

Tu lubi się mieszkać

PO.LUB

POWIAT LUBLINIECKI

Zapraszamy na **BEZPŁATNE ZAJĘCIA!**

ZIMA 2024

NASZ POWIAT
NASZE PASJE

Ruszamy z zimową edycją projektu

NASZ POWIAT NASZE PASJE

Inicjatorką projektu jest wiceprzewodnicząca Rady Powiatu Anita Naczyńska.
Starosta Joachim Smyła objął nad tą inicjatywą patronat.

Projekt zakłada organizację bezpłatnych zajęć podczas ferii zimowych.
Zasada jest prosta – podmioty zajmujące się sportem, rekreacją, edukacją czy
też działaniami prozdrowotnymi oferują bezpłatne zajęcia.
Korzystają z nich dzieci, młodzież, dorośli, a także seniorzy.

Zapraszamy!

WAŻNE!

Na wszystkie zajęcia, ze względu na ograniczoną ilość miejsc,
obowiązują wcześniejsze zapisy telefoniczne u organizatorów
poszczególnych zajęć.










HARMONOGRAM ZAJĘĆ







NA WSZYSTKIE ZAJĘCIA OBOWIĄZUJE WCZEŚNIEJSZA REZERWACJA

Rodzaj zajęć Termin zajęć	Organizator/osoba do kontaktu Miejsce zajęć	Informacje nt. zajęć
 Warsztaty Slime 27 stycznia, godz. 11.00	Akademia Możliwości Centrum Ekologiczno – Edukacyjne Karina Smol – Czaja, tel. 796 108 472 ul. Szkolna 29, Hadra	Slime to masa plastyczna, która rozwija zmysły, zręczność i kreatywność. Podczas warsztatów uczestnicy w wieku od 5-15 lat wykonują samodzielnie slimy, które zabiorą do domu w ozdobionych przez siebie pudełkach.
 Konsultacja żywieniowa dietetyka klinicznego 27 stycznia - 11 lutego, godz. 16.00 - 20.00	Fitklinika.pl Michał Strużyk, tel. 607 123 558 ul. Sokoła 3, Lubliniec	Analiza składu ciała BIA, interpretacja wyników, porada żywieniowa pod kątem stanu zdrowia i zastosowania leczenia żywieniowego.
 Naukowe Eksperymenty 27 stycznia, godz. 11.00	Akademia Możliwości Centrum Ekologiczno – Edukacyjne Karina Smol – Czaja, tel. 796 108 472 ul. Szkolna 29, Hadra	Zajęcia z elementami sensoryki i sensoplastyki dla dzieci w wieku od 5 do 15 roku życia. Warsztaty pełne eksperymentów pozwalających na odkrywanie otaczającego nas świata, które przybliżają zagadnienia z przyrody, fizyki i chemii.
 Zajęcia Sportowe 27 stycznia, godz. 10.00 29 stycznia, godz. 16.00	Lubisfera – Rozrywkowy Park Sportowy tel. 609 323 044 ul. Skłodowskiej 18, Lubliniec	27 stycznia - zajęcia dla dorosłych z ciężarami Full Body Hiit Workout, które poprowadzi Natalia Grabińska. 29 stycznia - akrobatyka dla dzieci w wieku od 8-13 lat, które poprowadzi Adam Skop.
 Wstęp na siłownię 28 stycznia, godz. 8.00 – 18.00	X - KINETIC Jacek Ruranski, tel. 664 415 666 ul. Oleska 106, Lubliniec	Bezpłatne wejście na siłownię dla każdej grupy wiekowej (osoby poniżej 13 roku życia z opiekunem, osoby w wieku od 13 do 18 lat z podpisaną zgodą rodzica).
 Planszówki w bibliotece 29 stycznia i 5 lutego, godz. 10.00 – 12.00	Gminny Ośrodek Kultury w Boronowie, Ludmiła Żydek – Erlebach tel. 34 35 39 285 ul. Poznańska 1, Boronów	Zajęcia bez ograniczeń wiekowych z wykorzystaniem gier planszowych.
 Ferie zimowe na wesoło 29 stycznia i 5 lutego, godz. 16.30 – 19.00	Sieć Szkół Językowych Naczyńscy Anita Naczyńska, tel. 533 318 888 ul. Sokoła 3, Lubliniec	Gry i zabawy z elementami języka angielskiego, programowanie ozobotów oraz zajęcia plastyczne dla dzieci w wieku od 7 – 11 lat.




