

Pracownia „MOTYWACJA I DZIAŁANIE” wyróżniona

Aż 208 kandydatur zgłoszono do plebiscytu „Równa Firma 2017”. Po ich weryfikacji, ocenie przez kapitułę poddane zostały 63 zgłoszone kandydatury. Wśród nominowanych firm znalazła się również Pracownia „Motywacja i Działanie” z Międzyzdrojów, która została doceniona przez kapitułę i otrzymała wyróżnienie. Kapituła doceniła działalność Pracowni jako przedsiębiorstwa, które dba o otoczenie lokalne i rozwój regionu, a swoją postawą daje pozytywny przykład innym organizacjom w województwie zachodniopomorskim.

„Równa Firma” to plebiscyt, w którym nagradzane są zachodniopomorskie przedsiębiorstwa różnej wielkości i rozmaitych branż, wyróżniające się w społecznej odpowiedzialności biznesu (CSR). Organizatorem plebiscytu są młodzi naukowcy z Wydziału Nauk Ekonomicznych i Zarządzania Uniwersytetu Szczecińskiego oraz studenci z koła naukowego Biznes - Innowacje - Networking. W plebiscycie oceniano firmy pod kątem ich dodatkowej i niewymuszonej prawem dbałości o pracowników, kontrahentów, społeczność oraz środowisko. Celem Równej Firmy jest docenienie tych, dla których takie działania to codzienność.



Pracownia „Motywacja i Działanie” na terenie Międzyzdrojów oraz Wolina realizuje kilkadziesiąt programów, m.in. projekty skierowane do młodzieży, specjalistyczne programy dla osób z problemem uzależnień, jak również działania w obszarze wolontariatu. W roku 2017 obchodzi 5-lecie swojej działalności.

W imieniu społeczności lokalnej Gminy Międzyzdroje składamy na ręce Prezes Karoliny Flacht serdeczne gratulacje, życząc wielu sukcesów, ciągłej motywacji i wytrwałości w działaniach!

Anetta Czyżak
UM Międzyzdroje

Pierwsze fundusze zewnętrzne pozyskane przez młodzież z Fundacji

Swój pierwszy mikrogrant pozyskała młodzież z Fundacji Motywacja i Działanie! Wszystko zaczęło się od włączenia w ogólnopolską akcję „Masz Głos – Masz Wybór”. Akcja ta wspiera mieszkańców różnych miast z całej Polski we współpracy z lokalnymi władzami, aby wspólnie realizować ważne obywatelskie cele, będące inicjatywami samych mieszkańców. Od 2002 roku w akcji „Masz Głos – Masz Wybór” wzięli udział mieszkańcy z ponad 850 gmin.

Międzyzdrojska młodzież, biorąca aktywny udział w programach prowadzonych przez Fundację Motywacja i Działanie oraz będąca wolontariuszami Lokalnego Centrum Wolontariatu wpadła na pomysł kontynuowania szerzenia idei swojej twórczej działalności w mieście Międzyzdroje. Idea kreowania prawidłowych postaw obywatelskich poprzez dawanie przykładu niesieniem bezinteresownej pomocy w wolontariacie oraz kilkuletnie zaangażowanie młodych ludzi z zamiłowaniem do jeżdżenia i wykonywania trików na deskorolkach pokazały, że młodzież naprawdę potrafi działać.

Planowane otwarcie międzyzdrojskiego skateparku, na którym młodzi ludzie będą mogli bezpiecznie i profesjonalnie doskonalić swoje umiejętności, potwierdziło istnienie owocnego dialogu pomiędzy lokalnymi władzami a młodzieżą w Międzyzdrojach. Niezapomniane spotkania przedstawicieli młodzieży jeżdżącej na deskorolkach z urzędnikami zaowocowało projektem skateparku, który niebawem zostanie wybudowany. To nie jedyne działania, jakie udało się zaplanować aktywnej młodzieży z Fundacji Motywacja i Działanie!



Przynależące do Fundacji, Lokalne Centrum Wolontariatu, postanowiło wzmocnić w młodzieży poczucie własnej skuteczności

oraz motywację do podejmowania dialogu z władzami miasta.

