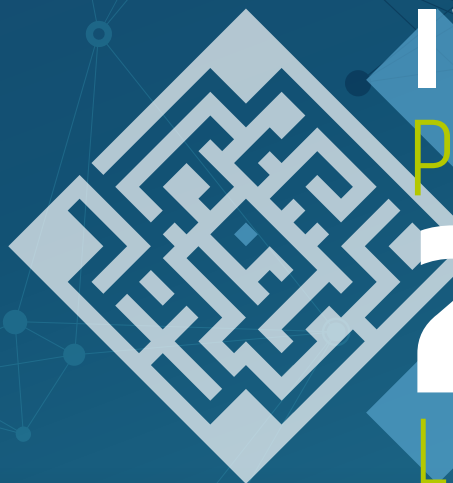




**IV KONGRES
PRZYSZŁOŚCI
24-27
LISTOPADA 2020**

ONLINE



/KongresPrzyszlosci
/GazetaOlsztynska

RAPORT

**JUTRO BĘDZIE
LEPSZE NIŻ DZIŚ**



KOMITET HONOROWY



Günter Verheugen,
były wiceprzewodniczący KE
i były komisarz ds. rozszerzenia UE



Marek Prawda, dyrektor
przedstawicielstwa KE w Polsce



Artur Chojek,
wojewoda warmińsko-
mazurski



Gustaw Marek Brzeziński,
marszałek województwa
warmińsko-mazurskiego



Andrzej Abako,
starosta olsztyński



Jarosław Michałak,
prezes Zarządu i dyrektor generalny
Michelin Polska SA



Henryka Bochniarz,
założycielka i wieloletnia prezes
Konfederacji „Lewiatan”



Małgorzata Oleszczuk,
prezes PARP



Piotr Grzymowicz,
prezydent Olsztyna



Tomasz Andrukiewicz,
prezydent Elku



prof. Jerzy Przyborski,
rektor UWM



Mirosław Hiszpański,
prezes WMZPP



Marcin Burza, prezes Zarządu
Warmińsko-Mazurskiego Klubu
Biznesu



Marek Karolewski,
prezes WMARR



Wiesław Lubiński,
kanclerz Łoży Olsztyńskiej, wiceprezes
Zarządu BCC, członek Konwentu BCC

ORGANIZATOR

IV KONGRES 24-27
PRZYSZŁOŚCI LISTOPADA 2020



PARTNER STRATEGICZNY



PATRONI HONOROWI



PARTNERZY MERYTORYCZNI



PARTNERZY GŁÓWNI

PARTNERZY



PARTNERZY WSPIERAJĄCY



PATRONAT MEDIALNY



O Kongresie Przyszłości

Był rok 2017. To wtedy po raz pierwszy pojawiła się przestrzeń, która stworzyła możliwość wymiany doświadczeń i wiedzy między nauką, biznesem i technologią. 16 listopada wystartował Warmińsko-Mazurski Kongres Przyszłości, który z roku na rok ewoluował.

Przed każdą edycją stawialiśmy kolejne pytania dotyczące kierunków rozwoju regionu i naszego osobistego. Zapewnialiśmy dyskusję społeczną, umożliwialiśmy prezentację najlepszych praktyk rozwojowych, stwarzaliśmy warunki do wspólnego poszukiwania kluczowych odpowiedzi. W centrum naszej uwagi niezmiennie byli ludzie, mieszkańcy Warmii i Mazur, a wraz z nimi to, co dla nich najbliższe i najcenniejsze – natura – nasz regionalny skarb, który powinniśmy traktować nie tylko jako potencjał turystyczny, ale też chronić i dbać na co dzień. Biorąc pod uwagę trendy rozwojowe, nie mogliśmy pominąć możliwości, jakie stwarzają współczesne technologie. Zwłaszcza w 2020 roku, gdy na świecie szalała pandemia COVID-19. Przyniosła ona duże zmiany w naszym codziennym życiu. My też musieliśmy im sprostać i się zmienić. Przenieśliśmy Kongres Przyszłości do online!

Hasłami IV Kongresu Przyszłości są **Człowiek – Natura – Technologia**. To cztery dni spotkań z inspirującymi i charyzmatycznymi prelegentami, mówcami motywacyjnymi, osobami znanymi i lubianymi, ekspertami i fachowcami, którzy podzielili się swoimi refleksjami na temat najistotniejszych współcześnie sfer ludzkiego życia!



Kongres inny niż wcześniejszej



**Jarosław Tokarczyk,
organizator Kongresu**

— Nasz kongres w dobie pandemii to wyjątkowe wydarzenie. Jesteśmy szczęśliwi, że się odbywa, bo pokazuje naszą determinację w dążeniu do lepszej przyszłości. Poruszamy na nim tematy strategiczne dla rozwoju warmińsko-mazurskiego. Dodaliśmy także jeden nowy obszar - to dzieci i młodzież, bo to przecież one są naszą przyszłością.



**Beata Tokarczyk,
organizator Kongresu**

— Nasza rzeczywistość zmienia się dziś praktycznie z dnia na dzień. W jednej chwili musieliśmy osiąść nowe kompetencje, jak choćby umiejętność pracy zdalnej, żeby móc dalej funkcjonować. Mimo że COVID-19 budzi w nas coraz większy niepokój, staramy się jak najszybciej dostosować do nowych realiów. Bo przyszłość — jakakolwiek by ona nie była, i tak nadejdzie. Dlatego potrzebujemy poważnej i konkretnej dyskusji o tym, co przyniesie jutro.



**Jarosław Michalak,
prezes Zarządu i Dyrektor Generalny
Michelin Polska SA Olsztyn**

Dla Michelina rok 2020 jest szczególny, bo firma obchodziła 25-lecie swojej obecności w Olsztynie.

— Naszą działalność opieramy na trzech filarach, bliskich tematyce tegorocznego kongresu. To nowoczesne technologie, rozwój naszych pracowników oraz dbałość o środowisko. Michelin jest nowoczesnym przedsiębiorstwem, które stale wybiega w przyszłość wprowadzając nie tylko najnowsze światowe technologie produkcyjne, cyfryzację i robotyzację - lecz także nowoczesne metody ochrony środowiska i zarządzania.



**Karol Karski,
europoseł**

— Skutki pandemii wykraczają daleko poza wskaźniki gospodarcze i statystyki. Skutki społeczne, zmiany zachowań i zmiany w postrzeganiu priorytetów oraz otaczającej nas rzeczywistości są nie mniej istotne. Warto tu wspomnieć o sytuacji w służbach

zdrowia państw członkowskich UE, które muszą się mierzyć z ogromnym wyzwaniem i poradzić sobie z problemami finansowymi i kadrowymi. Z bezprecedensowymi wyzwaniami musi radzić sobie edukacja. W tych realiach zdalnego nauczania to rodzice przejmują częściowo obowiązki nauczycieli. Pandemia podkreśliła znacznie instytucji rodziny, po raz kolejny pokazała jak istotna jest troska o osoby starsze.



