



Burmistrz Grodziska Mazowieckiego oraz Ośrodek Kultury w Grodzisku Mazowieckim zapraszają do wyrażenia opinii nt. proponowanych bezpłatnych zajęć dla dzieci, młodzieży i dorosłych w świetlicy w Czarnym Lesie. Prosimy o wstawienie znaku + w odpowiedniej rubryce przy danych zajęciach

Rodzaj zajęć	Dzieci i młodzież				
<b>Muzyczne</b>					
Zajęcia muzyczno-ruchowe	Nauka gry na gitarze	Nauka gry na keyboardzie	Nauka gry na perkusji	Nauka śpiewu	Prowadzenie zespołu muzycznego
<b>Plastyczne</b>					
Rysunek i malarstwo	Rękodzieło	Szycie ręczne i maszynowe, DIY - zrób to sam	Warsztaty Twórczego Działania dla dziewczynek (7-10lat) Zintegrowanie zajęcia plastyczno-literackie z elementami aktorstwa i muzyki		
<b>Ruchowe</b>					
Taniec	Karate	Gimnastyka korekcyjna	Zajęcia animacyjne	Zumba kids	Szermierka
<b>Konstruktorskie i gry planszowe</b>					
Architektoniczne z eko materiałów				Szachy	
<b>Teatr i Fotografia</b>					
Zajęcia teatralne			Zajęcia fotograficzne		
<b>Komputerowe</b>					
Podstawowa i rozszerzona wiedza z zakresu obsługi komputera			Turnieje w gry wirtualne np. FIFA		
<b>Inne</b>	Jakie ...?				
Rodzaj zajęć	Dorośli				
<b>Plastyczne</b>					
Rysunek i malarstwo			Rękodzieło		
<b>Ruchowe</b>					
Taniec			Karate		
<b>Fotografia</b>					
Zajęcia fotograficzne					
<b>Spotkania tematyczne np. dotyczące zdrowia, hobby, podróży itp.</b>					
Napisz jakie...?					





Uzupełnioną ankietę należy wrzucić do skrzynki pocztowej p. Sołtys Ewy Błońskiej (ul. Limbowa 25) lub do p. Angeliki Miszałskiej-Kamińskiej (ul. Malwowa 7 B)

**DZIĘKUJEMY BARDZO ZA WSPÓŁPRACĘ I POŚWIĘCONY CZAS**

Burmistrz Grodziska Mazowieckiego zaprasza Seniorów z terenu Gminy Grodzisk Mazowiecki do wypełnienia ankiety i udziału w zajęciach organizowanych w ramach gminnego projektu „Strefa Aktywnego Seniora”.

Strefa Aktywnego Seniora to oferta zajęć/warsztatów skierowana do wszystkich mieszkańców gminy Grodzisk Maz w wieku 60+. Do tej pory zajęcia odbywały się tylko w Grodzisku Mazowieckim. Chcemy, aby z oferty mogli skorzystać również mieszkańcy zamieszkali na wsiach, dlatego zajęcia odbywać się będą w Państwa miejscowościach w budynkach świetlic. W celu dobrze dostosowanej oferty wynikającej z Państwa potrzeb proszę o zaznaczenie zajęć w których chcielibyście uczestniczyć. Na tej podstawie przygotujemy ofertę zajęć dla Państwa.

### Zaznacz w jakich zajęciach chciałbyś uczestniczyć.

	<p><b>Kursy komputerowe</b> (podstawowe) są prowadzone na laptopach przywożonych przez instruktora (można mieć swój laptop). Kurs obejmuje podstawową wiedzę z zakresu obsługi komputera (edycje tekstu, pracę na edytorach tekstu (Office, WordPad, OPEN OFFICE). Po ukończeniu pierwszego poziomu uczestnicy mogą rozpocząć kolejny etap szkolenia (korzystanie z Internetu, wyszukiwanie informacji, poczta e-mail założenie konta (Gmail).</p>	
	<p><b>Gimnastyka</b> prowadzona przez doświadczonych rehabilitantów. Zajęcia mają na celu utrzymanie ogólnej sprawności, zachowanie pełnego zakresu ruchu w stawach, wzmocnienie siły mięśni. Ćwiczenia są dostosowane do wieku i możliwości fizycznych uczestników.</p>	
	<p><b>Warsztaty rękodzieła</b> – zajęcia obejmuje różne techniki rękodzielnicze, plastyczne, w tym: makrama, wiklinę, filc, sznurek, włóczka, inne materiały.</p>	
	<p><b>Inne zajęcia/ warsztaty</b>, Twoje propozycje; np. spotkania ze specjalistami, warsztaty zdrowia, podróżnicze, hobby, napisz jakie?</p>	<p>Twój wybór - Napisz co Cię interesuje.</p>