Wolontariusze oraz uczestnicy programu związanego z profilaktyką, którzy jeżdżą na deskorolkach, wpadli na pomysł stworzenia na jednej z miejskich ścian muralu. Mural to nic innego jak artystyczna grafika wykonywana za pomocą różnego rodzaju farb, między innymi farb wykorzystywanych w technice

graffiti. Pomysł nie ma jednak nic wspólnego z dewastacją miejskich ścian – wręcz przeciwnie, projekt muralu ma za zadanie zwrócić na siebie uwagę zarówno pod względem estetycznym, ale i treści – ma on być symbolem kreatywności i zaangażowania międzyzdrojskiej młodzieży w życie publiczne, ale również ich własnoręcznie wykonanym dziełem, które zwróci uwagę mieszkańców na najlepsze aspekty działań młodych ludzi.

Fundusze niezbędne do wykonania muralu międzyzdrojska młodzież pozyskała pisząc swój pierwszy projekt w akcji „Masz Głos! Masz Wybór!” Reszta działań również pozostaje w ich rękach – w najbliższym czasie obojście udadzą się do lokalnych władz miasta, aby przedstawić swój pomysł i pokazać, że ich celem jest szerzenie społecznie akceptowanych wartości, propagujących wzajemną międzyludzką pomoc i zaangażowanie w realizację własnych potrzeb, przejawiające się chęcią współpracy z lokalnymi władzami.

Fundacja Motywacja i Działanie

Na prośbę zainteresowanych czytelników ponawiamy artykuł „Tabletowe dzieci”

„TABLETOWE DZIECI” – tak brzmi tytuł artykułu z archiwalnego numeru „Newsweeka” (27.07-2.08.2015), którym zainteresowała mnie niedawno pewna osoba. Autorki artykułu: Dorota Romanowska i Ewelina Lis, opisują coraz częściej spotykane zjawisko tzw. „tabletowych dzieci”, czyli dzieci, które nadmiernie korzystają z tabletów i innych elektronicznych gadżetów.

Autorki w artykule odnoszą się do zagrożenia idącego za nadmiernym korzystaniem z tabletu przez dzieci, które może doprowadzić do tego, że nie wykształcą się u nich niektóre rejony mózgu, co potwierdzają neurobiolodzy – naukowcy z chińskich ośrodków badawczych, którzy już widzą niekorzystne zmiany w mózgu nastolatków nadmiernie obciążonych z elektronicznymi gadżetami. Jak piszą autorki, naukowcy Ci dowiedli, że u tych nastolatków mniejsza jest kora czołowa – obszar mózgu, który pozwala kontrolować emocje, odpowiada za racjonalne myślenie, podejmowanie decyzji i funkcje poznawcze.

Istotne zmiany zostały zaobserwowane również w tych obszarach mózgu, które pozwalają odczuwać empatię i łączyć bodźce fizyczne z emocjami. Ma to bezpośredni wpływ na agresywne zachowania młodych ludzi nadużywających komputera, a przede wszystkim na ich problemy w relacjach z rówieśnikami. Ponadto tzw. „tabletowe dzieci” na skutek nadmiernego korzystania z komputerów i telefonów mają w szkole liczne problemy. Najczęściej nie radzą sobie ze skupieniem uwagi. Deficyty w zakresie uwagi mają wpływ np. na trudności z wysłuchaniem nieco dłuższej opowieści lub trudności z opowiedzeniem samodzielnie przeczytanego fragmentu tekstu. Doktor Aleksandra Piotrowska, psycholog dziecięcy zwraca ponadto uwagę, że „rozdrażnienie, płacz, problemy ze spaniem to najłagodniejsze skutki uzależnienia od tabletów. Bywa, że dzieci dostają ataku agresji. Rzucają się na dorosłych, krzyczą, walą głową w ścianę”.

Problemy „tabletowych dzieci” nie ograniczają się do psychiki i relacji społecznych, dotyczą również ciała i sprawności fizycznej. Dziecko nadmiernie zaabsorbowane tabletem jest mniej sprawne fizycznie, ponieważ zamiast wyjść na dwór i pograć w piłkę – gra w wirtualnym świecie. Jest niewyćwiczone, częściej doznaje urazów i ma mniejszą odporność. W zachowaniu jest często apatyczne i niezainteresowane żadną inną formą aktywności poza korzystaniem z komputera lub telefonu.

W artykule poruszone zostają kolejne przykłady zachowań dzieci, nie mogących funkcjonować bez tabletu i telefonu. Przytoczone zostały zaskakujące statystyki i sondy dowodzące, że jest i będzie coraz więcej tzw. „tabletowych dzieci”.

