



**Harmonogram zajęć odbywających się w okresie III –VI 2021  
w ramach projektu LOWE**

Nazwa wydarzenia/forma wsparcia	Krótki opis	Terminy zajęć	Miejsce wydarzenia (dokładny adres)	Osoba prowadząca	Liczba uczestników w grupie
<b>Warsztaty z języka angielskiego</b>	Zajęcia rozwijające znajomość języka angielskiego od poziomu Starter (A0) do poziomu Elementary (A1). Rozwój wszystkich sprawności językowych, ze szczególnym naciskiem na komunikację ustną.	wtorek, czwartek – grupa I i II <i>trwa rekrutacja do kolejnej grupy</i>	<b>Zajęcia on-line na platformie Zoom</b>	Marek Krzywicki 607-056-039	10 osób
<b>Warsztaty psychologiczne (umiejętności interpersonalne)</b>	Warsztaty z zakresu kompetencji społecznych będą obejmować następujące obszary: - autoprezentacja, - ja a grupa społeczna, - sposoby komunikacji (mowa werbalna i niewerbalna, bariery komunikacyjne, autonomiczne style porozumiewania się), - role społeczne.	warsztaty zakończone <i>trwa rekrutacja do kolejnej grupy</i>	<b>Zajęcia on-line na platformie Teams</b>	Ewa Troć – Maziarz 535257725	10 osób
<b>Warsztaty społeczne (w tym rodzicielskie)</b>	Warsztaty z zakresu kompetencji społecznych, w tym rodzicielskich będą skupiały się na następujących zagadnieniach: - sposoby komunikacji - likwidowanie barier komunikacyjnych - sposoby rozwiązywania konfliktów oraz metody rozwiązań kompromisowych	warsztaty zakończone <i>trwa rekrutacja do kolejnej grupy</i>	<b>Zajęcia on-line na platformie internetowej</b>	Agnieszka Gepner 606919998	10 osób
<b>Zajęcia ruchowe (aerobik, pilates)</b>	Podczas zajęć pilatesu uczestnicy poznają techniki i sposoby na wzmocnienie mięśni pleców. Wykonywane podczas zajęć ćwiczenia angażować będą rzadko używane mięśnie głębokie, które	wtorek, czwartek – pilates, grupa I, II, III	<b>zajęcia stacjonarne</b> Szkoła Podstawowa im. Mikołaja Reja w Rejowcu Fabrycznym,	Magdalena Kostecka-Ciesielka 503-009-329	5 osób



	<p>stanowią rusztowanie dla całej sylwetki i pomagają zachować prawidłową postawę ciała. Uczestnictwo w treningu pozwoli wzmocnić mięśnie brzucha, poprawić postawę ciała oraz efektywnie wymodelować i ujędrnić sylwetkę.</p> <p>Podczas zajęć z aerobiku uczestnicy: - poznają ćwiczenia ogólnorozwojowe, wzmacniające, rozciągające, kształtujące, poprawiające wydolność organizmu oraz różne formy ruchu i odmiany aerobiku wykonywane przy muzyce; - poznają zasady prawidłowego wykonywania ćwiczeń, redukcji masy ciała oraz sposoby rozładowania napięć;</p>		<p>poniedziałek, środa – aerobik, grupa I, II, III</p> <p>trwa rekrutacja do kolejnej grupy</p>	<p>ul. Lubelska 18, 22-170 Rejowiec Fabryczny</p> <p>Karolina Pilipczuk 502-593-574</p>	
<b>Warsztaty rękodzieła</b>	<p>Podczas warsztatów uczestnicy wykonają m. in.:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- robótki na drutach i szydełku</li> <li>- wyszywanie</li> <li>- filcowanie</li> </ul>	<p>wtorek, piątek, – grupa I, II, III</p>	<p><b>zajęcia stacjonarne</b> Szkoła Podstawowa im. Mikołaja Reja w Rejowcu Fabrycznym, ul. Lubelska 18, 22-170 Rejowiec Fabryczny</p>	<p>Ewa Oleszczyńska 502362108 Maria Stachnik</p>	5 osób
<b>Warsztaty florystyczne</b>	<p>Podczas warsztatów uczestnicy wykonają m. in.:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- wieniec okolicznościowy,</li> <li>- ikebanę świąteczną,</li> <li>- las w słoiku</li> </ul>	<p>trwa rekrutacja do kolejnej grupy</p>	<p><b>zajęcia stacjonarne</b> Szkoła Podstawowa im. Mikołaja Reja w Rejowcu Fabrycznym, ul. Lubelska 18, 22-170 Rejowiec Fabryczny</p>	<p>Marek Pukas 509434885 Grażyna Kozorys</p>	5 osób
<b>Warsztaty fotograficzne</b>	<p>Fotografowanie i obróbka zdjęć z wykorzystaniem program Photoscape oraz programu GIMP</p>	<p>trwa rekrutacja</p>	<p><b>zajęcia stacjonarne</b> Szkoła Podstawowa im. Mikołaja Reja w Rejowcu Fabrycznym,</p>	<p>Jolanta Labiszak 661917834</p>	5 osób



			ul. Lubelska 18, 22-170 Rejowiec Fabryczny		
<b>Zajęcia z obsługi komputera</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- podstawy obsługi komputera i systemu operacyjnego,</li> <li>- komunikacja za pomocą poczty elektronicznej i dostępnych komunikatorów</li> <li>-podstawy edytora tekstu, arkusza kalkulacyjnego, tworzenia prezentacji</li> <li>-pierwsze kroki w Internecie</li> <li>- zastosowanie komputera w codziennym życiu</li> </ul>	trwa rekrutacja	<b>zajęcia stacjonarne</b> Szkoła Podstawowa im. Mikołaja Reja w Rejowcu Fabrycznym, ul. Lubelska 18, 22-170 Rejowiec Fabryczny	Aneta Podgórniak 663628543	5 osób
<b>Warsztaty kulinarne</b>	I MODUŁ: kuchnia roślinna, II MODUŁ: dekoracja tortów, III MODUŁ: zdrowa żywność, IV MODUŁ: carving	trwa rekrutacja	<b>zajęcia stacjonarne</b> Szkoła Podstawowa im. Mikołaja Reja w Rejowcu Fabrycznym, ul. Lubelska 18, 22-170 Rejowiec Fabryczny	Agnieszka Głowala 690368795	5 osób
<b>Indywidualne spotkania z psychologiem</b>	Podczas pierwszego spotkania psycholog zadaje pytania dotyczące sytuacji życiowej, celów i oczekiwań uczestnika. Na podstawie uzyskanych informacji zostanie opracowany indywidualny plan działań.	Termin po wcześniejszym ustaleniu z osobą zainteresowaną	<b>zajęcia stacjonarne</b> Szkoła Podstawowa im. Mikołaja Reja w Rejowcu Fabrycznym, ul. Lubelska 18, 22-170 Rejowiec Fabryczny	Marta Stefańska 881371788	spotkania indywidualne

**W dalszym ciągu trwa rekrutacja na zajęcia i warsztaty: kurs pierwszej pomocy, samoobrony, wizażu, warsztaty ekologiczne**

**Kontakt z biurem LOWE:**

e-mail: [lowerejowiecfabr@gmail.com](mailto:lowerejowiecfabr@gmail.com)

telefon: 500234775

oraz poprzez nasz profil na Facebooku: Lokalny Ośrodek Wiedzy i Edukacji w Rejowcu Fabrycznym

Sekretariat LOWE