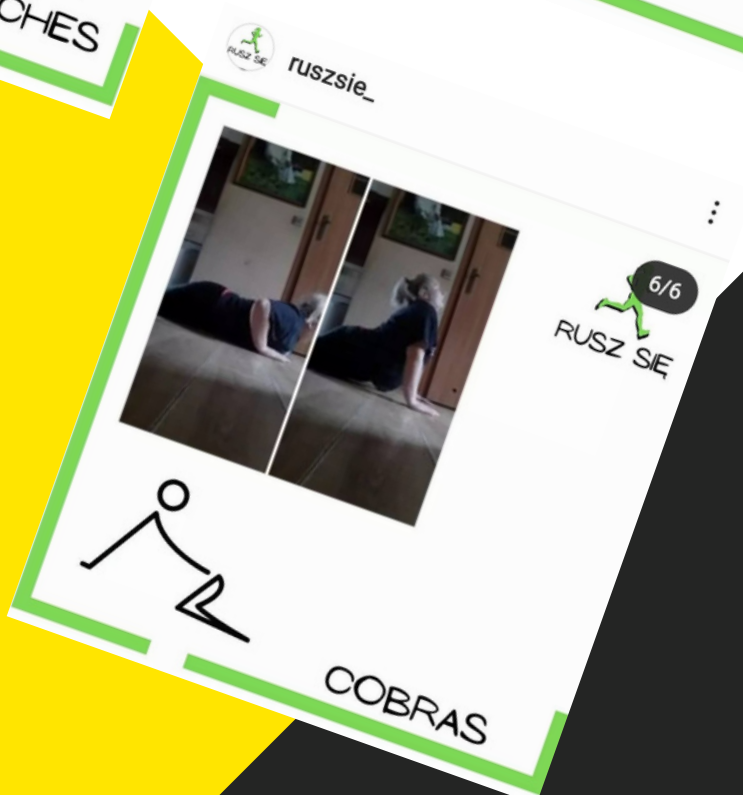
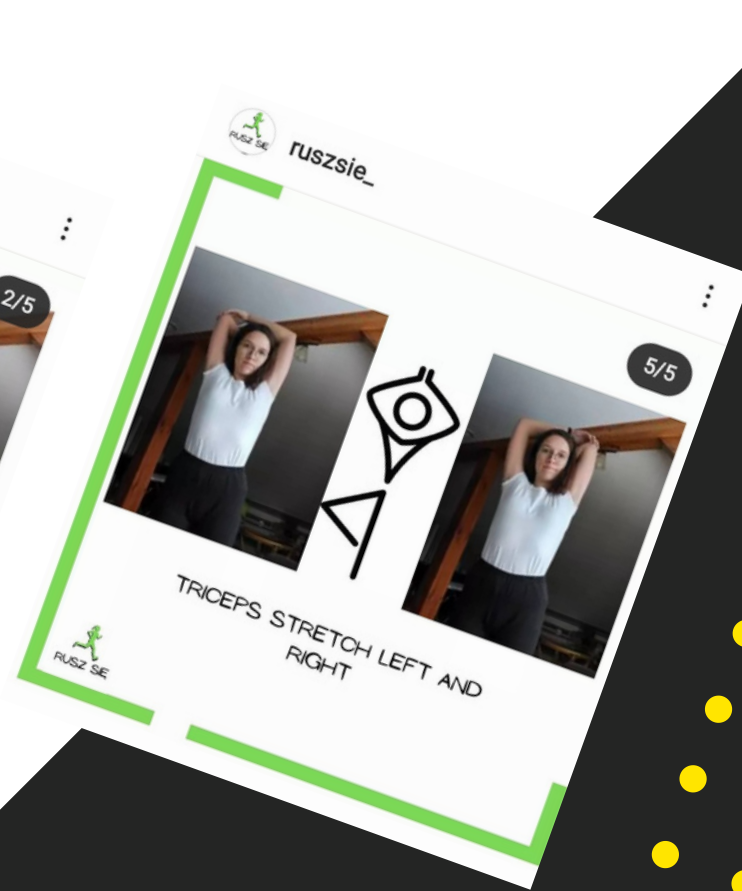
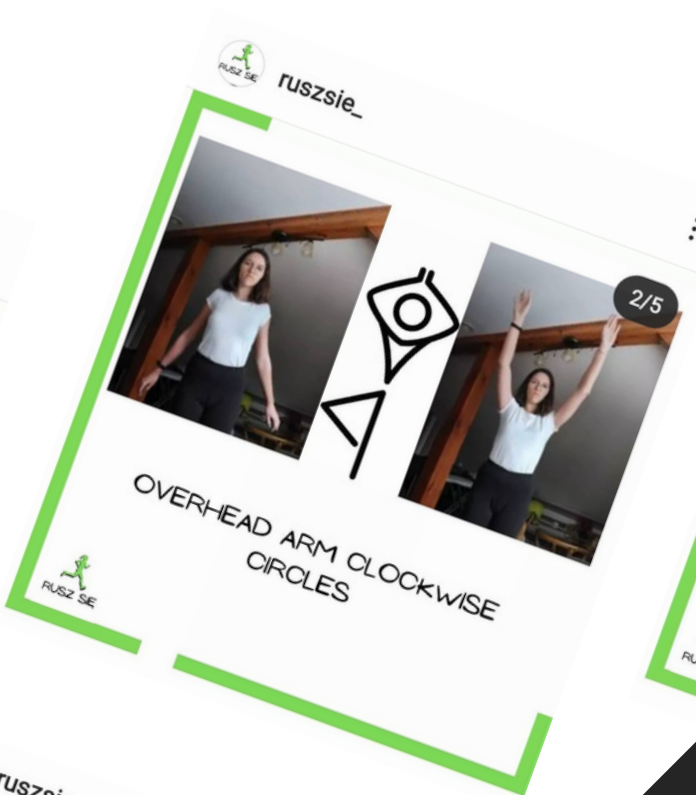
32 polubienia