Negatywna refleksja po przeczytaniu tego artykułu nad lawinowo rosnącym zjawiskiem tzw. „tabletowych dzieci” nasunęła mi pytanie: w czym tkwi źródło tego problemu

oraz w jaki sposób ustrzec dzieci przed zgubnymi skutkami nadmiernego korzystania ze sprzętu elektronicznego?

Myślę, że źródłem problemu nie jest sama uzależniająca natura elektronicznych gadżetów, ale brak odpowiedniej postawy rodzicielskiej. **Tablet to nie jest urządzenie, które można tak po prostu dać dziecku.**

Największym problemem jest brak nadzoru nad korzystaniem ze sprzętu (czas spędzony przed komputerem, treści którymi interesuje się dziecko, rodzaj gier, w które gra w sieci), a w przypadku małych dzieci niewłaściwe korzystanie ze sprzętu poprzez używanie tabletów jako sposobu na uspokojenie dzieci. Czyli po prostu złe stosowanie urządzenia. Coraz młodsze dzieci korzystają z tabletów i telefonów komórkowych. Coraz częściej dostają je do ręki nawet dzieci poniżej pierwszego roku życia. I tak bardzo szybko okazuje się, że najlepszym sposobem na uspokojenie dziecka jest danie mu tabletu. Dziecko je, susia i ubiera się przy tablecie. Tablet odwraca uwagę dziecka, a rodzice szybciej je karmią i ubierają, bez świadomości dziecka, bez współudziału, ale za to w ciszy. Tablet to również najlepszy towarzysz, kiedy rodzic potrzebuje chwili dla siebie – włącza dziecku tablet i załatwione. Tablet coraz częściej pozostaje w rękach dziecka i coraz trudniej je od niego oderwać. Po krótkim czasie ani rodzic ani dziecko nie radzi sobie bez tabletu.

Drugim znaczącym problemem jest niewłaściwe zachowanie rodziców, którzy pokazują swoim dzieciom, że tablet jest najważniejszy, a potem im go zabraniają. Mam tu na myśli opisane w psychologii zjawisko modelowania zachowania, które polega na tym, że dzieci uczą się poprzez obserwację zachowań rodziców. Jeśli więc tata wraca do domu i od razu korzysta z komputera, to dziecko uczy się, że to jest w porządku i tak należy postępować. Jeśli mama przy posiłku przegląda Internet w telefonie i nie jest zainteresowana rozmową z dzieckiem, to jest dla dziecka sygnał, że telefon jest najważniejszy i najbardziej interesujący. Tego dziecko uczy się przez obserwację zachowań rodziców i dlatego później nie rozumie dlaczego zabrania mu się korzystania z komputera. Dzieci wyczuwane są na fałsz i jeśli mówimy co innego niż robimy, to nigdy ich nie przekonamy do swoich racji.

Trzeciego problemu rosnącego zjawiska tzw. „tabletowych dzieci” upatruję w małej świadomości rodziców odnośnie konsekwencji nadmiernego korzystania z komputera i zwracaniu zbyt małej uwagi

na wzmacnianie relacji rodzinnych. Rodzice są coraz bardziej zapracowani i zmęczeni. Często ich aktywność ogranicza się do sprawowania w większości funkcji pielęgnacyjno – opiekuńczych nad dzieckiem, a mało wychowawczych. Każdy w domu zajęty jest swoimi sprawami. Jest bardzo mało wspólnego czasu, a wtedy łatwo o to, żeby dziecko spędzało zbyt wiele czasu przy komputerze.

Nie jest moją intencją wzbudzanie poczucia winy w rodzicach. Wiem, że rodzice bardzo kochają swoje dzieci i troszczą się o ich rozwój. Zależy mi na tym, żeby Ci rodzice, którzy przeczytają ten artykuł byli bardziej uważni i przyjrzeni się zachowaniom nie tylko dzieci, ale również swoim.

Bo tylko wspólna zmiana zachowań wszystkich członków rodziny prowadzić będzie do sukcesu – czyli wzmocnienia rodzinnych więzi, na tyle mocno, żeby komputer nie miał szans stać się substytutem rodziny.

Nie unikniemy wpływu technologii na życie nasze i naszych dzieci, źle byłoby ich unikać i cofać się przed nowościami. Ale to, co możemy zrobić, żeby urządzenia elektroniczne były przyjazne, a nie zgubne, to nauczyć się właściwie z nich korzystać. Co zatem zrobić, aby sprzęt elektroniczny miał dobry wpływ na rozwój i edukację dziecka?