NA WSZYSTKIE ZAJĘCIA OBOWIĄZUJE WCZEŚNIEJSZA REZERWACJA

Rodzaj zajęć Termin zajęć	Organizator/osoba do kontaktu Miejsce zajęć	Informacje nt. zajęć
 <p>KOBIDO UP & FACE TAPING 29 stycznia – 1 lutego, godz. 11.00 – 13.00</p>	<p>Maria Łapok MARY KOBIDO UP, tel. 691 716 768</p> <p>ul. Zwycięstwa 6, Lubliniec</p>	<p>Masaż dedykowany dla pań i panów w każdym wieku. Japoński masaż KOBIDO UP o działaniu liftingująco-rewitalizującym i ujędrniającej. Masaż ten spłyca zmarszczki oraz rozświetla cerę.</p>
 <p>Konsultacje trychologiczne, kosmetyczne, fizjoterapeutyczne 29 stycznia, godz. 12.00 – 16.00</p>	<p>Yasumi Lubliniec Monika Jasica-Pawelczyk, tel. 579 817 648</p> <p>ul. Stalmacha 2, Lubliniec</p>	<p>W instytucie zdrowia i urody szerzymy wiedzę jak dbać o własne zdrowie. Zajęcia skierowane dla osób w każdym wieku. Zapisy do 26 stycznia 2024 r.</p>
 <p>Warsztaty z szydełkowania 29 stycznia i 5 lutego, godz. 10.00</p>	<p>Dom Kultury w Strzebinie Renata Pyrek, tel. 668 841 356</p> <p>ul. Kolejowa 9, Strzebiń</p>	<p>Warsztaty z szydełkowania dla dzieci w wieku od 8 do 15 lat.</p>
 <p>Zajęcia Karate 29, 31 stycznia, godz. 17.00</p>	<p>Śląski Klub Karate i Kick-Boxingu Jolanta Maruszczyk, tel. 503 658 970</p> <p>Mała sala gimnastyczna przy Szkole Podstawowej ul. Powstańców Śląskich 7, Woźniki</p>	<p>Zajęcia z ćwiczeniami ogólnorozwojowymi z podstawowymi technikami karate dla dzieci od 5 roku życia i osób dorosłych.</p>
 <p>Zajęcia taneczne 29, 31 stycznia 5, 7 lutego, godz. 16.30 – 17.30</p>	<p>Zespół Pieśni i Tańca „Śląsk” Beata Danielska, 34 31 06 411</p> <p>Dom Pracy Twórczej ul. Zamkowa 3, Koszęcin</p>	<p>Warsztaty doskonałą umiejętności ruchowe oraz taneczne dzieci. Uczestnicy poznają podstawowe podskoki, obroty, figury, elementy i układy taneczne. Zapraszamy dzieci w wieku od 4 do 10 lat.</p>
 <p>Robotyka LEGO 29 stycznia, godz. 10.00 – 12.00</p>	<p>Akademia Małego Inżyniera Mariusz Wrenczycki, tel. 665 488 480</p> <p>ul. Sokoła 3, Lubliniec</p>	<p>Zajęcia z robotyki LEGO to nowoczesna forma nauki przez zabawę. Roboty rozwijają umiejętności cyfrowe, uczą kreatywności, myślenia algorytmicznego, cierpliwości, determinacji i podstaw programowania. Zajęcia dla dzieci od 5 roku życia.</p>
 <p>Wstęp na siłownię 30 stycznia, godz. 7.00 – 21.00</p>	<p>Vita Center Maciej Jędryka, tel. 600 972 160</p> <p>ul. Miarki 15b, Lubliniec</p>	<p>Zapraszamy dzieci i młodzież w wieku od 12 do 21 lat do bezpłatnego skorzystania z możliwości jakie oferuje siłownia.</p>





