



Gdańsk, 14 kwietnia 2015

## Każdy może osiągnąć swój własny biegun – niezwykła metoda Marka Kamińskiego

**Zdobywca dwóch biegunów postawił przed sobą kolejne wyzwanie – jego najnowszy projekt 3 Biegun to ponad 4000 kilometrów samotnej, pieszej wędrówki. Marek Kamiński już od niemal miesiąca przemierza szlak św. Jakuba - od Kaliningradu do Santiago de Compostela. W czasie swojej wyprawy spotyka się z ludźmi, by rozmawiać, dyskutować, inspirować oraz opowiadać o swoich bogatych doświadczeniach. Przedstawia również swoją autorską metodę Biegun – sposób, by zdobywać własne bieguny i spełniać najśmielsze nawet marzenia. Kto wie o tym więcej niż słynny podróżnik?**

Metoda stworzona przez Marka Kamińskiego uczy, jak sprawić, by niemożliwe stało się możliwe. Ułożona w 10 praktycznych kroków pokazuje, jak poznać samego siebie, zrozumieć swoje potrzeby, wyznaczyć cele i uwierzyć, że można je osiągnąć. **Cele to metaforyczne bieguny, które przy odrobinie determinacji może zdobyć każdy.** Metoda buduje poczucie własnej wartości, daje motywację i odwagę do działania. Jak mówi sam podróżnik, to właśnie ta metoda „pozwoiliła przeciętnemu chłopcu z przeciętnej polskiej rodziny dotrzeć na krańce świata”.

Nowatorska koncepcja została opisana w książce „Odkryj, że biegun nosisz w sobie”, a teraz jest dostępna w formie internetowego szkolenia dla nauczycieli w ramach specjalnej platformy on-line. Kurs *Wyznaczać cele i umieć je realizować* to **propozycja przygotowana wspólnie przez Wydawnictwo Operon i Fundację Marka Kamińskiego w ramach projektu 3 Biegun.**

*Projekt „3 Biegun” dobrze wpisuje się w wymiar edukacji szkolnej. Nauczyciele i uczniowie wspólnie z Markiem Kamińskim będą mogli w sposób symboliczny pokonać drogę przez wartości. Uczniowie, odpowiednio moderowani przez nauczycieli, mają szansę odbyć niezwykle wartościową podróż w poszukiwaniu poczucia własnej wartości oraz zdobyć wewnętrzną wolność, pozytywną motywację. Wszystko to będzie się odbywać z wykorzystaniem unikatowej metody Biegun Marka Kamińskiego – mówi Justyna Lulkiewicz z Wydawnictwa Operon.*

Szkolenie z unikatowej metody Biegun to świetna propozycja dla nauczycieli, którzy chcą pracować z uczniami w mądry, innowacyjny sposób. Dzięki kursowi, nauczyciele nie tylko wzmocnią swoją więź z uczniami, ale także nauczą się ich motywować do pracy i realizacji własnych zamierzeń. W czasie kursu nauczyciele poznają tajniki metody, dowiadują się, w jaki sposób wykorzystywać ją w pracy z uczniami, a także otrzymają narzędzia do wykorzystania w czasie godzin wychowawczych – dostosowane do różnych poziomów edukacyjnych.

Zainteresowanie szkoleniem było tak duże, że termin zapisów trzeba było przedłużyć. Ostatecznie, **metodę będzie mogło poznać ponad 1600 nauczycieli**, którzy przekażą zdobytą wiedzę dalej, swoim podopiecznym.

Ci, którzy już zdążyli poznać materiał szkoleniowy, wypowiadają się o kursie bardzo pozytywnie. *Całych wykładów wysłuchałam z wielkim zainteresowaniem – pisze Pani Anna Bieńczyk na forum <http://akademiaortograffiti.pl> - Pana Marka Kamińskiego zna się jako zdobywcę biegunów - i wyprawie z Jaśkiem Melą, ale o jego wcześniejszych osiągnięciach pewnie mało kto wiedział. Informacjami z kursu bardzo szybko podzieliłam się z moimi wychowankami - uczniami klasy II gimnazjum - naprawdę słuchali. Dla młodzieży gimnazjalnej ważne jest, by w tym czasie ukazywać im wartość płynącą z odkrywania samego siebie i wyznaczania celów, pokazywania, że warto marzyć, bo marzenia - dzięki własnemu wysiłkowi i odrobinie szczęścia się spełniają.*

Fundacja Marka Kamińskiego  
Al. Grunwaldzka 212,  
80 – 266 Gdańsk

+ 58 554 45 22  
fundacja@kaminski.pl  
www.3biegun.kaminski.pl  
www.facebook.com/3BiegunMarekKaminski



**Organizator projektu****Koordynator projektu:**

Anna Mikians

[3biegun@kaminski.pl](mailto:3biegun@kaminski.pl), 607 900 328**Fundacja Marka Kamińskiego****Kontakt dla mediów:**

Agnieszka Bilda,

[agnieszka.bilda@czerwonafurtka.pl](mailto:agnieszka.bilda@czerwonafurtka.pl), 531 20 80 50

Organizatorem projektu 3 Biegun jest Fundacja Marka Kamińskiego. Od 1996 roku pomaga chorym dzieciom i młodzieży w pokonywaniu barier i spełnianiu ich marzeń. Prowadzi projekty charytatywne, ekologiczne i edukacyjne. Organizuje m.in. warsztaty, obozy i wyprawy dla dotkniętych przez los dzieci w celu dostarczenia im wsparcia psychologicznego i pokazania szeregu możliwości, które przed nimi stoją. W ramach projektu 3 Biegun Fundacja Marka Kamińskiego zbiera fundusze na organizację Europejskich Obozów Zdobywców Biegunów.