Mądrze korzystają z gadżetów elektronicznych - to znaczy wprowadzić dziecko w wirtualny świat, tłumaczyć działanie technologii, pokazać jak korzystać z komputera, wskazać aplikacje i strony internetowe odpowiednio do wieku, a zgodne z zainteresowaniami dziecka, porozmawiać o zagrożeniach. Istotne jest, aby określać granice, kiedy i ile dziecko może korzystać z komputera, a co najważniejsze trzeba być konsekwentnym w pilnowaniu ich przestrzegania. Dobrze jest, kiedy przed upływem ustalonego czasu korzystania z urządzenia uprzedzamy dziecko o tym, że zaraz kończy się czas, a po jego upływie nigdy nie należy podchodzić i gwałtownie wyłączać urządzenia. Takie zachowanie rodziców dzieci odczuwają mniej więcej tak, jakby nam ktoś w trakcie oglądania pasjonującego filmu wyłączył nagle telewizor. Należy pozwolić dziecku dokończyć i dopiero wtedy wyłączyć sprzęt. Warto też wzmocnić dziecko słowami zadowolonia, że dotrzymuje umowy czasowej lub po prostu z uśmiechem mu podziękować. Dzieci w młodszym wieku nie powinny korzystać z komputera samodzielnie bez kontroli rodzica.

cd. na str. III

cd. ze str. II

Z młodszymi dziećmi można wspólnie wyszukiwać piosenek z gestami, przy których będziemy razem z nimi śpiewać i naśladować ruchy. Można zachęcać dzieci do nauki języków obcych poprzez włączanie obcojęzycznych piosenek, wierszyków i wylizczanek. To ciekawe i edukacyjne zajęcie, które może być jednocześnie wspólną zabawą z rodzicem i dawać wszystkim dużo radości.

Dawać dzieciom dobry przykład – używając gadżetów elektronicznych zachowywać się tak, jakbyśmy chcieli, żeby zachowywały się dzieci np. jeśli siedzę przy komputerze, a ktoś do mnie mówi, to odwracam wzrok od monitora i odpowiadam rozmówcy. Korzystam z tabletu przez ograniczony czas. Pokazuję dziecku, że mam też inne zainteresowania – czytam książkę, gazetę, wychodzę ze znajomymi. Nie korzystam z telefonu i komputera zaraz po przyjściu z pracy, przy posiłkach, do późnej nocy, w łóżku, nie usypiam przy sprzęcie itp. Opowiadam o tym, do czego wykorzystuję się i

komputer oraz czemu to służy, podkreślając zalety i funkcjonalność urządzenia oraz jego pozytywne wartościowe zastosowanie.

Dbać o relację z dzieckiem – tzn. bawić się z nim, rozmawiać i okazywać uczucia. Najłatwiej jest nawiązać kontakt z dzieckiem przez zabawę zwłaszcza w młodszym wieku aż do pierwszych klas szkoły podstawowej. Dziecko podczas zabawy chętnie rozmawia oraz spontanicznie dzieli się swoimi wrażeniami i uczuciami. Warto uczyć dzieci, że tablet nie wyklucza zabawy tradycyjnymi zabawkami. Wspólne gry planszowe, układanie klocków, puzzli, rysowanie, zabawa lalkami czy figurkami w role może być wesołą zabawą itp. Młodsze dzieci bardzo lubią czytanie przed snem, to niezwykle wzmacnia więzi i daje poczucie bezpieczeństwa. Ważna jest również rozmowa z dzieckiem. Należy zwrócić uwagę na sposób, w jaki rozmawiamy z dzieckiem. Bardzo ważne jest dbanie o to, aby rozmowa była prawdziwą rozmową a nie tylko odpytywaniem dziecka, jak było w przedszkolu czy szkole. Warto samemu wyjść z inicjatywą i opowiedzieć dziecku o tym, co

dziś nam się przydarzyło, co nas ucieszyło, dobierając treść i słowa stosowanie do wieku dziecka. To będzie zachętą dla dziecka do rozmowy z nami, bo nagle okaże się, że rodzic też opowiada interesujące historie i dzieli się swoimi uczuciami. Rozmowa to też umiejętność słuchania. Uważnie słuchając zachęcamy je do mówienia.

