

przewodnik

bliżej

dla bliskich dzieciom

wrzesień 2026

o nas

Blżej
to przewodnik poświęcony
świadomemu wychowaniu,
rodzicielstwu, relacjom
i codzienności. Tworzymy
go dla rodziców, którzy chcą
być uważni i obecni.

Naszą misją jest tworzenie
przestrzeni, w której każdy
rodzic odnajdzie część
siebie i poczuje, że chce być
bliżej.

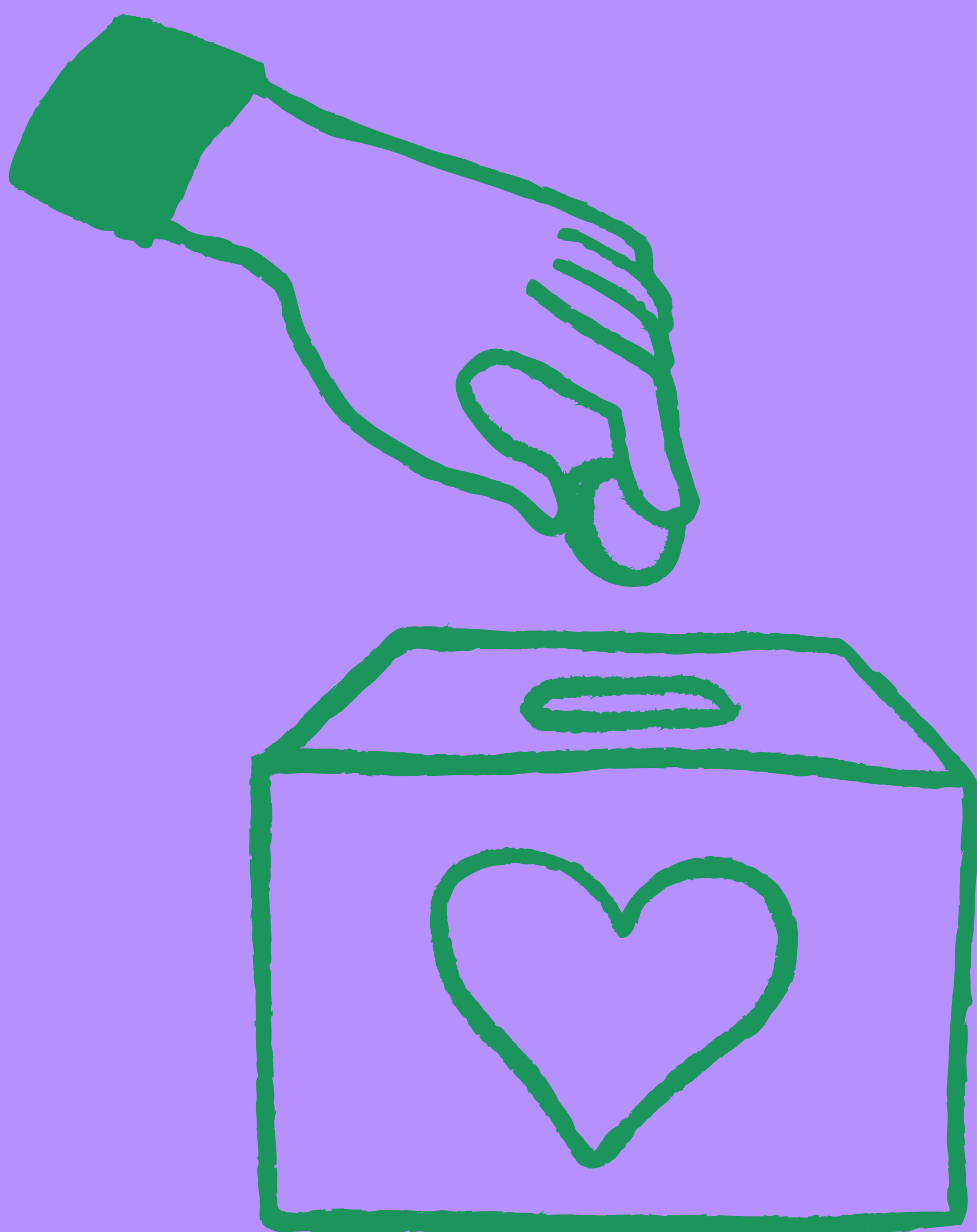
**Blżej dziecka, bliżej relacji,
bliżej kultury, bliżej siebie.**

Miło nam, że czytasz Blżej.

Tworzymy ten magazyn,
żeby dostarczać niezależne treści.

Tylko Twoje wsparcie pozwala nam
tworzyć kolejne numery.

 buycoffee.to



stawiam kawę

OD 10 ZŁ / BEZ ZOBOWIĄZAŃ

spis treści

1.	BLIŻEJ RODZICA	06
	<i>O lęku separacyjnym – gdy dziecko nie chce puścić twojej ręki</i>	
	Anna Waleriańczyk, Blżej	
2.	BLIŻEJ DZIECKA	14
	<i>Cyfrowe FOMO - dlaczego dzieciom tak trudno odłożyć telefon?</i>	
	Julia Boruszak	
3.	BLIŻEJ EMOCJI	23
	<i>Nudy na pudy</i>	
	Agnieszka Dąbrowska, MeWell	
4.	BLIŻEJ SIEBIE	33
	<i>Artystyczne sito</i>	
	Zofia Miller	
5.	BLIŻEJ KULTURY	44
	<i>Kids Market</i>	
6.	BLIŻEJ ZDROWIA	55
	<i>Za mamusię?</i>	
	Justyna Rączkowska	
7.	BLIŻEJ MAMY	66
	<i>Historie i refleksje.</i>	
	Aleksandra Rałowska - Żona Johna	
8.	BLIŻEJ TATY	78
	<i>Historie i refleksje.</i>	
	Piotr Wróbel - Fundacja 515 kilometrów	

Czas czytania

ok. 54 minuty dla siebie



O lęku separacyjnym — gdy dziecko nie chce puścić twojej ręki

Anna Waleriańczyk, Bliżej



**Dzieci uczą się samodzielności
małymi krokami — a każdy
z nich zaczyna się od poczucia
bezpieczeństwa.**

Czas czytania

6 minut dla siebie



Cyfrowe FOMO — dlaczego dzieciom tak trudno odłożyć telefon?

Julia Boruszak





**Dzieci uczą się samodzielności
małymi krokami — a każdy
z nich zaczyna się od poczucia
bezpieczeństwa.**

Czas czytania

6 minut dla siebie



”

**Dzieci najczęściej
nie potrzebują gotowych
pomysłów, tylko czasu, żeby
znaleźć ten własny.**

”

Czas czytania

6 minut dla siebie