NA WSZYSTKIE ZAJĘCIA OBOWIĄZUJE WCZEŚNIEJSZA REZERWACJA

Rodzaj zajęć Termin zajęć	Organizator/osoba do kontaktu Miejsce zajęć	Informacje nt. zajęć
 <p>„Jak zostać Robin Hoodem” zapoznanie się z łucznictwem</p> <p>30 stycznia i 1, 6, 8 lutego, godz. 10.00 – 12.00 (wtorki) godz. 16.00 – 18.00 (czwartki)</p>	<p>OS SKAJDAJWERNIA Piotr Huss, tel. 600 025 338</p> <p>Zespół Szkół Nr 1 im. Adama Mickiewicza w Lublińcu, ul. Sobieskiego 22</p>	<p>Zajęcia przeznaczone są dla wszystkich osób bez ograniczeń wiekowych, podczas których uczestnicy poznają budowę łuku, będą strzelać z różnych rodzajów łuków. W zajęciach mogą brać udział osoby niepełnosprawne, które mogą utrzymać i napiąć łuk.</p>
 <p>Zajęcia badmintonu</p> <p>30 i 31 stycznia, godz. 18.30 -20.00 2, 6, 7, 9 lutego godz. 18.30 – 20.00</p>	<p>STB Energia Lubliniec, Sonia Wachowska, tel. 608 051 694</p> <p>hala sportowa w Zespole Szkół Nr 1 im. Adama Mickiewicza w Lublińcu, ul. Sobieskiego 22</p>	<p>Zajęcia dla dzieci od 6 roku życia, uczniów szkół podstawowych i szkół średnich, które mają na celu wprowadzenie elementów gry w badmintonu poprzez ćwiczenia ogólnorozwojowe.</p>
 <p>Słodkie czy słone smaki zimy</p> <p>31 stycznia, godz. 10.00-12.30</p>	<p>Gminny Ośrodek Kultury w Herbach Grażyna Trojak, tel. 579 954 907 Justyna Gola, tel. 737 958 248</p> <p>ul. Lubliniecka 31, Herby</p>	<p>Zajęcia dla dzieci i młodzieży w wieku od 5 do 11 lat. Pogadanka o zdrowym odżywianiu oraz zajęcia animacyjno – ruchowe.</p>
 <p>Prezentacja sali „Ognik”</p> <p>1 luty, godz. 10.00 – 13.00</p>	<p>Komenda Powiatowa Państwowej Straży Pożarnej w Lublińcu Halina Kamecka, tel. 34 35 10 730</p> <p>ul. PCK 10, Lubliniec</p>	<p>Prezentacja sali „Ognik” oraz sprzętu i wyposażenia Jednostki Ratowniczo-Gaśniczej.</p>
 <p>Twórcze warsztaty – Muzyczny Band</p> <p>1 lutego, godz. 10.00 – 11.30 (dzieci w wieku 6-9 lat), godz. 11.30 – 13.00 (dzieci w wieku 10-13 lat)</p>	<p>Gminny Ośrodek Kultury w Boronowie, Ludmiła Żydek – Erlebach tel. 34 35 39 285</p> <p>ul. Poznańska 1, Boronów</p>	<p>Dzieci słuchają różnych fragmentów muzyki nieoczywistej, malują, piszą, z czym kojarzą im się usłyszane fragmenty muzyczne.</p>
 <p>Zajęcia szachowe</p> <p>2 i 9 luty, godz. 10.00</p>	<p>Dom Kultury w Koszęcinie Renata Pyrek, tel. 668 841 356</p> <p>ul. Sobieskiego 11a, Koszęcin</p>	<p>Zajęcia szachowe przeznaczone dla dzieci w wieku od 8 do 15 lat.</p>