Ilekczo pytam dzieci, po czym poznają, że rodzice je kochają najczęściej słysząc odpowiedź: bo mówią, że mnie kochają, bo całują, przytulają, bo się o mnie troszczą, bo się o mnie martwią, bo oglądamy razem bajki, bo jeżdżą ze mną na rowerze, bo się ze mną bawią itp. Nigdy nie usłyszałam od dziecka, że rodzic je kocha, bo kupił komputer. Tak naprawdę to nie na drogim sprzęcie najbardziej zależy dzieciom, ale na wspólnej rozmowie, czasie spędzonym z rodzicami i okazywaniu uczuć. To nic nie kosztuje, a tworzy dobre relacje rodzinne, wzmacnia więzi i wspomaga emocjonalny rozwój dziecka.

Anna Michalak

Psycholog, psychoterapeuta systemowy

Program Pomocy Dzieciom

Program Pomocy Dzieciom jest skierowany do rodzin znajdujących się w trudnej sytuacji finansowej, opiekujących się dziećmi, które wskutek choroby lub wypadku znalazły się w ciężkim stanie klinicznym. Są to dzieci wymagające wsparcia funkcji życiowych za pomocą respiratora bądź koncentratora tlenu, karmienia dojelitowego lub pozajelitowego, innych całodobowych specjalistycznych zabiegów opiekuńczych i pielęgnacyjnych.

Chcemy pomóc tym, którzy ze swym cierpieniem i ogromnymi problemami pozostają osamotnieni. Utworzyliśmy fundusz pomocy stypendialnej aby zebrane środki rozdysponować wśród najbardziej potrzebujących. Procedury programu zostały przez nas tak zaplanowane, by w jak najmniejszym stopniu obciążały wnioskodawców i stypendystów. Osoby ubiegające się o przyznanie świadczenia składają drogą elektroniczną wniosek, do którego nie są załączane żadne dokumenty. Dopiero po analizie wniosków kontaktujemy się z rodzinami, wstępnie zakwalifikowanymi do programu, które kompletują potrzebną dokumentację i przesyłają nam do weryfikacji.

Wysokość stypendium jest ustalana indywi-

dualnie dla każdej z rodzin - jest ono przyznawane na okres jednego roku z możliwością kontynuacji. Przyznane świadczenie pieniężne (stypendium) nie wymaga żadnego rozliczania i dokumentowania wydatków. O przeznaczeniu uzyskanych w ten sposób środków decyduje rodzina. Jednym z kluczowych założeń Programu jest dążenie do trwałej poprawy sytuacji życiowej stypendystów, na przykład poprzez zmianę warunków mieszkaniowych czy też podwyższenie kwalifikacji zawodowych zarobkujących członków rodziny.

Wnioski przyjmujemy do 9.04.2017 roku.

Jeśli Twoje dziecko znajduje się w ciężkim stanie klinicznym, wymaga całodobowych specjalistycznych zabiegów opiekuńczych i pielęgnacyjnych, a Twoja rodzina znajduje się w trudnej sytuacji finansowej, jesteś potencjalnym adresatem naszego stypendium.

Wszystkie informacje na stronie internetowej: www.dla-dzieci.spes.org.pl

Stowarzyszenie na Rzecz Niepełnosprawnych SPES Organizacja Katolicka · Organizacja Pożytku Publicznego 1% KRS: 00000 14574
Katowice · ul. Kościuszki 46 · tel. 32 205 38 80
www.spes.org.pl · e-mail: spes@spes.org.pl

Targi Pracy

6 kwietnia br. Wojewódzki Urząd Pracy w Szczecinie, Powiatowy Urząd Pracy w Kamieniu Pomorskim oraz Zespół Szkół Ponadgimnazjalnych im. Stanisława Staszica w Kamieniu Pomorskim organizują II Targi Pracy połączone z Targami Edukacji pod patronatem Starosty Kamieńskiego Józefa Malca oraz Burmistrza Kamienia Pomorskiego Stanisława Kuryły.

Zorganizowanie targów jest bardzo ważnym przedsięwzięciem oraz okazją do zaprezentowania wizerunku miasta, przedsiębiorców, firm, szkół oraz różnorodnych instytucji z regionu, jak również z całej Polski. W ubiegłorocznych targach wzięło udział wiele podmiotów, co zaowocowało wzajemną współpracą i pozwoliło sądzić, że jest to ważne wydarzenie nie tylko dla Kamienia Pomorskiego.