Marek Prawda,
dyrektor Przedstawicielstwa
Komisji Europejskiej w Polsce

— Mówiąc o przyszłości trudno byłoby nie wspomnieć o Europejskim Zielonym Ładzie, nowym projekcie przebudowy gospodarki w krajach UE, przebudowy środowiskowej. O projekcie, który wiąże się z nadzieją, że będziemy inaczej traktować przyrodę, inaczej produkować, inaczej się żywić. Projekcie, który wiąże się odchodzeniem od modelu wzrostu gospodarczego, który jest oparty na paliwach kopalnych i zanieczyszczeniu środowiska. Tym ambicjom oczywiście musi

odpowiadać strategia wsparcia dla wszystkich, których droga dochodzenia do tego jest dłuższa, którym będzie trudniej. Ważne jest, żeby ten projekt potraktować jako szansę, a nie jako zagrożenie.



Marcin Czyża,
zastępca prezesa Polskiej Agencji
Rozwoju Przedsiębiorczości

— Takie tematy jak technologia, człowiek czy natura to są tematy, o których trzeba rozmawiać, trzeba też rozmawiać o przedsiębiorczości. Niestety nasz region, mówię nasz, bo pochodzę z Olsztyna, nie charakteryzuje się innowacyjnym biznesem, dostępem do szerokiej kadry specjalistów czy dobrą infrastrukturą. Jednym z zadań PARP jest pomoc regionom, które gospodarczo odbiegają od średniej dla całego kraju, nie mówiąc już o średniej unijnej. Jest to wsparcie projektów infrastrukturalnych, mówimy tutaj o drogach, o transporcie miejskim. Sama infrastruktura nie wystarczy, dlatego wspieramy przedsiębiorczość, innowacyjnych przedsiębiorców.

”

Kongres od 4 lat
stanowi wsparcie
dla przedsiębiorców,
naukowców oraz
samorządowców.

NASZE WYZWANIA



Artur Chojecki,
wojewoda
warmińsko-mazurski

— Należy prowadzić regionalną politykę łączącą lokalne uwarunkowania Warmii i Mazur z potencjałem naukowym i gospodarczym.



Gustaw Marek Brzezina,
marszałek województwa
warmińsko-mazurskiego

— Szukamy nowych inteligentnych specjalizacji. Przed nami wyzwania o charakterze prozdrowotnym i proturystycznym. Chcemy się odnaleźć w czołówce regionów realizujących to europejskie wyzwanie.



Piotr Grzymowicz,
prezydent Olsztyna

— W jednym z paneli dyskusyjnych będę mówił o zagospodarowaniu frakcji energetycznej, przerobieniu odpadów komunalnych. Potrzebujemy ciepła, energii. Za dwa trzy lata, będziemy ją mieć z tej frakcji.



Prof. Jerzy Przyborowski,
rektor UWM

— Hasło Człowiek, Natura, Technologia, które jest tegorocznym hasłem Kongresu, każe nam podchodzić do przyszłości z pokorą. Szczególnie w okresie epidemii.

Sztuczna inteligencja. Przyjaciół czy wróg?

Aleksandra Przeglasińska

DR HAB. W DZIEDZINIE NAUK O ZARZĄDZANIU

— Sztuczna inteligencja jest fundamentalna w rozumieniu naszej przyszłości. Dzisiaj zaciera się granica między technologią a człowiekiem — wyjaśniała prelegentka, która jest uważana za jednego z najlepszych w Polsce znawców tej problematyki. — To już

nie jest temat odległy. To dziedzina, z której korzystamy na co dzień. Nie zawsze jesteśmy świadomi, że to właśnie sztuczna inteligencja, że ona w naszym życiu stanowi w zasadzie codzienność.

Najważniejsze jest niewidoczne dla oczu. Czyli kilka słów o relacjach.

Przemysław Staroń

PSYCHOLOG, NAUCZYCIEL, TRENER, WYKŁADOWCA

Przemek Staroń zwrócił uwagę na to, że analizując wpływ koronawirusa na naszą przyszłość skupiamy się na gospodarce, a często zapominamy o zmianach społecznych, w tym o relacjach między ludźmi. Komunikacja zdalna, do której zostaliśmy zmuszeni, pozbawiona jest bardzo ważnej dla relacji komunikacji niewerbalnej.

— Przez komunikację online nie możemy zobaczyć dokładnie reakcji na to, co mówimy do naszych słuchaczy, przez co jesteśmy mniej pewni siebie. Nie ma już tego świata relacji, który był przed pandemią. Relacje międzyludzkie się zmieniły — podsumował.

Jak mówić, żeby nas słuchano?

Prof. Jerzy Bralczyk

JĘZYKOZNAWCA, PROFESOR NAUK HUMANISTYCZNYCH

To było ciekawe i wesołe uczenie, by słowa przestały być źródłem nieporozumień. Okazuje się jednak, próżno szukać jednego najlepszego sposobu na to, żeby mówić tak, by być słuchanym, bo takiego

nie ma. Jak więc mówić, żeby nas słuchano? Nie mówić do kogoś, tylko komuś. Gdy mówimy, powinniśmy być wiarygodni, powinniśmy mówić sprawnie. Czerpmy z rozmowy przyjemność.

#Ryjkuzniara, czyli o hejcie w sieci

Jarosław Kuźniar

DZIENNIKARZ RADIOWY I TELEWIZYJNY

Dziś słyszy się, że każdy z nas doświadcza hejtu, który może nie jest medialny, ale równie mocno, a może nawet jeszcze bardziej boli. Szczególnie dotyczy nas ten internetowy, anonimowy. Czy z hejtu

można się wyleczyć? A może jednak lepiej zapobiegać niż leczyć? O tym w swoim wystąpieniu mówił znany dziennikarz, któremu temat nie jest obcy.

NOWY CYFROWY WYMIAR Czy jesteśmy Smart Regionem?



Szymon Fiedorowicz

EKSPERT NOWOCZESNYCH TECHNOLOGII
I SMART CITY



Maciej Bułkowski

DYREKTOR DEPARTAMENTU SPOŁECZEŃSTWA
INFORMACYJNEGO W URZĘDZIE MARSZAŁKOWSKIM
WOJEWÓDZTWA WARMIŃSKO-MAZURSKIEGO W OLSZTYNIE



Krzysztof Droń

WICEPREZES FUNDACJI KEZO
PRZY CENTRUM BADAWCZYM PAN



Urszula Kokosińska

PREZES FUNDACJI KEZO PRZY CENTRUM
BADAWCZYM PAN (moderator)

Na tytułowe pytanie odpowiedzi szukała grupa ekspertów i można powiedzieć, że odpowiedź jest prosta. Jako pierwszy region w Polsce wprowadzamy technologię blockchain i pokazujemy, jak integrować dzisiejsze systemy IT. Na terenie województwa wdrażamy też technologię smartkey.

