**VIII Kongres Kultury Regionów**w cyklu „Żywioły dziedzictwa” – W PŁOMIENIACH  
25-28 października 2022, Nowy Sącz

**WARSZTATY W MCK SOKÓŁ**

**1. MALOWANIE IKON**

**Prowadzenie:** o. Zygfryd Kot  SJ i Chrześcijańskie Stowarzyszenie Twórców Sztuki Sakralnej ECCLESIA  
**Limit miejsc:** 15   
  
Zajęcia będą nie tylko praktyczną formą uczenia się kunsztu malarstwa bizantyńskiego, ale również formą duchowego poznania i doświadczenia świata ikon. Ikona jest fenomenem sztuki sakralnej. Jej siła i oddziaływanie na człowieka wierzącego znalazło potwierdzenie w praxis Kościoła od prawie 1500 lat. Uczestnikom warsztatów zostanie przekazana wszelka wiedza potrzebna do samodzielnego kontynuowania malarstwa bizantyjskiego oraz tradycyjnego rzemiosła artystycznego wzorowanego na przykładzie twórczości dawnych mistrzów.

**2. KRZESANE, CZYLI JAK WYTAŃCZYĆ OGIEŃ**

**Prowadzenie:** Krzysztof Trebunia-Tutka  
**Limit miejsc:** 25  
  
Tradycją kolejnych edycji Kongresu Kultury Regionów stały się warsztaty taneczne. Tym razem spróbujemy rozpalić zainteresowanie ekspresją i pięknem ruchu ludzkiego ciała przez poznanie tajników najbardziej widowiskowego tańca podhalańskiego - krzesanego.  
  
Żywioł tańca góralskiego jest jak ogień – góral „krzesze” kierpcami iskry, a jego roztańczone nogi przypominają stąpanie po rozżarzonych węglach. Gwałtowność jego emocji i uczuć najlepiej i najpiękniej może wyrazić taniec, a krzesane to najbardziej energetyczne i transowe figury tańca góralskiego. Poznamy związane z nimi śpiewki, by jeszcze lepiej wyrazić siebie, swoje intencje i osobowość, a na końcu zatracić się w tańcu.  
  
Wystarczy przełamać własną niesmiałość, poznać kilka podstawowych kroków, i dać się porwać energii, która ma swoje źródło w żywiołach, towarzyszących ludziom od wieków.  Warto podjąć próbę wyzwolenia jednego z nich, który drzemie w każdym z nas.  
  
**3. ŚPIEWY PRZY OGNISKU. PIEŚNI TRADYCYJNE Z TERENÓW CHORWACJI I SERBII**

**Prowadzenie:** Zofia Zaborowska i Kacper Siejkowski (Zespół Łada)  
**Limit miejsc:** 20   
  
Prowadzący warsztaty od 2017 r. robią własne badania etnograficzne w Północnej Dalmacji, Centralnej Bośni oraz Zachodniej Serbii i uczą się pieśni od Wiejskich Mistrzów, gdzie do dziś spotkać można obrzęd wspólnego śpiewu przy ognisku znajdującego się w centralnej części kamiennego domostwa. Podczas zajęć uczone będą polifoniczne pieśni tradycyjne śpiewane we wsiach zamieszkanych przez Serbów i techniki wokalne w niestylizowanej formie. Uczestnicy poznają kontekst historyczno-kulturowy, melodie wielogłosowych pieśni, ćwiczenia m.in. rozluźniające ciało, uruchamiające naturalne rezonatory, rozgrzewające struny głosowe oraz zostaną przetłumaczone teksty pieśni. Zaprezentowane zostaną przykłady dźwiękowe omawianego regionu z bazy nagrań archiwalnych i nagrań terenowych prowadzących. Warsztat skierowany do osób początkujących i zaawansowanych, nie jest wymagane doświadczenie wokalne.

**4. O TYM CO NAS ROZPALA. PRZYŚPIEWKOWA BITWA NA GŁOSY**

**Prowadzenie:** Monika Dudek i Daniel Kübler **Limit miejsc:** 25  
  
Miłość, zaloty, pieniądze, a może robota i gospodarka? Co nas rozpala? O czym najczęściej śpiewały chłopaki i dziewczyny w dawnej małopolskiej wsi?  
  
