

XV Międzynarodowa Konferencja NEST
XV Mezinárodní Konference NEST
XV International NEST Conference

28 września - 30 września 2017

28. září – 30. září 2017

28 of September – 30 of September 2017

Zakopane, Polska

CZWARTEK, 28 września / ČTVRTEK, 28. září / THURSDAY, 28 of September

8.00 – 8.45 śniadanie/ **snídaně** / **breakfast**

8.45 – 9.30 rejestracja / **registrace** / **registration**

9.30 – 9.45 **Aleksandra Kulczyńska, Witold Simon**

- Powitanie i przedstawienie uczestników
- **Privítání a představení účastníků**
- **Welcome and presentation of participants**

9.45 – 10.30 przedstawiciel Polski: **Andrzej Miziołek**, przedstawicielka Białorusi: **Barbara Sajnok**, przedstawicielka Ukrainy: **Kateryna Błaszczak (Gonchar)**, przedstawicielka Czech: **Dagmar Sližová**

- Informacja jak wygląda NEST w różnych krajach
- **Informace, jak vypadá NEST v různých zemích**
- **Information on how NEST is doing in various countries.**

10.30 – 11.00 kawa, herbata + rejestracja / **káva, čaj + registrace** / **coffee break + registration**

11.00 – 12.00 wykład / **přednáška** / **lecture**

Marek Gajowy

- Mentalizacja a trauma.
- **Mentalizace a trauma**
- **Mentalization and trauma.**

12.00 – 12.30 dyskusja/ **diskuse** / **discussion**

12.30 – 14.30 obiad+ rejestracja/ **oběd + registrace** / **lunch + registration**

14.30 – 16.30 superwizja / **supervize** / **supervision**

- **Wiesław Błaszczak, Lena Omelchenko,**
- **Kateryna Błaszczak (Gonchar), Urszula Neumann**
- **Agnieszka Dietrich, Witold Simon**
- **Marek Gajowy, Andrzej Winkler**
- **Aleksandra Kulczyńska, Dagmar Sližová**
- **Andrzej Miziołek, Judit Szigeti-Ferenczy**

16.30 – 17.00 kawa, herbata / **káva, čaj** /coffee break

17.00 – 19.00 superwizja / **supervize** / supervision

- **Wiesław Błaszczak, Lena Omelchenko,**
- **Kateryna Błaszczak (Gonchar), Urszula Neumann**
- **Agnieszka Dietrich, Witold Simon**
- **Marek Gajowy, Andrzej Winkler**
- **Aleksandra Kulczyńska, Dagmar Sližová**
- **Andrzej Miziołek, Judit Szigeti-Ferenczy**

19.00 – 20.00 kolacja / **večeře** / supper

20.00 – 22.00 film i dyskusja / **film a diskuse** / movie and discussion

- „Nawet nie wiesz, jak bardzo Cię Kocham” (80 minut, angielskie napisy)
Bohaterkami dokumentu są matka i córka, związane ze sobą trudnym, skomplikowanym uczuciem. Kluczowe dla nich jest spotkanie z kimś trzecim, obcym (terapeutą). Jego podstawowym narzędziem są słowa i empatia. W intymnej rozmowie trzech osób dawne rany i głęboko ukryte emocje bohaterki powoli wychodzą na powierzchnię.
- „Ani nevíš, jak moc Tě miluji” (80 min., anglické titulky)
Hrdinkami filmu jsou matka a dcera, svázané vzájemně těžkými, komplikovanými city. Klíčové je pro ně setkání s někým třetím „zvenku” (terapeutem). Jeho hlavními nástroji jsou slova a empatie. V intimním rozhovoru těchto tří osob pomalu vycházejí na povrch dávná zranění a hluboko ukryté emoce hlavních hrdinek.
- “You have no idea how much I love you” (80 minutes, English subtitles)
This film tells the dramatic story of mother and daughter, who are bound together by painful, complicated emotions. Here they have a crucial encounter with a third person whom they have never met before, an experienced therapist employing the words and empathy as his basic tools.