— W dobie pandemii jesteśmy mocno zainteresowani cyfrowymi rozwiązaniami — mówił Maciej Bułkowski, dyrektor Departamentu Społeczeństwa Informacyjnego w Urzędzie Marszałkowskim. — W tej chwili mamy do czynienia z dynamicznym wzrostem nowych technologii. Trzeba podkreślić znaczenie samorządu, który stymuluje wdrażanie rozwiązań dla mieszkańców. Nowe technologie są globalne, ale

pamiętajmy, że na pierwszym miejscu stoi mieszkaniec naszego regionu. Możemy się pochwalić, że nasze województwo weszło w technologię blockchain.

Chodzi o innowacyjną aplikację „Ratunek bez barier”, którą Olsztyn wdraża jako pierwszy w Polsce.

— Naszym celem jest zintensyfikowanie współpracy między nauką, samorządem i biznesem — mówił Krzysztof Droń, wiceprezes Fundacji KEZO przy Centrum Badawczym PAN. — Nowe technologie musimy wdrażać szybciej.

— Temat integracji i smart city to temat rzeka — zauważył Szymon Fiedorowicz, ekspert nowoczesnych technologii i rozwiązań Smart City. — Pomimo istnienia standardów

komunikacji, takich jak bluetooth czy GSM, one nie narzucają logiki integracyjnej, a dają dostęp do medium transmisyjnego. Mamy smart świat, czyli inteligentne samochody, skrzyżowania, ale one ze sobą nie współpracują. Potrzebujemy czegoś uniwersalnego. Jestem pewny, że nie dojdzie do integracji wszystkich danych, jeśli sam system IT się nie zmieni. Blockchain jest taką samą rewolucją, jak internet. Z możliwością programowania komunikacji — podkreślał.

PARTNER



Edukacja w sytuacji popandemicznej



Dr hab. Jerzy Andrzej Przyborowski
REKTOR UWM W OLSZTYNIE



Dr hab. Marzenna Nowicka
PROFESOR UWM W OLSZTYNIE



Dr hab. Beata Krzywosz-Rynkiewicz
PROFESOR UWM W OLSZTYNIE



Dr hab. Joanna Ostrouch-Kamińska
PROFESOR UWM W OLSZTYNIE (moderator)



Dr hab. Stanisław Czachorowski
PROFESOR UWM W OLSZTYNIE



Mgr Jolanta Okuniewska
NAUCZYCIELKA EDUKACJI WZESNOSZKOLNEJ

Jak kształcić w stale zmieniającej się rzeczywistości? Jak będzie wyglądała ta nowa edukacja z nowymi środkami w nowych okolicznościach?

— Teoretycy ponowoczesności od dawna opisują współczesny świat jako ten, w którym dominuje skrajny indywidualizm, w którym mamy do czynienia ze społeczeństwem ryzyka, w którym ludziom towarzyszy lęk, niepewność, brak poczucia bezpieczeństwa, w którym nic nie jest

gwarantowane. Wszystko jest zmienne i płynne — podkreślała profesor Joanna Ostrouch-Kamińska.

Dlatego musimy zmierzyć się z zupełnie innym sposobem myślenia o edukacji, o procesach nauczania i uczenia się. Nasze myślenie o systemie edukacji zmienił też koronawirus.

— Pandemia zastała nas w okowach szkoły z dawnych czasów. Nauczyciele są rozliczani z egzaminów, z realizacji pod-

stawy programowej, a nie wykształciliśmy w nich kompetencji cyfrowych. W związku z tym starają się przenosić to, co do tej pory działo się w świecie rzeczywistym do systemu online, a to się po prostu nie sprawdza — stwierdziła profesor Marzenna Nowicka.

— Sytuacja, która teraz ma miejsce, postawiła uczelnie wyższe przed naprawdę wielkim wyzwaniem, bowiem w wielu przypadkach umiejętności nie da się przekazać metodą nauczania zdalnego — mówił profesor Jerzy Przyborowski, rektor UWM.

Jak sprawić, by edukacja przyszłości była bardziej efektywna? Zdaniem profesora Czachorowskiego trzeba uczyć... uczenia się, a poza tym także rozwijać kompetencje współpracy w zespole, w tym w zespołach różnokulturowych, kompetencje cyfrowe, kreatywność, empatię i umiejętności budowania relacji.

PARTNER



**UNIwersYTET
WARMIŃSKO-MAZURSKI
W OLSZTYNIE**

Odpady – przyszłość energetyki



Prof. dr hab. inż. Irena Wojnowska-Baryła

KIEROWNIK KATEDRY BIOTECHNOLOGII
W OCHRONIE ŚRODOWISKA UW M W OLSZTYNIE



Piotr Grzymowicz

PREZYDENT MIASTA OLSZTYN



Ryszard Niedziółka

BURMISTRZ MIASTA KĘTRZYN



Dr inż. Sławomir Kasiński

PRACOWNIK KATEDRY BIOTECHNOLOGII
W OCHRONIE ŚRODOWISKA UW M W OLSZTYNIE
ORAZ SPECJALISTA DS. PR I EDUKACJI EKOLOGICZNEJ
SPÓŁKI ZGOK W OLSZTYNIE (moderator)

O czym dyskutowali uczestnicy panelu? O tym, jak odpady zamienić na źródło energii i jak uniknąć negatywnych skutków ich składowania. W Olsztynie ten problem ma rozwiązać ekociepłownia, która będzie wytwarzała energię ze śmieci.

— Składujemy do 120 tysięcy ton odpadów komunalnych rocznie. W przyszłości do

30 procent z nich zostanie przetworzonych na energię — powiedział prezydent Olsztyna Piotr Grzymowicz.

— Zazdroszczę Olsztynowi. Miasta powiatowe oczywiście starają się rozwiązywać problem śmieci i mamy nadzieję, że Olsztyn zapewni rozwiązanie problemu w całym regionie. Również nam — mówił burmistrz Kętrzyna Ryszard Niedziółka.

— Z punktu widzenia nauki, którą reprezentuję, recykling energetyczny jest jedynym rozsądnym i dopuszczalnym rozwiązaniem — stwierdziła prof. dr hab. inż. Irena Wojnowska-Baryła.