Targi Pracy i Edukacji dają możliwość zaprezentowania wystawców, ich ofert, umożliwiają

zaspokojenie bieżących potrzeb kadrowych, ukazują nowe perspektywy, wspierają rozwój kariery oraz kreują przyszłość zawodową młodzieży. Wszyscy uczestnicy mają sposobność uzyskania kompleksowych informacji dotyczących form wsparcia realizowanych przez WUP i PUP.

Pośrednik pracy **Łukasz Sominka**, e-mail: posrednik@pupkamienpomorski.pl Tel. 913820285 w. 22
doradca zawodowy **Marzena Kosajda**, e-mail: doradztwo@pupkamienpomorski.pl, Tel. 913820285 w. 25.

Pomoc i wsparcie w Gminie Międzyzdroje zapewniają:

- **Konsultacje psychologiczne: Izabela Kiljan**, w czwartki od godz. 14.00 – 18.00, w piątki od godz. 9.00 do 12.00, tel. 91 32 80 311. 91 32 78 368;
- **Konsultacje psychologiczne i psychoterapia systemowa: Anna Michalak**, w soboty od godz. 9.00 do 14.00, tel. 91 32 80 311. 91 32 78 368
- **Mediacje:** tel. 91 32 80 311. 91 32 78 368
- **Konsultacje prawne: Joanna Sołtys, Przemysław Ślózowski**, 91 32 81 053, 91 32 80 311;
- **Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych: Ewa Lewandowska**, we wtorki w godz. 9.00-10.00 tel. 913278368;
- **Program psychoedukacyjny dla osób stosujących przemoc: Aneta Całus**, tel. 913278368, 501 788 894;
- **Program psychoedukacyjny dla osób doznających przemocy: Aneta Całus**, tel. 913278368, 501 788 894;
- **Terapia uzależnień i współuzależnienia od alkoholu oraz od substancji psychoaktywnych - Poradnia Terapii Uzależnień: Karolina Flacht**, tel. 506 59 11 64, **Aneta Całus**, tel. 501 788 894, **Bartosz Ślaski**, tel. 504 587 341, **Krzysztof Klepacki**;
- **Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie: Iwona Skórkowska**, tel. 913280311;
- **Świetlica Środowiskowa „ISKIERKA”:** **Ewa Lewandowska**, od poniedziałku do piątku od godz. 11³⁰-17⁰⁰. Tel. 91 3281919 ul. Kolejowa 29;
- **Klub Abstynenta „Rozwaga”:** **Zofia Durka**, ul. Cicha 2, tel. 91 3282730, od poniedziałku do soboty godz. 16.00-20.00.



BEZPŁATNE ZAJĘCIA pozalekcyjne dla dzieci i młodzieży

PROGRAM PSYCHOEDUKACYJNY

dla dzieci i młodzieży "GRAJKI - POMAGAJKI"

siedziba Pracowni Motywacja i Działanie, ul. Norwida 7/12, Międzyzdroje
tel. 699 654 608

(godziny zajęć są dostosowane do planu lekcji i uzgadniane z rodzicami dzieci)

PROGRAM PROFILAKTYCZNY

dla młodzieży gimnazjalnej oraz ponadgimnazjalnej "go!pro.Art.NotDrugs"

siedziba Pracowni Motywacja i Działanie, ul. Norwida 7/12, Międzyzdroje
tel. 699 654 608

(godziny zajęć uzgadniane są z grupą)

PROGRAM PROFILAKTYCZNY

dla dzieci w wieku szkolnym "go!skate"

siedziba Pracowni Motywacja i Działanie, ul. Norwida 7/12, Międzyzdroje
tel. 699 654 608

(godziny zajęć uzgadniane są z grupą)

ZAJĘCIA RYTMICZNO-ROZWOJOWE

dla dzieci w wieku przedszkolnym

- Przedszkole Miejskie nr 1 "MORSKIE SKARBY", ul. Myśliwska 13, Międzyzdroje
- Szkoła Podstawowa nr 1, ul. Leśna 17, Międzyzdroje
Punkt Przedszkolny przy Szkole Podstawowej nr 2 w Wapnicy, ul. Jodłowa 3
(Zajęcia odbywają się wg harmonogramu pracy Placówek)