PIĄTEK, 29 września / **PÁTEK, 29. září**/ **FRIDAY, 29 of September**

8.00 – 8.45 śniadanie /**snídaně**/ breakfast

8.45 – 9.00 otwarcie drugiego dnia / **zahájení druhého dne** / opening of the second day

9.00 – 10.00 wykład / **přednáška**/ lecture

Judit Szigeti-Ferenczy

- Dysocjacja: różne rodzaje i nasilenie, ocena i sposoby postępowania
- **Disociace : různé typy a stupně závažnosti a hodnotící postupy**
- **Forms and degrees of dissociation: Assessment and procedures.**

10.00 – 10.30 dyskusja/ **diskuse** / discussion

10.30 – 11.00 kawa, herbata / **káva, čaj** /coffee break

11.00 – 12.00 wykład / **přednáška** / lecture

Lena Omelchenko

- Pomaganie tym, którzy zajmują się ofiarami wojny na Ukrainie.
- **Pomoc těm, kteří se starají o oběti války na Ukrajině**
- **Helping those who assist victims of the war in Ukraine.**

12.00 – 12.30 dyskusja/ **diskuse** / discussion

12.30 –12.45 przedstawienie warsztatów / **představení workshopů** / workshops introduction

12.45 – 14.30 obiad/ **oběd** / lunch

14.30 – 15.10 panel / **panel** / panel

Kateryna Błaszczak (Gonchar), Witold Simon, Dagmar Sližová, Andrzej Winkler

- Czym jest a czym nie jest terapia NEST, refleksje na tle wybranego aspektu klinicznego.
- **Čím je a čím není terapie NEST: reflexe na pozadí klinického hlediska**
- **What NEST therapy is and is not: reflections based on selected clinical aspects.**

15.10 – 16.00 dyskusja/ **diskuse** /discussion

16.00 – 16.30 kawa, herbata / **káva, čaj** /coffee break

16.30 – 17.30 wykład / **přednáška** / lecture

Jacek Szczepkowski

- Trauma w ujęciu terapii skoncentrowanej na rozwiązaniach.
- **Trauma z hlediska terapie zaměřené na řešení**
- **Trauma in the Solution Focused Therapy.**

17.30 – 18.00 dyskusja/ **diskuse** /discussion

18.00 – 18.30 kawa, herbata / **káva, čaj** /coffee break

18.30 – 20.00 warsztaty / **workshopy** / workshops

- **Ondrej Žiak**
 - × Otwarty dialog a trauma.
 - × **Otevřený dialog a trauma**
 - × **Open Dialog and trauma.**
- **Ágota Markovich, Judit Szigeti-Ferenczy**
 - × Dysocjacja: totalna ucieczka.
 - × **Disociace: celkový únik.**
 - × **Dissociation: A veritable break-away.**
- **Jacek Szczepkowski**
 - × Rozwiązania w trudnych sytuacjach.
 - × **Řešení v obtížných situacích.**
 - × **Solutions for difficult situations.**

- **Józef Leśniak**
 - × Metody i narzędzia wykorzystywane w Dialogu Motywującym.
 - × **Metody a nástroje používané v Motivačním Dialogu.**
 - × **Methods and tools applied in Motivational Dialogue.**
- **Agnieszka Sokolowska**
 - × Zamieszkać ponownie w swoim ciele: psychoterapia tańcem i ruchem (DMT) oraz analiza ruchu Labana (LBMS) wobec traumy.
 - × **Ubytovat se nově ve svém těle : psychoterapie tancem a pohybem (DMT) a Labanova analýza pohybu (LBMS) vzhledem k traumatu.**
 - × **Reinhabitating your own body: dance/movement therapy (DMT) and Laban Movement Analysis (LBMS) in the face of trauma.**
- **Joanna Santura**
 - × Przemoc a uzależnienie.
 - × **Násilí a závislost.**
 - × **Trauma and addiction.**