PARTNERZY



Przyszłość województwa warmińsko-mazurskiego — dokąd prowadzi nas Strategia?



Dr hab. Wojciech Dziemianowicz
PROFESOR UW

Podczas wystąpienia profesor Wojciech Dziemianowicz mówił o tym, w czym będzie pomocna dla rozwoju warmińsko-mazurskiego strategia, którą zaplanowano na najbliższe dziesięć lat. Według niego jednym z

głównych problemów dotyczących większości regionów w kraju będzie depopulacja. Będzie nas po prostu mniej. W niektórych gminach liczba mieszkańców do 2030 roku zmniejszy się nawet o 50%. Podczas swo-

jego wystąpienia ekspert mówił o tym jak ważne jest stworzenie odpowiednich warunków do życia w regionie. Jego zdaniem dzięki temu można byłoby zatrzymać u nas młode osoby, które kończą studia.

PARTNER



INFRASTRUKTURA PRZYSZŁOŚCI

Transport 2030



Prof. Leszek Rafalski

DYREKTOR INSTYTUTU BADAWCZEGO DRÓG I MOSTÓW



Waldemar Królikowski

DYREKTOR ZARZĄDU DRÓG WOJEWÓDZKICH W OLSZTYNIE



Tomasz Kądziołka

PREZES WARMII I MAZUR SP. Z O.O. ZARZĄDZAJĄCEJ PL. OLSZTYN-MAZURY



Waldemar Zawislak

CZŁONEK ZARZĄDU I DYREKTOR SPRZEDAŻY SPÓŁKI EGGER BISKUPIEC



Igor Ruttmar

PREZES ZARZĄDU TPA SP. Z O.O. (moderator)

Podczas panelu Waldemar Królikowski, dyrektor Zarządu Dróg Wojewódzkich w Olsztynie roztoczył przed nami niezwykle ambitną wizję stworzenia ok. 1600 km ścieżek rowerowych w miastach woj. warmińsko-mazurskiego, dzięki którym mielibyśmy zapewniony lepszy dojazd do pracy na rowerach. Rowery, a ostatnio rowery elektryczne, to coraz bardziej popularny środek transportu. Trzeba więc

przyklasnąć pomysłowi naszych regionalnych drogowców. Podobnie jak strategii biskupieckiego EGGER-a. Waldemar Zawislak, członek zarządu i dyrektor sprzedaży spółki EGGER Biskupiec zwracał uwagę na to, jak ważną funkcję pełni transport kolejowy, także w jego przedsiębiorstwie.

— W Austrii, skąd wywodzi się nasza firma, aż 30% wytworzonych przez nas produktów transportujemy pociągami. Do tego

samemu standardu chcemy dążyć także w Polsce, konkretnie w naszej fabryce w Biskupcu — powiedział.

PARTNER



LUDZIE, BIZNES, ŚRODOWISKO

Dlaczego Michelin dba o ekologię?



Paweł Drzewiecki

SZEF DZIAŁU KONKURENCYJNOŚCI I POSTĘPU FABRYKI MICHELIN POLSKA SA



Dr hab. Mirosław Grzybowski

PROFESOR UWM W OLSZTYNIE



Adam Krzyśków

PRZEWODNICZĄCY RADY FUNDACJI WSPIERANIA PRZEDSIĘBIORCZOŚCI OBYWATELSKIEJ PRO-MASURIA



Igor Hrywna

REDAKTOR NACZELNY „GAZETY OLSZTYŃSKIEJ” (moderator)

Dla Grupy Michelin ochrona środowiska jest ważnym elementem strategii zrównoważonego rozwoju. Fabryka bardzo mocno ograniczyła pobór wody, odchodzi od węgla na rzecz gazu. Stawia też transport intermodalny, czyli na transport produktów drogą kolejową zamiast transportem drogowym.

Ma to pozytywny wpływ na emisję CO2 oraz zmniejszenie obciążenia na drogach. W tym roku firma wybudowała też połączenie z obwodnicą Olsztyna. Dzięki temu przez miasto przejeżdża miesięcznie kilka tysięcy pojazdów mniej, co w znacznym stopniu zmniejsza emisję spalin i poziom hałasu. Co ważne

proekologiczne myślenie jest obecne w całej firmie.

PARTNER



Firmy rodzinne – szanse i wyzwania



Katarzyna Wojarska-Aleksiejuk
ADWOKAT



Dariusz Szklarzewski
SPECJALISTA DS. ZARZĄDZANIA
FIRMAMI RODZINNymi



Piotr Dyjak
WSPÓŁWŁAŚCICIEL I PREZES
SPÓŁEK Z GRUPY ACAPIT



Piotr Aleksiejuk
RADCA PRAWNY (moderator)



Jakob Kicerman
WŁAŚCICIEL RESTAURACJI, INWESTOR



Andrzej Sułkowski
PREZES WIELOODDZIAŁOWEJ SPÓŁKI
ABO BOŁOSZKO Z SIEDZIBĄ W ELBLĄGU

Firmy rodzinne odgrywają coraz większą rolę na polskim rynku. Dlatego od ich kondycji w dużej mierze zależy też stan naszej gospodarki, a już szczególnie w tak trudnym okresie jak dzisiaj, kiedy ekonomia została zainfekowana przez koronawirusa. Jednym z problemów, przed którymi stoją firmy rodzinne w Polsce, jest sprawa

sukcesji, czyli komu przekazać prowadzenie firmy. To ważne, kogo wybrać na sukcesora. Z badań przeprowadzonych wśród rodzinnych firm na świecie wynika, że bez planu sukcesji do 2 pokolenia udaje się przetrwać ok. 30 proc. firmom, 3 pokolenie – to tylko 15 proc. firmom, a kolejne 3 proc. Wśród przedsiębiorców powszechna jest opinia,

że sukcesję można przygotować i przeprowadzić w ciągu jednego roku. Tymczasem doświadczenia pokazują, że trzeba na to aż siedmiu lat. A niekontrolowana sukcesja doprowadziła do bankructwa niejedną rodzinną firmę. Według dostępnych statystyk sukcesję planuje około pięć tysięcy polskich firm – usłyszeliśmy w czasie dyskusji.

PARTNERZY



WOJARSKA
ALEKSIEJUK
WSPÓLNICY



ACCOUNTING

Utrata danych – czy można było tego uniknąć?

Sebastian Lech

SPECJALISTA DS. ODZYSKIWANIA DANYCH

Żyjemy w czasach, w których informacje gromadzone na różnych urządzeniach cyfrowych przez przedsiębiorstwa czy osoby prywatne stanowią wielką wartość. Utrata danych poprzez niewłaściwe zarządzanie urządzeniami czy wyciek tych danych może doprowadzić np. do katastrofy

finansowej firm, czy utraty wartościowych, sentymentalnych informacji osób prywatnych. Jak uchronić się przed takimi sytuacjami? Warto temu zapobiec dzięki kopii zapasowej w chmurze lub innej lokalizacji mówi Sebastian Lech, właściciel olsztyńskiej firmy Uratujemy Twoje Dane.