Przyśpiewki do tańca, przegadywania, żartobliwie i z humorem! Pośpiewamy i pohulamy! Nauczymy się przyśpiewek rzadko słyszanych na scenie, ułożymy też swoje, a w końcu przeprowadzimy babsko-chłopską bitwę na głosy. Dwie drużyny - kobiet i mężczyzn będą się prześpiewywać, obtańcowywać i dobrze bawić.  
  
Zapraszamy wszystkich lubiących śpiewać i tańczyć, mających poczucie humoru, dystans do siebie i dużo dobrej energii. A jak jej nie macie, to se ją wywołacie!  
  
Warsztaty poprowadzi Monika Dudek, przy wsparciu chłopa - Daniela Küblera, muzyka i śpiewaka, który zagra do tańca, a może i co zalotnie zaśpiewa.   
  
A co tam się będzie działo?  
  
Posła baba diabła doić  
a un zacon figle stroić  
ani mleka, ani siary  
bo był diabeł bardzo stary  
  
Pytała się matka córy  
na co kogut mo pazury  
Jakoś staro, takoś głupio  
cymze by sie trzymoł kury  
  
Huloj Maryna, huloj Maryna  
kupie jo ci zarna  
jak se nie umieles, jak se nie umieles  
coz ty bedzies zarła  
  
Duszkiem Andziulko,  
duszkiem, kuku,  
co niesiesz pod fartuszkiem, kuku  
kokosie jarzębiatą i troszkę przyczubiatą, kukuryku!

**5. PŁOMIENNE OPOWIEŚCI**

**Prowadzenie:**Michał Malinowski | Muzeum bajek **Limit miejsc:** 25  
  
Niesamowita jest siła drzemiąca w opowieściach. Może spływać wodą wywołując łzy. Może też płonąć ogniem wzbudzając najrozmaitsze emocje. Najczęściej jednak bywa po trosze jednym i drugim. Baśnie, bajki i legendy są protoplastami psychoterapii. Spełniają często funkcję oswajania emocji po to, by ostatecznie człowiek był zdolny poradzić sobie nawet z najtrudniejszymi. Michał Malinowski zna potęgę opowieści. Sam jest mistrzem w ich zapamiętywaniu i przekazywaniu. Umie też skłonić do tego innych. Podczas tych warsztatów przekonacie się, jak różnego rodzaju ogień może żyć w historiach – od zimnego blasku drogich kamieni, za które ludzie zdradzali i zabijali, po ciepło domowego ogniska, o które się walczy nie bacząc na poświęcenia. Wy także będziecie mieli szansę się zapalić. Jaki to będzie płomień? Czy delikatny i uroczy jak u robaczków świętojańskich, sypiący przez chwilkę czarownymi iskrami i równie szybko gasnący jak fajerwerk? A może zwodniczy i zdradziecki jak błędny ognik na mokradłach? Zapłonąć żywym, jasnym ogniem i stanąć w prawdzie przed innymi, a zwłaszcza przed sobą samym, jest aktem wielkiej odwagi. Czy pod wpływem oczyszczających opowieści ktoś w Was się na to zdobędzie? Zobaczymy...

**6. KRYZYS W KOMUNIKACJI – KOMUNIKACJA W KRYZYSIE. JAK ROZMAWIAĆ Z TYMI, KTÓRZY DOŚWIADCZYLI OGNIA WOJNY?**

**Prowadzenie:** Katarzyna Drąg i Piotr Drąg  
**Limit miejsc:** 25   
  
Doświadczenie dwu wielkich kryzysów, z którymi mierzymy się w ciągu ostatnich 2 lat – pandemii oraz wojny na Ukrainie uświadamia nam, jak kruchy jest sposób pracy i komunikacji, do którego byliśmy przyzwyczajeni.  
  
Masowy napływ uchodźców z Ukrainy do Polski stawia przed nami wyzwania. To wyzwanie na poziomie osobistym i zawodowym. Każdy z nas mierzy się z pytaniem, jak komunikować się w kryzysie? Jak nawiązać porozumienie z tymi, którzy uciekli przed ogniem wojny? Jak otworzyć placówki kulturalne na potrzeby goszczących w Polsce uchodźców? Czego unikać? Podczas warsztatów będziemy zgłębiać tajniki komunikowania kryzysowego. Stworzymy listę dobrych praktyk komunikacji z uchodźcami. Poszerzymy swoją wiedzę i umiejętności, skupiając się na specyfice wymuszonej wojną migracji, kontekstach psychologicznych i komunikacyjnych zaistniałej sytuacji społecznej.