20.15 – 23.00 świętowanie / **slavnostní večer** / **celebration**

SOBOTA, 30 września / SOBOTA, 30. září / SATURDAY, 30 of September

8.00 – 8.45 śniadanie / **snídaně** / **breakfast**

8.45 – 9.00 otwarcie trzeciego dnia / **zahájení třetího dne** / **opening of the third day**

9.00 – 10.00 wykład / **přednáška** / **lecture**

Tomasz Kudelski

- Reparacja w ujęciu psychoanalitycznym: twórcza naprawa wewnętrznego i zewnętrznego świata. Przejawy w praktyce klinicznej i w codziennym życiu
- **Oprava v psachoanalytickém pojetí: kreativní opravy vnitřního a vnějšího světa. Projevy v klinické praxi a v každodenním životě.**
- **Reparation from psychoanalytical perspective: the creative repair of internal and external worlds. Manifestations in clinical practice and everyday life.**

10.00 – 10.30 dyskusja/ **diskuse** / **discussion**

10.30 – 11.00 kawa, herbata / **káva, čaj** / **coffee break**

11.00 – 12.30 warsztaty / **workshopy** / **workshops**

- **Ondrej Žiak**
 - × Otwarty dialog a trauma.
 - × **Otevřený dialog a trauma**
 - × **Open Dialog and trauma.**

- **Ágota Markovich, Judit Szigeti-Ferenczy**
 - × Dysocjacja: totalna ucieczka.
 - × **Disociace: celkový únik.**
 - × **Dissociation. A veritable break-away.**
- **Jacek Szczepkowski**
 - × Rozwiązania w trudnych sytuacjach.
 - × **Řešení v obtížných situacích.**
 - × **Solutions for difficult situations.**
- **Aleksandra Kulczyńska, Andrzej Miziolek**
 - × Dobry początek. Teoretyczne i praktyczne aspekty przygotowania pacjentów do terapii grupowej NEST.
 - × **Dobry začátek. Teoretické i praktické aspekty přípravy pacientů do skupinové terapie NEST.**
 - × **Good start. Theoretical and practical aspects of preparing patients for the NEST group therapy.**
- **Agnieszka Rubinowska**
 - × Prenatalne korzenie zaburzeń psychicznych na przykładzie pacjentów z depresją, bulimią i heliofobią.
 - × **Prenatální kořeny psychických poruch na příkladě pacientů s depresí, bulimií a heliofobií**
 - × **Prenatal roots of psychiatric disorders exemplified with patients with depression, bulimia and heliophobia.**
- **Kateryna Blaszczyk (Gonchar)**
 - × Genogram - droga niespodzianek
 - × **Genogram (rodokmen) – cesta překvapení.**
 - × **Genogram – the way of surprises.**

12.30 – 13.15 obiad/ **oběd** / lunch

13.15 – 17.15 wycieczka w Tatry / **výlet do Tater** / hike into the Tatra Mountains

17.45 – 19.15 warsztaty / **workshopy** / workshops

- **Józef Leśniak**
 - × Metody i narzędzia wykorzystywane w Dialogu Motywującym.
 - × **Metody a nástroje používané v Motivačním Dialogu.**
 - × **Methods and tools applied in Motivational Dialogue.**
- **Agnieszka Sokolowska**
 - × Zamieszkać ponownie w swoim ciele: psychoterapia tańcem i ruchem (DMT) oraz analiza ruchu Labana (LBMS) wobec traumy.
 - × **Ubytovat se nově ve svém těle: psychoterapie tancem a pohybem (DMT) a Labanova analýza pohybu (LBMS) vzhledem k traumatu.**
 - × **Reinhabitating your body: dance/movement therapy (DMT) and Laban Movement Analysis (LBMS) in the face trauma.**

- **Joanna Santura**
 - × Przemoc a uzależnienie.
 - × **Násilí a závislost.**
 - × **Trauma and addiction.**