Najczęstsze przyczyny wycieku danych? Atak hakerski, zgubienie nośnika danych bez szyfrowania, kradzież danych przez pracowników, lub osoby trzecie, ale też niewłaściwe niszczenie starych nośników.



Jak być bezpiecznym w sieci?

Mateusz Ossowski

CYBERSECURITY TRAINER, NIEBEZPIECZNIK.PL

Hasło w wielu przypadkach jest jedynym zabezpieczeniem. Jego odporność w większości jest jednak mizerna. Trzeba pamiętać, że hakowanie konta zaczyna się od zgadywania hasła, próbując tych popularnych domyślnych lub powiązanych z ofiarą. Jak stworzyć hasło? Tu z pomocą przychodzą generatory/menadżery haseł.

Haker może jeszcze wyłudzić hasła za pomocą phishingu, jeśli nie może go zgadnąć.

— Można np. kupić domenę, której nazwa brzmi podobnie, jak ta, którą znamy i wysłać komuś link, który wyłudzi hasło. Ofiara klika w hiperłącze. Menadżer haseł nie zawsze chroni przed phishingiem, dlatego

że hasło wpisze się na fałszywej stronie. Są więc specjalne klucze U2F na USB, które parują się z hasłem. Trzeba jednak zainwestować w dwa klucze. Na wypadek zgubienia jednego. I odpinamy wówczas z weryfikacji dwuetapowej np. telefon, bo ma niższy stopień bezpieczeństwa — dodał Mateusz Ossowski.



Marka oparta na wartościach w czasach zmieniających się błyskawicznie trendów i niepewnej sytuacji

Sylvia Dębowska-Lenart z Olsztyna, która zajmuje się budowaniem marek oraz strategii promocji, mówiła o marce opartej na wartościach w czasach błyskawicznie zmieniających się trendów i niepewnej sytuacji. Na czym warto zatem skupić uwagę,

kiedy chcemy rozwijać swój brand? Oczywiście na kliencie. — Już niespamowanie i kradzież uwagi, a empatyczne, pełne poszanowania podejście dla tożsamości i indywidualności klienta powinno być naszym wyznacznikiem — podkreślała prelegentka.

Sylvia Lenart

CEO LENART SP. Z O.O.



Przypomniała też, że budowanie brandu to długotrwały proces. Młodemu ludziom zaleciła z kolei uważne śledzenie, jak zmienia się rynek pracy. Jedne zawody bowiem giną, ale w ich miejsce pojawiają się inne.

Z lasu na rynek pracy



Jacek Męcina
DORADCA ZARZĄDU KONFEDERACJI LEWIATAN
(moderator)



Piotr Czuryłło
PREPPER, PODRÓŻNIK, PLETWONUREK, MYŚLIWY



Kajetan Kaperzyński
UCZESTNIK PROJEKTU FOLM



Ewelina Stachyra
SPECJALISTA DS. REKRUTACJI W BANKU
ŻYWNOSTCI W OLSZTYNIE



Joanna Bochniarz
PREZES CENTRUM INNOWACYJNEJ EDUKACJI



Prof. Wiktor Askanas
SĘDZIA



Wioletta Ślaska-Zyśk
MANAGER, SAMORZĄDOWIEC, MEDIATOR,
COACH, TRENER

Podczas panelu szukano odpowiedzi na pytanie „Jak projekt FOLM („From Outdoors to Labour Market”) łączy oczekiwania pracowników i pracodawców?”. Przez tydzień jego uczestnicy w niewielkiej grupie mieszkali w lesie z dala od zgiełku miasta. Wielu z nich uwolniło się od swoich telefonów. Podczas pobytu mierzyli się ze swo-

imi lękami oraz stali się bardziej otwarci na innych ludzi i współpracę z nimi.

— Niesamowite jest, kiedy grupa zaczyna tworzyć społeczność. Obserwujemy, jak błyskawicznie każda osoba przejmuje pewne obowiązki. Na łonie natury nie ma miejsca na udawanie i grę — tłumaczył Piotr Czuryłło, jeden z trenerów.

Według Wioletty Ślaskiej-Zyśk projekt idealnie wpisuje się w potrzeby przedsiębiorców i rynek pracy. Profesor Wiktor Askanas podkreślał, jak ważne jest, aby pokazywać dzieciom świat przez doświadczanie. Joanna Bochniarz, prezes Centrum Innowacyjnej Edukacji zapowiedziała kontynuację projektu.

PARTNERZY

FOLM

From Outdoors to Labour Market

Projekt finansowany przez

Iceland
Liechtenstein
Norway grants

Projekt wprowadzany przez



Partner projektu

Bank Żywności
w Olsztynie



Kompetencje przyszłości

Anna Grąbczewska

PREZES FUNDACJI UNIWERSYTET DZIECI



Kreatywność. Przetwarzanie informacji. Umiejętności informatyczne. Programowanie. Te kompetencje zawodowe jako pierwsze kojarzą się z zawodami przyszłości. Jakich jeszcze umiejętności

będą potrzebowały przyszłe pokolenia pracowników? I co ważniejsze - co zrobić, by szkoła je kształtowała? Odpowiedź posiadała Anna Grąbczewska, prezes Fundacji Uniwersytet Dzieci, która mówiła o tym,

jak ważne jest rozbudzanie nie tylko ciekawości, ale też odwagi, otwartości i wytrwałości w najmłodszych.



OZE jako alternatywne źródła przychodu dla mieszkańców regionu



Tomasz Koprowiak

DORADCA ENERGETYCZNY WOJEWÓDZKIEGO FUNDUSZU OCHRONY ŚRODOWISKA



Henryk Biały

PREZES CORAB



Adam Krzyśków

PRZEWODNICZĄCY RADY FUNDACJI WSPIERANIA PRZEDSIĘBIORCZOŚCI OBYWATELSKIEJ PRO-MASURIA (moderator)

PARTNER



W strategii Europejskiego Zielonego Ładu Unia Europejska założyła, że w roku 2050 osiągniemy zerowy poziom emisji gazów cieplarnianych netto.

— Taki sukces może być osiągnięty tylko zespołową pracą prosumentów, którzy dbając o własny portfel, realizują również

chlubne założenia i służą ochronie klimatu — taką puentą zakończył swój panel Adam Krzyśków, przewodniczący Rady Fundacji Wspierania Przedsiębiorczości Obywatelskiej Pro-Mazuria.