**7. WODA OGNIEM TWORZONA, CZYLI WSZYSTKO O DESTYLACJI PROSTEJ WÓD ZIOŁOWYCH**

**Prowadzenie:** Anna Pietrusza  
**Limit miejsc:** 25  
  
Podczas spotkania porozmawiamy o metodach tworzenia hydrolatów roślinnych wraz z pokazem destylacji prostej. Omówimy cenne produkty uboczne tego procesu, a na koniec wykonamy wodę kolońską z indywidualnie skomponowanym zapachem.

**8. KUŹNIA EKSPRESJI. WARSZTATY DRAMY**

**Prowadzenie:** Katarzyna Nurek | Europejskie Centrum Bajki im. Koziołka Matołka  
**Limit miejsc:**25  
  
Rozgrzać. Do czerwoności. Uderzać rytmicznie młotem, by nadać kształt. Gwałtownie schłodzić, by zahartować. To proces, który odbywa się w kuźni. Człowieka często trzeba poddać równie intensywnym zabiegom, by zechciał i potrafił się otworzyć i pokazać innymi skrawki swego wnętrza. Ludziom kultury potrzebna jest ta umiejętność. Na warsztatach dramy będzie wszystko. Rozgrzewanie przebierankami i charakteryzacją. Uderzanie rozmaitymi zadaniami, które trzeba wykonać. Chłodzenie własnych emocji, by dać przestrzeń ekspresji innych uczestników. Na koniec z magmy zabiegania i chaosu codzienności wytopimy cenne kruszce tego, co nas rozpala. I zamienimy to w narzędzie, które posłuży nam na scenie i w życiu. Więc ubierzcie się wygodnie, bo i tak nie pozostaniecie we własnych ciuchach i wstąpcie do kuźni ekspresji.

**9. ŻAR BARW. LACHOWSKIE KWIATY Z BIBUŁY**

**Prowadzenie:** Stanisława Majda **Limit miejsc:** 25  
  
Pamiętacie opowieści o żar – ptakach? Płonęły niesamowitą feerią barw. Chociaż budziły grozę, równocześnie też zachwycały. Trudno bowiem oprzeć się pięknym, czystym kolorom. A co, gdy przybiorą one w Waszych dłoniach formę kwiatów? Takich, które kiedyś zdobiły wiejskie chałupy, zwłaszcza zaś wiszące tam święte obrazy. Tych znanych z przydrożnych kapliczek i dziewczęcych wianków. Kiedy się patrzy na lachowskie bibułkowe cudeńka, ciepło się robi na sercu. Nauczycie się samodzielnie wykonywać niektóre z nich od prawdziwej mistrzyni. Jej zręczne palce zamieniają zwyczajną bibułkę w kwitnąc łąki i ogrody. Wystarczy popchnąć furtkę i wejść, by ogarną Was żar barw.

**WARSZTATY TERENOWE**

**1. MALOWANIE IKON**

**Prowadzenie:** o. Zygfryd Kot SJ i Chrześcijańskie Stowarzyszenie Twórców Sztuki Sakralnej ECCLESIA  
**Limit miejsc:** 15   
  
Zajęcia będą nie tylko praktyczną formą uczenia się kunsztu malarstwa bizantyńskiego, ale również formą duchowego poznania i doświadczenia świata ikon. Ikona jest fenomenem sztuki sakralnej. Jej siła i oddziaływanie na człowieka wierzącego znalazło potwierdzenie w praxis Kościoła od prawie 1500 lat. Uczestnikom warsztatów zostanie przekazana wszelka wiedza potrzebna do samodzielnego kontynuowania malarstwa bizantyjskiego oraz tradycyjnego rzemiosła artystycznego wzorowanego na przykładzie twórczości dawnych mistrzów.