- **Aleksandra Kulczyńska, Andrzej Miziolek**
 - × Dobry początek. Teoretyczne i praktyczne aspekty przygotowania pacjentów do terapii grupowej NEST.
 - × **Dobry začátek. Teoretické i praktické aspekty přípravy pacientů do skupinové terapie NEST.**
 - × **Good start. Theoretical and practical aspects of preparing patients for the NEST group therapy.**

- **Agnieszka Rubinowska**
 - × Prenatalne korzenie zaburzeń psychicznych na przykładzie pacjentów z depresją, bulimią i heliofobią.
 - × **Prenatální kořeny psychických poruch na příkladě pacientů s depresí, bulimií a heliofobií**
 - × **Prenatal roots of psychiatric disorders exemplified with patients with depression, bulimia and heliophobia.**

- **Kateryna Błaszczak (Gonchar)**
 - × Genogram - droga niespodzianek
 - × **Genogram (rodokmen) – cesta překvapení.**
 - × **Genogram – the way of surprises.**

19.30 – 20.15 kolacja / **večeře** / supper

20.15 – 22.00

- Walne Zgromadzenie członków NEST: podsumowanie konferencji - wnioski na przyszłość
- **Valné shromáždění členů NESTu: hodnocení konference – závěry pro budoucnost**
- **The NEST Members General Meeting: Summary of the conference – conclusions for the future**

22.00 koniec konferencji / **závěr konference** / closure of the conference

UWAGI/ DODATKY / DETAILS

1. Kiedy / Kdy / When

28 września – 30 września 2017 (czwartek - sobota)

28. září – 30. září 2017 (čtvrtek - sobota)

28 of September – 30 of September 2017 (Thursday - Saturday)

2. Gdzie / Kde / Where

Ośrodek Wypoczynkowo-Rehabilitacyjny “Maria”

ul. Podhalańska 3A

34-501 Zakopane, Polska

tel. +48 18 2015812, +48 18 2001112, +48 601 409 285

email: info@mariazakopane.pl

Google map: <https://goo.gl/maps/dYGkfpYr1RR2>

3. Oplaty / **Poplatky** / **Fee**

opłata konferencja / **konferenční poplatek** / conference fee

- opłacone przed / **při přihlášení do** / **paid before** 31.07.2017 - 180 zł (42 euro)
 - opłacone po / **při přihlášení po** / **paid after** 01.08.2017 - 200 zł (47 euro)
 - opłacone po / **při přihlášení po** / **paid after** 22.09.2017 - 220 zł (52 euro)
 - opłaty na miejscu / **při přihlášení na místo** / **paid on site** 220 zł (52 euro)
- Opłatę konferencyjną – o ile nie uiszcza się jej na miejscu – prosimy wpłacić na jedno z poniższych kont:
 - **Konferenční poplatek – pokud ho nebudete platit na místě – prosíme zaslat na jeden z níže uvedených účtů**
 - **Unless you pay on site, please transfer your conference fee electronically – using one of the following accounts:**
 - w zlotówkach / v polské měně – zloté / in Polish zloty:
Andrzej Miziołek, Warszawa
38 1140 2004 0000 3102 3739 5005
tytułem / **do textu uvést:** / **title:** Konferencja NEST 2017
(**ważne by właśnie tak a nie inaczej opisać tytuł wpłaty**)
(!!! důležité uvést přesně a pouze tento text a ne nic jiného!!!)
(Make sure to write exactly such a title)

lub / **nebo** / **or**

- w euro / v měně euro / in euro
84 1140 2004 0000 3512 0341 6690
account owner: Andrzej Miziołek
Warszawa, Poland
the name of the bank:
mBank S.A. FORMERLY BRE BANK S.A. (RETAIL BANKING) LODZ,
bank address: Skrytka pocztowa 2108, 90-959 Łódź 2, Poland
mBank code BIC/SWIFT: BREXPLPWMBK
SORT CODE/settling number: 11402004
transaction description: NEST 2017 Conference
- Zgłoszenie będzie uznane za przyjęte po dokonaniu opłaty konferencyjnej.
- **Přihlášení na konferenci bude považováno za platné po zaplacení konferenčního poplatku**
- **Registration will be recognized as a completed one, once the conference fee will be made.**
- Opłata konferencyjna, w przypadku nieuczestniczenia w konferencji, nie podlega zwrotowi.
- **Konferenční poplatek se v případě neúčasti na konferenci nevrací**
- **Conference fee will not be returned in the case of not participating in the conference.**