Tematem rozmowy była fotowoltaika, ale również wielu czasu poświęcono

energii otrzymywanej z wiatraków czy biogazowniom, które pomagają w utrzymaniu stabilności układu energetycznego. Wycofywanie się z użycia paliw kopalnych do produkcji energii to globalny proces, od którego nie ma odwrotu, podkreślali zgodni paneliści.

Południowe Mazury – rewitalizacja obszarów zmarginalizowanych



Andrzej Waldemar Nowicki
STAROSTA PISKI



Jarosław Matlach
STAROSTA SZCZYCIEŃSKI



Paweł Cieśliński
STAROSTA DZIAŁDOWSKI



Paweł Przybyłek
WICESTAROSTA POWIATU NIDZICKIEGO



Rafał Wilczek
DYREKTOR ZARZĄDU DRÓG POWIATOWYCH
W SZCZYTINIE (moderator)

Inicjatywę „Południowe Mazury” tworzą cztery powiaty: szczycieński, piski, nidzicki i działdowski. Samorządowcy połączyli swoje siły, aby uzyskać silniejszą pozycję w zakresie aplikowania o środki w nowej perspektywie finansowej RPO Województwa Warmińsko-Mazurskiego na lata 2021-2027. Obszar tych czterech powiatów

został sklasyfikowany w powstającej strategii dla regionu jako podlegający marginalizacji z miastami tracącymi na znaczeniu. Samorządowcy postanowili zatem wypracować założenia wspólnej strategii dla obszaru Mazur Południowych, wskazującej kierunki rozwoju gospodarczego i możliwości wspólnych działań inwestycyjnych, szczególnie w zakresie poprawy

dostępności komunikacyjnej Południowych Mazur wraz ze wszystkimi gminami wchodzącymi w ich skład. Kolejny pomysł to utworzenie korytarza transportowego „Via Masuria” łączącego drogę S7 z trasą „Via Baltica”. Ważnym elementem jest też Port Lotniczy w Szymanach.

PARTNERZY



Starostwo
Powiatowe
w Działdowie



Starostwo
Powiatowe
w Nidzicy



Starostwo
Powiatowe
w Pisz



Starostwo
Powiatowe
w Szczycinie

Zdrowe życie – inteligentna specjalizacja regionu

część 1.



Jarosław Klimczak
PREZES WM ROT (moderator)



Andrzej Kindler
PREZES PIT



Łukasz Szeliga
PREZES POLSKIEGO KOMITETU
PARAOLIMPIJSKIEGO



Marcin Bruszewski
GENERAL MANAGER POLAND & BALTICS
PHILIPS POLSKA SP. Z O.O.



Jacek Pokorski
SENIOR BUSINESS MANAGER
MEDTRONIC POLAND SP. Z O.O.



Irena Kierzkowska
DYREKTOR WOJEWÓDZKIEGO SZPITALA
SPECJALISTYCZNEGO W OLSZTYNIE



Dr Rakesh Jalali
WYDZIAŁ LEKARSKI UWM

część 2.



Jarosław Klimczak
PREZES WM ROT (moderator)



Grzegorz Kłoczko
WICEPREZES ZARZĄDU W-M SSE SA



Maciej Zinka
WICEPREZES DS. SPRZEDAŻY I MARKETINGU
MEDEN-INMED SP. Z O.O.



Krzysztof Cygoń
WICEPREZES ZARZĄDU, DYREKTOR
DZIAŁU BADAWCZO-ROZWOJOWEGO
TECHNOMEX SP. Z O.O.



Bożena Olszewska-Świtaj
WÓJT GMINY GÓROWO IŁAWECKIE



Jacek Wiśniowski
BURMISTRZ LIDZBARKA WARMIŃSKIEGO



Dr hab. Stanisław Bułajewski
BURMISTRZ MRĄGOWA

Nowa inteligentna specjalizacja regionu „Zdrowe życie” obejmuje m.in. kierunki rozwoju opieki nad pacjentem, turystykę medyczną, wpływ sytuacji epidemicznej na rozwój technologii medycznych oraz wykorzystanie nowoczesnych technologii w ochronie zdrowia. Wpisuje się w globalne trendy zainteresowania turystyką

prozdrowotną, związane z szybkim tempem i aktywnym stylem życia, uwarunkowaniami demograficznymi, starzeniem się społeczeństwa. Bierze też pod uwagę rozwój nowoczesnych technologii prozdrowotnych.

— Nad projektem, który roboczo nazwaliśmy „Zdrowe życie” pracujemy już od

roku — powiedział Jarosław Klimczak. — To wtedy zaczęliśmy wstępnie dyskutować nad konkretnymi rozwiązaniami, które doprowadzą nasz region do nowej inteligentnej specjalizacji, ale też zapewnią branży hotelarskiej naszego regionu ruch w ciągu całego roku — nie tylko w sezonie letnim.

PARTNERZY



Warmińska - Mazurska
Regionálna Organizacja Turystyczna



Warmińsko-Mazurska
Specjalna Strefa Ekonomiczna



Jak wykorzystać naturalny potencjał Warmii i Mazur w kontekście nowej perspektywy finansowej

Unii Europejskiej i nowej polityki spójności na lata 2021-2020



Jan Olbrycht
EUROPOSEŁ



Andrzej Abako
STAROSTA OLSZTYŃSKI



Marcin Czyża
ZASTĘPCA PREZESA PARP



Rafał Szczepański
PREZES REZYDENCJI WARMIŃSKICH



Andrzej Mielnicki
DZIENNIKARZ (moderator)

Wielkim atutem Warmii i Mazur jest – bez wątpienia – przyroda. Ale naszej przyszłości nie możemy opierać tylko na tym. Czy da się pogodzić kwestie środowiskowe z nowymi inwestycjami i nowoczesnymi technologiami?

– Region musi znaleźć dla siebie nową drogę, rozwijać się poza turystyką. Natura

jest plusem, ale świat idzie w tym kierunku, że możemy rozwijać region poprzez innowacje, firmy informatyczne – mówił Marcin Czyża.

– Baza turystyczna na Warmii i Mazurach jest niewielka w porównaniu z turystycznymi gigantami. Dysponujemy na naszym obszarze ogromną liczbą zabytków,

które wymagają wielkich nakładów na ich utrzymanie. Nie ma na to pieniędzy – zauważył Rafał Szczepański, prezes Rezydencji Warmińskich.

– Ważna jest też infrastruktura, bo turysta chce skorzystać nie tylko z dróg, ale i infrastruktury wodnej, rowerowej – mówił Andrzej Abako, starosta olsztyński.