ruszsie\_ Nazywam się Julia Biernacka, mam 17 lat i od 2 lat trenuję rzut oszczepem. 🏹

Jako dziecko próbowałam kilku sportów, ale dosyć szybko się to kończyło, traciłam zapał i chęci. 🌈🏃🏹 Moja przygoda z lekkoatletyką zaczęła się przypadkiem, gdy zobaczyłam jeden z treningów lokalnego klubu i zapragnęłam tego spróbować.

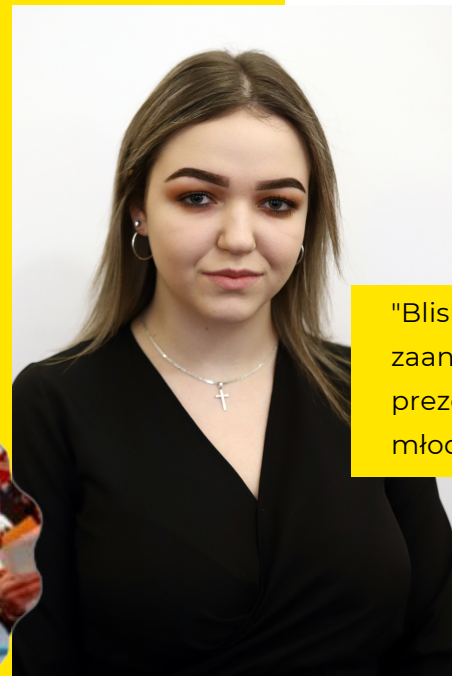
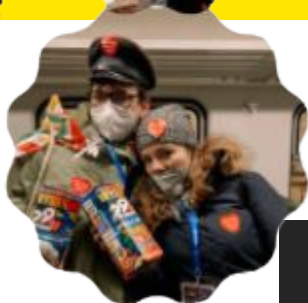
This Instagram post features a woman, Julia Biernacka, performing a javelin throw. The post includes the 'RUSZ SIĘ' logo, a title 'MOJA SPORTOWA HISTORIA', and 32 likes. The caption describes her experience with various sports and her discovery of javelin throwing.





Zainteresowani mogli znaleźć propozycje ćwiczeń, które można było wykonać w domu bez konieczności korzystania ze specjalistycznego sprzętu.

# PROMOCJA MŁODZIEŻOWEGO WOLONTARIATU



NIKOLA DZIUBA,  
RADNA MSWM

"Bliski jest mi temat wolontariatu dlatego zaangażowałam się w pracę nad projektem, w którym prezentowaliśmy sylwetki wolontariuszy i zachęcaliśmy młodzież do włączania się w różne akcje wolontariackie".

Jednym z celów, jakie postawili sobie radni pierwszej kadencji Młodzieżowego Sejmiku Województwa Mazowieckiego, była promocja różnych form wolontariatu młodzieżowego. Wśród najważniejszych powodów, które skłoniły ich do podjęcia działań w tym zakresie był fakt, że wielu z nich organizowało lub włączało się w różne akcje wolontariackie.

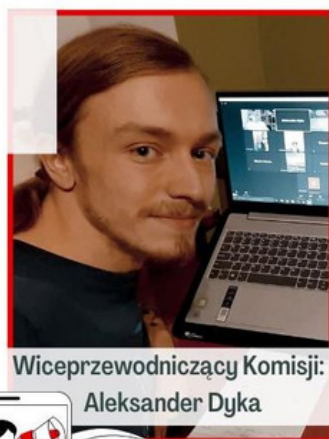


„Do działania chyba najlepszą motywacją jest uśmiech osoby, której udało się choć trochę pomóc. To wspaniałe uczucie rozgrzewające serce i dające poczucie, że chce się pomagać więcej”.