- Wysokość opłaty konferencyjnej jest taka sama, niezależnie od tego czy ktoś przyjeżdża na całość konferencji, czy tylko np. na pół dnia.
- **Výše konferenčního poplatku je stejná nezávisle od toho, zda se účastníte celé konference anebo např. jen na půl dne.**
- **Conference fee is the same regardless one attends the whole conference or e.g. half of the day.**
- Studenci, osoby bezrobotne oraz emeryci płacą 50% opłaty konferencyjnej.
- **Studenti, nezaměstnaní a důchodci platí 50% konferenčního poplatku.**
- **Students, unemployed individuals, and senior citizens pay 50% of conference fee.**
- Tak jak w poprzednich latach, tak i tym razem konferencję robimy własnymi siłami, co oznacza, między innymi, że nikt na konferencji nie zarabia. Opłata konferencyjna będzie:
 - (a) pokrywać koszty niezbędnych materiałów (xero, identyfikatory);
 - (b) przeznaczona na dofinansowanie uczestników z poza Unii Europejskiej;
 - (c) na pokrycie kosztów utrzymania podczas konferencji, tych osób, które będą prowadzić warsztaty, wykłady, panele i superwizję, chcemy bowiem uhonorować ich pracę.
- **Tak jako v předchozích letech konferenci připravujeme z vlastních zdrojů, což znamená, že nikdo nemá z konference zisk. Konferenční poplatek bude:**
 - (a) **pokryvat nevyhnutelné materiální náklady na konferenci (xerox, jmenovky),**
 - (b) **určen na finanční podporu účastníků zemí, které nejsou členy EU.,**
 - (c) **určen na pokrytí nákladů těch osob, které budou přednášet, vést workshopy, panelovou diskusi a supervizi, chtěli bychom takto ocenit jejich práci.**
- **As in the previous years, this conference is a self-made endeavor, which means – among other things – that nobody is making any profit on it. Conference fee will:**
 - (a) **cover essential conference materials (xero, badges);**
 - (b) **will help to subsidize participants from outside of the European Union;**
 - (c) **allow to honor the work of those participants who will conduct lectures, workshops, panels or supervision. We plan on covering their costs of accommodation.**

opłaty za noclegi i wyżywienie / platby za ubytování a stravu / food and accommodation fee

- obiad / **oběd** / **lunch** - 30 zł
- kolacja / **večeře** / **supper** - 20 zł
- nocleg i śniadanie / **ubytování a snídaně** / **accommodation with breakfast** - 80 zł
- Całość opłat za noclegi i wyżywienie wnosimy na miejscu. Płatność jest możliwa tylko w złotych i tylko w gotówce.
- **Všechny platby za noclehy i stravování se platí na místě v polských zlotých. Platit je možné pouze hotově.**
- **Meals and accommodation fees one may pay on site only, and only in Polish zloty. You may pay only in cash.**