**2. RĘKAWICE FURMAŃSKIE. PRZESTRZENNE TKACTWO CZARNYCH GÓRALI**

**Prowadzenie:** przestrzenni tkacze skupieni wokół Towarzystwa Miłośników Piwnicznej  
**Limit miejsc:** 10   
  
Gdy prządka skończy już  prace, zwinne ręce tkacza rozpoczynają swoje dzieło. Dwie niteczki uprzędzionej wełny naprzemiennie przeplatają nić osnowy tworząc dwubarwne wzory. Powoli, na przestrzennej formie zwanej "deską", wyłania się kształt rękawicy. Wełniana, gruba, mięsista, na pierwszy rzut oka widać, że ochroni ręce nawet przed 30 stopniowym mrozem. Na końcu wyłania się baranek, który zdobi rękawicę ale też chroni przed dostaniem się śniegu do rękawa. Potem już tylko trzeba zrobić paluch, kilka ruchów igły i rękawica furmańskie gotowa!  
  
Tak przez wieki, mężczyźni szykowali dla siebie rękawice furmańskie na zimę. Chroniły przed mrozem, były wytrzymałe i nie przemakały. Idealnie sprawdzały się przy pracach w lesie i gospodarstwie. Wiele takich par rękawic, nawet sprzed czasów 2 wojny światowej, przetrwało do dziś. Teraz już głównie góralki dla chwil relaksu i radości tworzenia, tkają na przestrzennych formach rękawice furmańskie, czapki, pantofle.  
  
Podczas warsztatów można będzie sprawdzić sprawność swoich rąk a także przekonać się, czy przestrzenne tkactwo nie jest tą właśnie umiejętnością, która po warsztatach stanie się pasją i przyniesie tą niepowtarzalna radość tworzenia.  
  
**3. DZIKIE SMAKI - GOTOWANIE NA ŻYWYM OGNIU**

**Prowadzenie:** Maciej Zawierucha | Zielony wulkan  
**Limit miejsc:** 25  
  
Warsztat przybliży zastosowanie roślin nieuprawnych w kuchni oraz gotowanie na ogniu. Podczas warsztatów przygotujemy gruszki zapiekane z miodem, placki z ziołami i gąszczem oraz herbatę ziołową. 

**4. OGNIKI Z CERAMIKI**

**Prowadzenie:**Monika Zielińska-Klimczak | ManuCraftura **Limit miejsc:**25  
  
Proces tworzenia ceramiki to jedyny w swoim rodzaju, niezmienny od wieków, cykl, łączący ze sobą silę czterech żywiołów. Glinę wydobytą z ZIEMI, WODĘ - dzięki której glina staje się plastyczna, POWIETRZE - osuszające naczynia i wreszcie najpotężniejszy OGIEŃ, który zamienia kruchą glinę w trwałą ceramikę.  
  
Podczas warsztatu stworzymy ceramiczne, ażurowe lampiony, w których finalnie umieścimy ostatni z żywiołów - OGIEŃ, oddają mu tym samym szacunek, jednocześnie podziwiając jego niezwykłą moc i właściwości.

**5. SCENKI PRZY ŚWIECACH. PRACA NAD ROLĄ Z AKTORAMI-AMATORAMI**

**Prowadzenie:** Andrzej Róg  
**Limit miejsc:** 25   
  
Zajęcia będą polegały na przejściu najważniejszych punktów reżyserskiej pracy nad tekstem: charakterystyka postaci, określenie planu postaci, zarys relacji między bohaterami opowieści, bohaterowie w przestrzeni scenicznej i przebieg emocjonalny scen. Podczas warsztatu przeanalizowane zostaną postaci w drugiej części „Dziadów”.