KACPER OŚKO,  
RADNY MSWM



## I Posiedzenie Komisji Promocji i Kontaktów Zewnętrznych



**Mazowsze.**  
cała Polska

Promocję wolontariatu jako jeden z głównych kierunków swojego działania postanowiła uczynić Komisja Promocji i Kontaktów Zewnętrznych, ale do ich pracy przyłączali się też inni radni.

Zasadniczym i najdłuższym działaniem Młodzieżowego Sejmiku Województwa Mazowieckiego w zakresie promocji wolontariatu był projekt polegający na wyszukaniu i prezentacji sylwetek wolontariuszy oraz różnych akcji wolontariackich, które organizowane były na Mazowszu przez osoby fizyczne oraz różnego rodzaju instytucje.

## JESTEŚ WOŁONTARIUSZEM...

## LUB ZNASZ JAKIEŚ CIEKAWY AKCJE WOŁONTARIACKIE?

Zgłoś się w **formularzu!**



Na podstawie wybranych zgłoszeń, napiszemy **posty**, które pojawiają się na naszym **fanpage'u!**

**Mazowsze.**  
cała Polska



Młodzieżowi radni opracowali zasady zgłoszeń do projektu oraz formularz zgłoszeniowy. Przeprowadzili szeroką akcję promocyjną, wysyłając informacje do szkół oraz bezpośrednio kontaktując się z różnymi instytucjami i swoimi rówieśnikami, których chcieli zaprosić do projektu.



Spośród kilkudziesięciu zgłoszeń, które otrzymali, wybrali takie, które sukcesywnie prezentowali na fanpage'u Młodzieżowego Sejmiku Województwa Mazowieckiego na Facebook'u.



W efekcie ich działań młodzi ludzie poznali sylwetki inspirujących wolontariuszy, propozycje atrakcyjnych dla młodzieży akcji wolontariackich oraz miejsca, w których można realizować się jako wolontariusz.

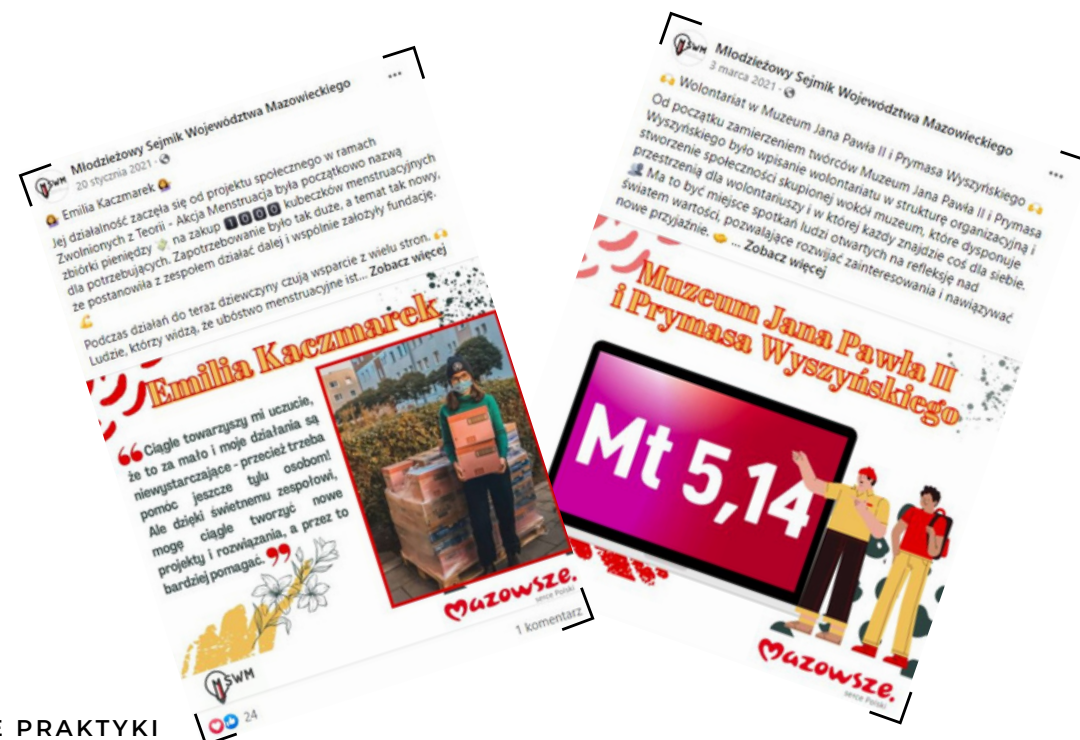
DOBRE PRAKTYKI

Młodzieżowi Radni nawiązali współpracę z ekspertami z Centrum Wolontariatu w Warszawie oraz programu Ochotnicy Warszawy. Wspólnie z nimi przygotowali i przeprowadzili webinarium online. Opowiedzieli o idei wolontariatu, jego prawnych i organizacyjnych podstawach, przedstawili różne formy wolontariatu dla młodzieży oraz wskazali miejsca na Mazowszu, w których można realizować się jako wolontariusz.