4. Pokoje/ **Pokoje**/ **Rooms**

- Ośrodek „Maria” oferuje głównie pokoje dwu- i trzyosobowe. Istnieje ograniczona ilość pokoi pojedynczych. W uwagach (w ankiecie zgłoszeniowej) proszę zaznaczyć jaki pokój rezerwujesz i z kim ewentualnie chcesz go dzielić.
Nie gwarantujemy noclegów w pokojach jednoosobowych.
- Centrum „Maria” nabízí dvou- a třílůžkové pokoje. Jednolůžkových pokojů je omezený počet! V poznámkách (v přihlašovacím formuláři) prosím uvěďte, jaký pokoj chcete a s kým eventuálně ho chcete sdílet.
Upozornění: Nejsme schopni Vám zaručit ubytování v jednolůžkových pokojích!
- „Maria” Center offers mainly two- and three-person rooms. There is a limited number of single-person rooms. Please make a note in the suggestions section (see the registration link) regarding a room of your preference. You may indicate a person with whom you would like to share it. We do not guarantee the place in a single room.
- Rozlokowanie do poszczególnych pokoi będzie prowadzone przez organizatorów konferencji na miejscu. Ośrodek „Maria” nie będzie się tym zajmować.
- Rozdělení do jednotlivých pokojů budou provádět organizátoři konference přímo na místě. Nebude se tím zabývat Centrum „Maria”, prosíme, nevyžadujte to od nich.
- Organizing committee of the NEST conference will be allocating rooms for the participants. „Maria” Center will not be involved in the booking process.

5. Rachunek / **Příjmový doklad** / **Invoice**

- Możliwe jest wystawienie rachunku przez Ośrodek „Maria” za posiłki i noclegi.
- „Maria” Centrum může vystavit příjmový doklad za stravu a ubytování.
- “Maria” Center may issue receipt for meals and accommodation.
- NEST nie wystawia faktur, KP ani paragonów na poświadczenie opłaty konferencyjnej. Jedynym dokumentem potwierdzającym uiszczenie opłaty konferencyjnej jest bankowy dowód przelewu elektronicznego.
- NEST nevystavuje faktury ani jiné příjmové doklady o zaplacení konferenčního poplatku. Jediným potvrzením o zaplacení konferenčního poplatku je tedy doklad o bankovním převodu na účet. (NEST v PL není organizace oprávněná vystavovat doklady)
- NEST will not issue any sort of the invoice confirming the payment of the conference fee. The only document which could serve such a purpose is the bank invoice of electronic transfer.

6. Zgłoszenia/ **Přihlášení** / **Registration**

- Formularz zgłoszeniowy patrz link: <https://goo.gl/forms/C4e5ApXmUoulXOIY2>
- Přihlašovací formulář viz: <https://goo.gl/forms/C4e5ApXmUoulXOIY2>
- Registration form see link: <https://goo.gl/forms/C4e5ApXmUoulXOIY2>

- Prosimy o zgłoszenie się na konferencję w miarę możliwości do końca lipca. Pomoże to w logistyce przedsięwzięcia.
- **Prosíme vás, abyste se, pokud možno, přihlásili do konce července. Pomůže nám to v logistice přípravy.**
- **If possible please register by the end of July. It will help with logistics.**
- W przypadku rezygnacji z udziału w konferencji prosimy o niezwłoczną informację.
- **V případě, že se konference nezúčastníte, žádáme vás, abyste nás o tom bezodkladně informovali.**
- **In the case you cancel your reservation, please notify us without delay.**

7. Zaproszenia / **Pozvání** / **Invitation**

- Chociaż konferencja ma charakter wewnętrzny, to można na nią zaprosić także osoby, które - choć nie brały udziału w szkoleniu - to są poważnie zainteresowane tematami.
- **Přestože je konference určena primárně pro terapeuty NESTu, je možné pozvat také osoby (odborníky), které se sice nezúčastnili školení, ale mají vážný zájem o tuto problematiku.**
- **Although this conference is internal in nature, individuals who did not participate in the training, but are seriously interested in the issues are also welcome.**