PARTNERZY



Powiat
Olsztyński



Szanse, wyzwania i trendy w turystyce na Warmii i Mazurach



Andrzej Kindler
WICEPREZES POLSKIEJ IZBY TURYSTYKI, WSPÓŁWŁAŚCIELE BIURA PODROŻY SZARPIE TRAVEL



Tomasz Dowgiałło
PREZES ZARZĄDU PRZEDSIĘBIORSTWA HANDLOWO-USŁUGOWEGO „MARITIM-TRAVELAND” SP. Z O.O. HOTEL ANDERS



Justyna Szostek
DYREKTOR WARMIŃSKO MAZURSKIEJ REGIONALNEJ ORGANIZACJI TURYSTYCZNEJ



Marcin Galibarczyk
DYREKTOR DEPARTAMENTU TURYSTYKI I SPORTU URZĘDU MARSZAŁKOWSKIEGO W OLSZTYNIE (moderator)

PARTNER



Podczas panelu wiele czasu poświęcono promocji regionu i temu, czy i jak można wydłużyć sezon turystyczny w naszym regionie. Według Tomasza Dowgiałła, dyrektora generalnego Hotelu Anders, Warmia i Mazury mają wszystko czego obecnie szukają turyści zmęczeni przymusowym zamknięciem w domach podczas pandemii. Jego zdaniem należy położyć bardzo duży nacisk na zdobycie turystów indywidualnych, ponieważ w najbliższym czasie nie jest możliwe pozy-

skanie klientów biznesowych na taką skalę jak miało to miejsce w poprzednich latach. Z kolei Andrzej Kindler, prezes PIT podkreślał, jak ważna w turystyce jest sezonowość.

– Musimy stworzyć nową promocję regionu, żeby namówić Polaków do częstszego odwiedzania warmińsko-mazurskiego – mówił.

Justyna Szostek, dyrektor Warmińsko-Mazurskiej Regionalnej Organizacji Turystycznej zwróciła z kolei uwagę na to, że

w promocji regionu powinniśmy mocniej wykorzystywać blogerów. Zdaniem prelegentów musimy szukać sposobów na wydłużenie sezonu, ale też organizować więcej rozpoznawalnych w całej Polsce imprez.

Wszyscy zgodnie podkreślali, że nasz region jest znany z lasów i jezior. Powinniśmy go za to mocniej promować na przykład przez zabytki, czy takie miejsca jak sanktuarium w Gietrzwałdzie czy grób Kopernika we Fromborku.

The European Green Deal Call



Jorge Gimeno Pawłowski
CEO ATLANT CONSULTING



Izabela Zygmunt
CEE BANKWATCH
POLSKA ZIELONA SIĘĆ

Jorge Gimeno Pawłowski i Izabela Zygmunt rozmawiali o planie – Europejski Zielony Ład, który zakłada, że w 2050 roku Unia Europejska osiągnie zerowy poziom emisji gazów cieplarnianych netto. Jednym z jego podstawowych założeń jest od-

dzielenie wzrostu gospodarczego od zużycia zasobów. Oboje zgodnie podkreślili, że strategia Europejskiego Zielonego Ładu jest ogromną szansą dla województwa warmińsko-mazurskiego, które wciąż jeszcze – jako jedno z niewielu w Polsce dyspo-

nuje takimi atutami jak czyste powietrze i duże zalesienie. Prelegenci rozmawiali też o tym, jak ważne są lokalne oddolne inicjatywy ekologiczne, takie jak prywatne instalacje odnawialnych źródeł energii.

Ziemia po pandemii

Podczas kongresu zwróciliśmy uwagę na przyszłość – także naszego regionu – w rzeczywistości popandemicznej.

— Konieczne było wpisanie przyszłości w kontekst przeszłości, bo żyjemy przecież w epoce człowieka, w antropocenie, w czasie zmian klimatycznych wywołanych przez nas samych. Człowiek jest siłą sprawczą na skalę geologicznych przemian — wyjaśniała Agata Kasprolewicz, autorka podcastów, reporterka, dziennikarka.

Prelegentka mówiła, że pandemia jest skutkiem m.in. naszych ingerencji w świat przyrody. Człowiek bowiem przekracza granice ekosystemu. To nie pierwszy raz, gdy choroba zakaźna przechodzi ze zwierząt na człowieka. Postęp jest wtedy, gdy jutro jest lepsze niż dziś. Czy jego wyhamowanie czy odwrotnie: więcej innowacji, nauki pozwoli nam przetrwać? Dziennikarka pozostawiła słuchacza z tym pytaniem.



Agata Kasprolewicz
DZIENNIKARKA I REPORTERKA

Preppers - idea szalona czy racjonalna?

Czy prepping to idea racjonalna czy szalona? Nad tym zastanawiał się mieszkający pod Olsztynem Piotr Czuryłło. Yo preppers, czyli człowiek, który jest przygotowany do sytuacji kryzysowych, konfliktowych, czy katastrof. Jeszcze niedawno mogliśmy powiedzieć, że z tymi trzema „K” nie będziemy mieć do czynienia. Jednak zmienił to przecież koronawirus, który na pewno jest sytuacją kryzysową. W Polsce

możemy się dzisiaj czuć bezpiecznie, ale co będzie jutro? Jak rozwinie się sytuacja na Białorusi? Jaka będzie polityka Rosji wobec Ukrainy? Wielu ludzi twierdzi, że tak naprawdę żyjemy obecnie w czasie kryzysu, o jakim wcześniej się nam nie śniło. Jak zatem przetrwać ten czas? Piotr Czuryłło zaleca zaakceptować sytuację i być przygotowanym na wiele, jeśli nie na wszystko.



Piotr Czuryłło
PREPPER, PODRÓŻNIK, PŁETWONUREK, MYŚLIWY

BIZNES WARMII I MAZUR

PRACODAWCY | LUDZIE
SAMORZĄDY | RANKINGI
ZNAJDŹ SIĘ NA LIŚCIE!



**DOŁĄCZ
DO NAS**

I STAŃ SIĘ
CZĘŚCIĄ WYJĄTKOWEGO
PROJEKTU



MARKI
WARMII I MAZUR

Katalog prezentujący najbardziej elitarne brandy z regionu



DZIECI I MŁODZIEŻ

IV KONGRES
PRZYSZŁOŚCI
24-27
LISTOPADA 2020

PARTNER



Beata Tokarczyk

ORGANIZATOR KONGRESU

Po raz pierwszy zorganizowaliśmy panel dla młodych ludzi, uczniów klas 1-3, 4-6 i 7-8. Dzieci są naszą przyszłością, dlatego warto o nie zabiegać, warto o nich i do nich mówić. Warto się liczyć z ich zdaniem — mówi Beata Tokarczyk, pomysłodawczyni panelu.