1. Możliwości wolontariatu
2. Podstawowe informacje na temat wolontariatu
3. Prezentacja miejsc skupiających wolontariuszy
4. Wolontariat zdalny

## PRZYKŁADOWE PREZENTACJE Z FANPAGE'A NA FACEBOOKU



„Miałam okazję poprowadzić webinar dotyczący promocji wolontariatu młodzieżowego. Wspólnie z zaproszonymi ekspertami przybliżyliśmy młodzieży temat wolontariatu i promowaliśmy jego różne formy”.

WIKTORIA NOWOCIĘŃ,  
RADNA MSWM

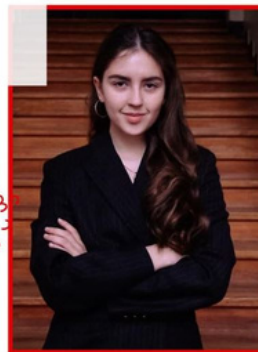


# GŁOS MAZOWIECKIEJ MŁODZIEŻY W SPRAWIE STANU POWIETRZA

Kongres Czystego Powietrza to coroczne wydarzenie, podczas którego samorządowcy, eksperci ze świata nauki, mediów i organizacji pozarządowych dzielą się swoimi doświadczeniami i wiedzą na temat walki o czyste powietrze. W edycji kongresu w 2021 r. zaproszeni zostali radni Młodzieżowego Sejmiku Województwa Mazowieckiego.

Jednym z największych sukcesów pierwszej kadencji Młodzieżowego Sejmiku Województwa Mazowieckiego była współpraca z samorządem województwa przy IV Kongresie Czystego Powietrza w 2021 roku. To doświadczenie, dzięki któremu młodzieżowi radni mogli doświadczyć współpracy z samorządem województwa i poczuć się równymi partnerami w publicznej dyskusji o lokalnej polityce klimatycznej.

Komisja Ochrony  
Środowiska MSWM



Przewodnicząca Komisji:  
Sara Nagabczyńska

**Mazowsze.**  
serce Polski



10-11 marca 2021 r.

Wydarzenie online

ORGANIZATORZY:



PATRONAT MEDIALNY:



DOBRE PRAKTYKI

We współpracy z Urzędem Marszałkowskim Województwa Mazowieckiego w zakresie przygotowania wystąpienia radnych Młodzieżowego Sejmiku zaangażowała się Komisja Ochrony Środowiska na czele z jej przewodniczącą.

## Badanie poziomu świadomości młodzieży dot. stanu powietrza



Członkowie Komisji Ochrony Środowiska podczas serii spotkań z przedstawicielami Departamentu Gospodarki Odpadami, Emisji i Pozwoleń Zintegrowanych Urzędu Marszałkowskiego Województwa Mazowieckiego mieli okazję poznać bieżące działania województwa w kwestii ochrony powietrza oraz otrzymali merytoryczne wsparcie w przygotowaniu się do kongresu. Podczas jednego ze spotkań młodzieżowi radni mieli okazję spotkać się także z Członkiem Zarządu Województwa Mazowieckiego Janiną Orzełowską

W celu opracowania stanowiska młodzieży w sprawie stanu powietrza radni Młodzieżowego Sejmiku przeprowadzili badanie wśród uczniów mazowieckich szkół dotyczące ich świadomości związanej z problemami powietrza i działaniami Województwa Mazowieckiego prowadzonymi na rzecz poprawy jego stanu. Okazało się, że poziom świadomości młodzieży mieszkającej w województwie ws. stanu jakości powietrza i działań podejmowanych przez władze lokalne w celu jego poprawy, jest niedostateczny. Wyniki tego badania zostały uwzględnione w stanowisku przyjętym na sesji Młodzieżowego Sejmiku. Radni postulowali w nim m.in. potrzebę nagłaśnianie zagrożeń i stanu powietrza oraz działań podejmowanych w celu jego poprawy przy pomocy środków przekazu przystępnych dla młodzieży



Stanowisko w sprawie poziomu świadomości młodzieży w kwestii stanu powietrza i działań władz lokalnych w celu jego poprawy zostało przedstawione przez Julię Senator, rzeczniczkę Młodzieżowego Sejmiku Województwa Mazowieckiego, na IV Kongresie Czystego Powietrza