8. Superwizja / **Supervize** / **Supervision**

- Planujemy sześć grup superwizyjnych. W każdej grupie będzie dwóch superwizorów. Wydaje nam się, że oglądania losów klienta z różnych perspektyw może być cennym doświadczeniem. Przyglądanie się wielokontekstowym elementom procesu psychoterapeutycznego bez oczekiwania, że znaleźć trzeba to jedyne i najskuteczniejsze rozwiązanie może być ubogaczające. Superwizanci mogą, ale nie muszą, wносить tematy z grup pracujących według modelu NEST. Prosimy by osoby, które chcą poddać swą pracę superwizji nieco się do superwizji przygotowały, tak by uniknąć prezentacji materiału ad hoc.
- **Plánujeme šest supervizních skupin, v každé skupině budou dva supervizoři. Myslíme si, že pohled na klienta a roli terapeuta z různých perspektiv může být hodnotnou zkušeností. Také analýza z různých kontextů psychoterapeutických procesů, bez očekávání jednoho nejefektivnějšího řešení, může být inspirativní a obohacující. Supervidovaní mohou používat materiály i mimo program NEST. Je třeba aby ti, kteří chtějí být supervidovaní, byli připraveni předem, abychom se vyhnuli tomu, že budou terapeutické materiály podávané ad hoc.**
- **We plan six supervision groups, with two supervisors per each group. We believe supervision could be a valuable experience to reflect upon the client and the role of the therapist from a number of different perspectives. Also, analyzing the multicontextuality of psychotherapy process without expecting the ultimate or the most efficient solution could be inspirational. Supervisee may present material from or outside the NEST program. In each case, please come prepared to avoid ad hoc presentation of the therapy material.**

9. Piątkowe świętowanie / **Páteční oslava**/ **Friday celebration**

- Wieczór przeznaczony na świętowanie spędzimy na wspólnej zabawie, śpiewaniu i pogawędkach tym razem wokół ogniska. Będzie nam przygrywać góralska kapela. Nie zabraknie możliwości pieczenia kielbasy w ognisku. Podtrzymujemy też sympatyczny zwyczaj przywożenia ze sobą regionalnych potraw na wspólny stół. Uczestnicy z każdego kraju mogą też przygotować na ten wieczór jakiś krótki program artystyczny.
- **Večer určený k oslavě strávíme společnou zábavou, zpěvem a rozhovory u ohně. Bude nám k tomu hrát "Goralská" kapela. Nebude chybět ani možnost opékání klobásek na ohni. Podporujeme také sympatický zvyk přispět na společný stůl něčím dobrým z Vaší země (dovezte nějakou dobrotku :-)). Účastníci z každé země si mohou připravit krátký program ke společnému pobavení – každý nápad vítán ☺.**
- **Our evening celebration will be full of games, singing and small talks, this time around the bonfire. A highland band will play for us. There will be an option to roast sausages. Please feel free to bring any specialité de la maison from your country or region. Participants from each country may prepare a short artistic program.**

10. Wycieczka/ **výlet** / **Trip**

- Zapraszamy na pieszą wędrówkę w jednej z tatrzańskich dolin. Wejście odbędzie się z przewodnikiem.
Wejście do Tatrzańskiego Parku Narodowego jest płatne. Przewidujemy czas wędrówki w obie strony na ok. 4 godziny. **Prosimy o zabranie wygodnego, sportowego obuwia.**
- **Zveme Vás na pěší výlet do jedné z Tatranských dolin. Vstup bude s průvodcem. Vstup do Národního parku je placený. Cestu tam i zpět odhadujeme asi na 4h. **Doporučujeme si vzít vhodnou sportovní obuv.****
- **You are welcome to hike through one of the Tatra Mountains Valleys. There is paid entrance fee to Tatra National Park. We expect our hike to last 4 hours. **Please wear comfortable sport shoes.****

11. Sobotni wieczór i niedzielę / **Sobotní večer a neděle** / **Saturday night and Sunday**

- Osoby, które zostaną do niedzieli mogą spędzić sobotni wieczór razem, w nieformalny sposób świętując przetrwanie konferencji☺. W niedzielę można zwiedzić Zakopane lub wybrać się na wycieczkę w Tatry.
- **Ti, kteří zůstanou do neděle, můžou spolu strávit neformální sobotní večer a oslavit, že přežili konferenci ☺. V neděli můžete navštívit a prohlédnout si Zakopané nebo se vydat na výlet do Tater.**
- **Those who stay till Sunday may spend informal Saturday evening enjoying surviving the conference ☺. On Sunday one may stroll about Zakopane or hike Tatra Mountains.**