NA WSZYSTKIE ZAJĘCIA OBOWIĄZUJE WCZEŚNIEJSZA REZERWACJA

Rodzaj zajęć Termin zajęć	Organizator/osoba do kontaktu Miejsce zajęć	Informacje nt. zajęć
 <p>Zajęcia przyrodnicze</p> <p>6 lutego, godz. 10.00 - 12.00</p>	<p>Zespół Parków Krajobrazowych Województwa Śląskiego w Kalinie Anna Hodorowicz, tel. 519 403 833</p> <p>ul. Lompy 6, Kalina</p>	<p>Zajęcia przyrodnicze dla dzieci w wieku od 5 do 14 lat. Zwiedzanie ekspozycji przyrodniczej, rozpoznawanie tropów zwierząt mieszkających na terenie PK „Lasy nad Górną Liswartą” oraz gry przyrodnicze.</p>
 <p>Zajęcia rozwijające myślenie logiczne</p> <p>6 lutego, godz. 11.00</p>	<p>Publiczna Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna Sekretariat, tel. 34 35 62 966</p> <p>ul. Sobieskiego 9, Lubliniec</p>	<p>„Logiczne wakacje” – zajęcia dla absolwentów klasy 7 i 8 do gry w Rummikub. Jest to jedna z najlepszych gier towarzyskich rozwijająca między innymi myślenie logiczne, koncentrację uwagi i spostrzegawczość. Zapisy do 31 stycznia do godz. 15.00.</p>
 <p>Biżuteria i ozdoby z Quillingu</p> <p>6 lutego, godz. 10.00</p>	<p>Gminne Centrum Kultury i Informacji w Kochanowicach, Agnieszka Mika, tel. 34 35 33 215</p> <p>ul. Lubliniecka 5, Kochanowice</p>	<p>Zajęcia skierowane dla dzieci szkolnych. Uczestnicy podczas zajęć będą wykonywać biżuterię lub ozdoby za pomocą cienkich pasków papieru. Quilling to bardzo efektowna technika tworzenia ozdób z papieru.</p>
 <p>Zajęcia fotograficzne</p> <p>6 lutego, godz. 10.00 – 12.00</p>	<p>Czesława Włuka tel. 667 211 430</p> <p>ul. Sportowa 1, Lubliniec (za budynkiem Lubiteki)</p>	<p>Zajęcia z fotografii w ruchu dla dzieci w wieku od 10 lat. Poznajemy podstawowe zasady fotografii.</p>
 <p>Animujemy i filmujemy</p> <p>6 lutego, godz. 10.00 – 12.30</p>	<p>Gminny Ośrodek Kultury w Boronowie, Ludmiła Żydek – Erlebach tel. 34 35 39 285</p> <p>ul. Poznańska 1, Boronów</p>	<p>Zajęcia dla starszych dzieci, młodzieży oraz dorosłych. Przygotowywanie scenek z wykorzystaniem maskotki gminnej Boronusia, stworzenie dekoracji i animacji poklatkowych.</p>
 <p>Zajęcia tańca latino</p> <p>7 lutego, godz. 18.45 – 19.45</p>	<p>Gminny Ośrodek Kultury w Herbach Magdalena Czudaj, tel. 886 285 482</p> <p>ul. Lubliniecka 31, Herby</p>	<p>Zajęcia tańca latino dla dorosłych.</p>

NA WSZYSTKIE ZAJĘCIA OBOWIĄZUJE WCZEŚNIEJSZA REZERWACJA

Rodzaj zajęć Termin zajęć	Organizator/osoba do kontaktu Miejsce zajęć	Informacje nt. zajęć
 Sala Zabaw 7 lutego, godz. 12.00 – 13.00	Sala Zabaw Wesołe Miasteczko tel. 503 429 788 ul. Oleska 85, Lubliniec	Korzystanie z atrakcji sali zabaw dla dzieci w wieku od 6-10 lat.
 Pokaz masaży oraz Kobido i Acces Bars 7 lutego, godz. 10.00 – 12.00	Studio Biomasażu Joanna Adamowicz, tel. 601 795 447 ul. Częstochowska 74, Lubliniec	Studio Biomasażu w ramach profilaktyki zdrowia przeprowadzi prezentację różnych technik masaży z uwzględnieniem wszystkich grup wiekowych: dzieci, młodzieży, dorosłych oraz seniorów: masaż gorącą czekoladą Kids, Kobido/Terapia Acces Bars, masaż limfatyczny/Maderoterapia kolumbijska, masaż klasyczny z elementami terapii.
 Zabawy z piosenką 7 lutego, godz. 10.00 – 11.00	Gminny Ośrodek Kultury w Boronowie, Ludmiła Żydek – Erlebach tel. 34 35 39 285 ul. Poznańska 1, Boronów	Zajęcia dla dzieci od 6 do 11 lat. Zabawy muzyczne z ulubionymi piosenkami z wykorzystaniem ruchu, rytmizacji, śpiewu oraz tańca.
 Pokaz masaży dla młodzieży oraz Taping i Acces Bars 9 lutego, godz. 12.00 – 14.00	Studio Biomasażu Joanna Adamowicz, tel. 601 795 447 ul. Częstochowska 74, Lubliniec	Prezentacja różnych technik masaży dla młodzieży: masaż relaksacyjny, terapia Acces Bars, Maderoterapia kolumbijska, masaż bambusami oraz Taping.