Czy dźwięk można zobaczyć?

Dr inż. Marta Figurska

WYKŁADOWCA FUNDACJI UNIWERSYTET DZIECI

Czy dźwięk można poczuć? Albo zobaczyć? I czym właściwie jest dźwięk? Na te pytania najmłodszym uczestnikom odpowiedziała dr inż. Marta Figurska z Wydziału Geoinżynierii UWM w Olsztynie. Podczas wykładu uczniowie klas 1-3 poznali również historię Ludwiga van Beethovena i dowie-

dzieli się, jak udało mu się dalej komponować, pomimo utraty słuchu.

— Wziął cienki drewniany patyk, którego jeden koniec opierał na pulpicie fortepianu, a drugi wkładał sobie między zęby. I w ten sposób podczas gry, mógł poczuć nawet najmniejsze drgania instrumentu

Wykład dla klas 1-3



— opowiadała prelegentka. Marta Figurska pokazała głodnym wiedzy maluchom, co się tak naprawdę dzieje, gdy kłaśniemy i opowiedziała o falach dźwiękowych tak silnych, że zdolne są nawet zgasić płomień świeczki.

Co nam dają technologie kosmiczne?

Radek Grabarek

WYKŁADOWCA FUNDACJI UNIWERSYTET DZIECI

Radek Grabarek zabrał z kolei młodych słuchaczy w kosmos. Zaczął od ustalenia, gdzie on jest, a okazuje się, że jest coraz bliżej nas, bo dzisiaj kupienie w miarę przyzwoitego teleskopu do jego podglądania nie stanowi już problemu. Prelegent opo-

wiadał m.in. o ekstremalnie wielkim teleskopie, na budowę którego złożyła się także Polska. Polscy naukowcy z UW tego typu sprzęt umiejscowili w chilijskich Andach. Kolejnym wątkiem były technologie stworzone z myślą o kosmosie, a które mieszczą

się w kieszeni. Wśród nich – niewielka kamera umieszczona w telefonie komórkowym. Technologia takiego miniaturowego aparatu została stworzona właśnie na potrzeby technologii kosmicznych. Dzisiaj korzystamy z niej wszyscy.

Wykład dla klas 4-6



Jakie są szanse na innowacyjne materiały w przyszłości? Okiem fizyka kwantowego

prof. Danuta Kruk

WYKŁADOWCA FUNDACJI UNIwersYTET DZIECI

Marzymy o materiałach lżejszych od powietrza i jednocześnie wytrzymalszych od stali. Takich, które przetrwają ultra-wysokie ciśnienia i temperatury i umożliwią nam dotarcie na Marsa. O wyprodukowaniu miniaturowych komputerów o ogromnej mocy obliczeniowej, które zastąpią tkanki zmienione chorobowe.

Mówiła o tym prof. Danuta Kruk, wykładowca Fundacji Uniwersytet Dzieci. Pani profesor zaczęła swój wykład od stwierdzenia,

że świat składa się z atomów i o tym wszyscy wiedzą. Poruszyła jednak problem - jak to się stało, że ludzie dotarli do takiej wiedzy - jak badano i opisywano do tej pory towarzyszące nam materiały i substancje?

— Jak ludzkość dochodziła do tego z czego składa się materia wokół nas? — pytała. Zauważyła, że jeśli chcemy wytworzyć nowe materiały o właściwościach, jakie sobie wyobrażamy, to musimy je konstruować z tych małych elementów i musimy widzieć zwią-

zek między własnościami materiałów, patrząc na nie jako zbiór atomów, a tym jak się zachowują np. gdy je ściskamy, rozciągamy czy podgrzewamy. Pani profesor zaprezentowała wiele ciekawych plansz, na których pokazała, do czego wiedza o materii doszła w ostatnim stuleciu. Pokazała, co myśłano na temat materii na początku XX, a potem na początku XXI wieku.



Wykład dla klas 7-8

Poznaj i zaakceptuj. Jak nauczyć się akceptować innych, takimi jakimi są?

Przemysław Staroń

PSYCHOLOG, NAUCZycIEL, TRENER, WYKŁADOWCA

— Akceptacja nie jest tym samym, co tolerancja czy aprobata — przypominał Przemysław Staroń, który jest psychologiem, nauczycielem i autorem książki „Szkoła bohaterów i bohaterów”. Odnosząc się do znaczenia każdego z wymienionych trzech słów, wskazał na różnice między nimi i konsekwencje, jakie mają one dla naszych postaw wobec siebie i innych. Akceptować to przyjmować coś takim, jakim jest. Nie „pochwalać”, nie „znosić” (wytrzymywać). Nic więc dziwnego, że świadomość, że ktoś nas tylko „toleruje”, nie sprawia nam przesadnej rado-

ści, ale już bycie akceptowanym daje poczucie bezpieczeństwa. Tymczasem wciąż z trudem przychodzi nam nie tylko akceptowanie różnych cech nie tylko u siebie, ale i u ludzi, których spotykamy na swojej drodze. A ponieważ jest to dość powszechny problem, okazuje się, że niełatwo nam rozpocząć proces zmiany naszego myślenia.

— Budujemy swoje podejście do samego siebie, zaczynając od tego, jak traktujemy nas inni. Oglądamy się w innych ludziach jak w lustrach — przyznał Przemysław Staroń. —

Taka postawa nie sprzyja naszemu samopoczuciu, nie umacnia nas.

Przemysław Staroń mówił także o tym, jak powinna wyglądać konstruktywna krytyka. Zaznaczył, że w przeciwieństwie do hejtu, wskazuje ona na konkretne zachowania, podpowiadając rozwiązania lub oferując pomoc, ale nie ośmieszając. Przypomniał też, że agresja bierze się z frustracji. Odwołując się do licznych przykładów, wskazywał, jak ważne jest, by zajrzeć w siebie i zaakceptować dziecko, które mamy w sobie.



Na Kongresach gościliśmy znane osobowości

2017



2019



2018



KONGRES PRZYSZŁOŚCI

V KONGRES PRZYSZŁOŚCI 18XI 2021

- ◆ NAJNOWSZE TRENDY ROZWOJOWE
- ◆ WAŻNE TEMATY SPOŁECZNE
- ◆ KLUCZOWE ZAGADNIENIA GOSPODARCZE
- ◆ NIEZWYKLI PRELEGENCI



STAWIAMY NA REGION

www.kongresprzyszlosci.pl



GRUPA WM Sp. z o.o.

ul. Tracka 5, 10-364 Olsztyn

 kontakt@wm.pl  500 603 603

www.gazetaolsztynska.pl

www.kongresprzyszlosci.pl

 /KongresPrzyszlosci

 /GazetaOlsztynska