ZAJĘCIA TANECZNE

taniec nowoczesny dla dzieci i młodzieży

Wtorki od godz. 16:00

Międzynarodowy Dom Kultury w Międzyzdrojach, ul. Bohaterów Warszawy 20

ZAJĘCIA PLASTYCZNE

z wykorzystaniem metod artterapii dla dzieci od IV klasy Szkoły Podstawowej

Środy od godz. 15:00 - 16:30

Międzynarodowy Dom Kultury w Międzyzdrojach, ul. Bohaterów Warszawy 20

ZAJĘCIA TECHNICZNO - PLASTYCZNE • PRACOWNIA RĘKODZIEŁA

dla młodzieży od 12 r. ż. oraz całych rodzin

Wtorki od godz. 18:10

Międzynarodowy Dom Kultury w Międzyzdrojach, ul. Bohaterów Warszawy 20

ZAJĘCIA KABARETOWE

dla dzieci i młodzieży

Wtorki i czwartki od godz. 15:00 - 17:00

Międzynarodowy Dom Kultury w Międzyzdrojach, ul. Bohaterów Warszawy 20

ZAJĘCIA TEATRALNO - MUZYCZNE • TEATR RODZINNY

dla dzieci, młodzieży I CAŁYCH RODZIN

Poniedziałki i czwartki od godz. 18:00 - 19:30

Grupa dla dzieci młodszych we wtorki od 16:00 - 18:00

Międzynarodowy Dom Kultury w Międzyzdrojach, ul. Bohaterów Warszawy 20

ZAJĘCIA KOMPUTEROWE • "ZAWSZE KLIKAJ Z GŁOWĄ"

dla dzieci

Czwartki od godz. 13:30 - 15:00

Szkoła Podstawowa nr 1 w Międzyzdrojach, ul. Leśna 17

ZAJĘCIA SPORTOWE • "Sport na wesoło"

dla dzieci

Poniedziałki i środy od godz. 13:30 - 15:00 grupa dziewcząt

Wtorki od godz. 14:15 - 16:15 i środy od godz. 14:15 - 15:15 grupa chłopców

Szkoła Podstawowa nr 1 w Międzyzdrojach, ul. Leśna 17

ZAJĘCIA SPORTOWE

dla młodzieży gimnazjalnej

Poniedziałki i czwartki od godz. 14:30 - 16:00 grupa dziewcząt

Wtorki od godz. 14:15 - 16:15 i środy od godz. 14:15 - 15:15 grupa chłopców

Gimnazjum nr 1 w Międzyzdrojach, ul. Kolejowa 33

ZAJĘCIA CERAMICZNE

dla dzieci, młodzieży i całych rodzin

Poniedziałki od godz. 14:20 - 16:20

Czwartki od godz. 16:00 - 18:00

Gimnazjum nr 1 w Międzyzdrojach, ul. Kolejowa 33

ZAJĘCIA HORTITERAPEUTYCZNE

dla młodzieży GIMNAZJALNEJ

Poniedziałki od godz. 14:20

Gimnazjum nr 1 w Międzyzdrojach, ul. Kolejowa 33

ZAJĘCIA EDUKACYJNO - ROZWOJOWE

dla dzieci

Wtorki od godz. 12:30 - 15:00

Czwartki od godz. 12:30 - 15:00

Piątki od godz. 11:30 - 14:30

Szkoła Podstawowa nr 2 w Wapnicy, ul. Jodłowa 3

ZAJĘCIA SPORTOWE w piątki

Wrzesień - październik od godz. 15:00 - 16:30, boisko orlik przy Szkole Podstawowej nr 2 w Wapnicy

Październik - marzec od godz. 15:00 - 16:30, hala sportowa, Międzyzdroje

Kwiecień - czerwiec od godz. 15:00 - 16:30 boisko orlik przy Szkole Podstawowej nr 2 w Wapnicy

Szkoła Podstawowa nr 2 w Wapnicy, ul. Jodłowa 3

ZAJĘCIA EKOLOGICZNE

dla dzieci

Poniedziałki od godz. 13:30 - 15:30

Szkoła Podstawowa nr 2 w Wapnicy, ul. Jodłowa 3

W CIĄGU ROKU SZKOLNEGO

DNI ORAZ GODZINY REALIZACJI ZAJĘĆ MOGĄ ULEC ZMIANIE.

Więcej informacji można uzyskać w Ośrodku Pomocy Społecznej

w Międzyzdrojach, ul. Książąt Pomorskich 8

tel. 913278368