**6. PŁOMIENNE OPOWIEŚCI**

**Prowadzenie:** Michał Malinowski | Muzeum bajek **Limit miejsc:** 25  
  
Niesamowita jest siła drzemiąca w opowieściach. Może spływać wodą wywołując łzy. Może też płonąć ogniem wzbudzając najrozmaitsze emocje. Najczęściej jednak bywa po trosze jednym i drugim. Baśnie, bajki i legendy są protoplastami psychoterapii. Spełniają często funkcję oswajania emocji po to, by ostatecznie człowiek był zdolny poradzić sobie nawet z najtrudniejszymi. Michał Malinowski zna potęgę opowieści. Sam jest mistrzem w ich zapamiętywaniu i przekazywaniu. Umie też skłonić do tego innych. Podczas tych warsztatów przekonacie się, jak różnego rodzaju ogień może żyć w historiach – od zimnego blasku drogich kamieni, za które ludzie zdradzali i zabijali, po ciepło domowego ogniska, o które się walczy nie bacząc na poświęcenia. Wy także będziecie mieli szansę się zapalić. Jaki to będzie płomień? Czy delikatny i uroczy jak u robaczków świętojańskich, sypiący przez chwilkę czarownymi iskrami i równie szybko gasnący jak fajerwerk? A może zwodniczy i zdradziecki jak błędny ognik na mokradłach? Zapłonąć żywym, jasnym ogniem i stanąć w prawdzie przed innymi, a zwłaszcza przed sobą samym, jest aktem wielkiej odwagi. Czy pod wpływem oczyszczających opowieści ktoś w Was się na to zdobędzie? Zobaczymy…

**7. OGIEŃ Z WOSKU**

**Prowadzenie:**Jacek Nowak | Pasieka BARĆ Kamianna **Limit miejsc:** 25  
  
Trudno znaleźć bardziej przyjazne i pozytywne skojarzenie z ogniem od płomyka świecy. Oświetla, daje poczucie swojskości i bezpieczeństwa, w kulturze jest znakiem ochrony – jak gromnica podczas burzy, wyznacza przestrzenie sacrum na ołtarzach, towarzyszy noworodkom przy chrzcie i zmarłym w ich ostatniej drodze. W kościele katolickim świeca jest symboliczną bohaterką wielkanocnej liturgii światła. W Wielką Sobotę przed kościołem rozpala się ognisko, którego płomienie zostają poświęcone przez kapłana. Następnie od poświęconego ognia zapala się paschał (dużą świecę), symbolizujący Chrystusa, czyli światłość świata, co ma uzmysławiać, że dokonała się Pascha, przejście z mroku do jasności, ze śmierci do życia. W uroczystej procesji paschał zostaje wniesiony do świątyni i umieszczony w ozdobnym świeczniku. W Orędziu Wielkanocnym znanym jako Exsultet słyszymy wtedy słowa: „Znamy już wymowę tej woskowej kolumny, którą na chwałę Boga zapalił jasny płomień. Chociaż dzieli się on użyczając światła, nie doznaje jednak uszczerbku, żywi się bowiem strugami wosku, który dla utworzenia tej cennej pochodni wydała pracowita pszczoła. O, zaiste błogosławiona noc, w której się łączy niebo z ziemią, sprawy boskie ze sprawami ludzkimi.”  
  
Na warsztaty udacie się do prawdziwej pasieki i tu skorzystacie z „owoców pracy pszczelego roju”, by różnymi technikami wykonać świece z cennych, naturalnych materiałów. Potem wypełnią one Wasze domy delikatnym światłem i przyjemną, uzdrawiającą wonią przywołując wspomnienia kongresowej wspólnoty.

**8. ŚPIEWY PRZY OGNISKU. PIEŚNI TRADYCYJNE Z TERENÓW CHORWACJI I SERBII**

**Prowadzenie:** Zofia Zaborowska i Kacper Siejkowski (Zespół Łada)  
**Limit miejsc:** 20  
  
Prowadzący warsztaty od 2017 r. robią własne badania etnograficzne w Północnej Dalmacji, Centralnej Bośni oraz Zachodniej Serbii i uczą się pieśni od Wiejskich Mistrzów, gdzie do dziś spotkać można obrzęd wspólnego śpiewu przy ognisku znajdującego się w centralnej części kamiennego domostwa. Podczas zajęć uczone będą polifoniczne pieśni tradycyjne śpiewane we wsiach zamieszkanych przez Serbów i techniki wokalne w niestylizowanej formie. Uczestnicy poznają kontekst historyczno-kulturowy, melodie wielogłosowych pieśni, ćwiczenia m.in. rozluźniające ciało, uruchamiające naturalne rezonatory, rozgrzewające struny głosowe oraz zostaną przetłumaczone teksty pieśni. Zaprezentowane zostaną przykłady dźwiękowe omawianego regionu z bazy nagrań archiwalnych i nagrań terenowych prowadzących. Warsztat skierowany do osób początkujących i zaawansowanych, nie jest wymagane doświadczenie wokalne.

