



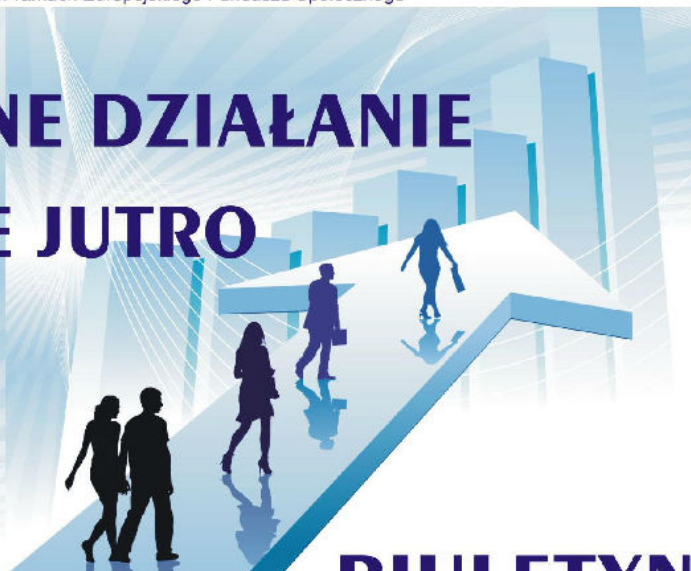
KAPITAŁ LUDZKI
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI

UNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI
FUNDUSZ SPOLECZNY



Program współfinansowany ze środków Unii Europejskiej
w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

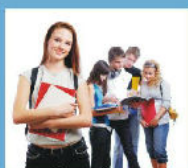
WSPÓLNE DZIAŁANIE - LEPSZE JUTRO



BIULETYN PROGRAMU

NR 4

SIERPIEŃ 2012



Program realizowany w partnerstwie
przez Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej oraz Prywatne Centrum Kształcenia Kadr w Jeleniej Górze

mops
JELENIA GÓRA



PCKK PRYWATNE CENTRUM
Kształcenia Kadr

W czwartym, wakacyjnym wydaniu biuletynu:

Komputer niestraszny...

Uczestnikom programu, którzy opanowali tajniki pakietu biurowego

Zdrowie i uroda...

Był wypad w góry i wojaże po Parku Miniatur; były stylizacje i strzyżenia.

Świątowaliśmy razem...

Na dziedzińcu MOPS. Było wspaniale; coś dla małych i dużych ze Smerfami w tle

Potrąfią fotografować...

W micro i makro. Oni już wiedzą, jak robić zdjęcia w mieście i plenerze.

Barman i kelner...

z językiem niemieckim! Ruszyły wakacyjne kursy zawodowe!

Mały technik to jest to!

Warsztaty techniczne dla najmłodszych okazały się strzałem w dziesiątkę.

Witajcie "wakacyjnie" !

Więcej informacji o tym, czego dokonaliście w ramach "Wspólnego działania - lepszego jutra" i jeszcze więcej zdjęć z Wami i Waszymi pociechami - oto, co znajdziecie tym razem w wakacyjnym wydaniu naszego biuletynu. Lato zbliża się ku końcowi, i choć dzieci wciąż cieszą się błogą łabą, w programie wrze. Niektóre kursy zamknięte, inne dopiero ruszają z kopyta! Czas na mały przekrój...

Redakcja biuletynu



Poznali tajniki Word, Excel i PowerPoint.

Tajniki pakietu biurowego poznali uczestnicy programu „Wspólne działanie -lepsze jutro” w ramach kursów komputerowych, które odbyły się w PCKK. –Dobra atmosfera i nacisk na rzeczy praktyczne. Cieszę się, bo podczas kursów komputerowych bardziej poznałam pakiet MSOFFICE - mówiła Pani Sylwia, jedna z uczestniczek.

– Podczas kursów beneficjenci programu uczyli się obsługi programów MSOFFICE Word, Excel i PowerPoint w wersji 2007. Na poziomie bardziej rozszerzonym poznali m.in. zaawansowane formatowanie tekstu, sposoby tworzenia spisów treści, przypisów, nagłówków, odwołań do stron itp. (Word); sortowanie, filtrowanie i proste funkcje związane z finansami i księgowością (Excel) oraz sposoby tworzenia prezentacji multimedialnych – mówiła nam Maria Siegieńczuk, trener.

I dodała: – Ideą kursów było przede wszystkim poszerzenie wiedzy uczestników na temat pakietu MSOFFICE. Pracując z beneficjentami programu „Wspólne działanie -lepsze jutro” miałam do czynienia z ludźmi bardzo ambitnymi i



"Komputer jest urządzeniem prostym w obsłudze i ułatwia życie..."

chętnymi do nauki.

Co na to świeżo upieczeni komputerowcy? Zdaniem Pani Sywii:

- Kursy organizowane w PCKK w ogóle oceniam bardzo dobrze. Jeśli chodzi o zajęcia z komputerem - dowiedziałam się na nich dużo więcej na temat pakietu MSOFFICE, który do tej pory znałam na poziomie podstawowym.

Społo się nauczyłam; poznałam nowe funkcje programów Word i Excel, z których korzystają na co dzień pracownicy biurowi, kadrowe czy księgowo. Uważam, że tak właśnie powinno to wyglądać – nacisk na praktykę, która jest wymagana przez potencjalnego pracodawcę. Warto się dokształcać, zdobywać zaświadczenia i certyfikaty. Dziś liczy się mobilność zawodowa – mówi.





Razem bawiliśmy się świetnie na dziedzińcu MOPS!

Uroczysty festyn z okazji Dnia Matki, Ojca i Dziecka p.n. Bądźmy Razem odbył się 16 czerwca na dziedzińcu MOPS w Jeleniej Górze. – Ten festyn przygotowaliśmy po to, abyśmy mogli świętować razem. Integrować się tak samo, jak zintegrowaliśmy się w programie „Wspólne działanie - lepsze jutro” – mówił nam Wojciech Łabun.



Być barmanem, a może kelnerem? Oto jest pytanie...

Na które odpowiedzieć nie jest wcale łatwo. W ramach kursów PCKK, w których uczestniczą młodzi beneficjenci programu "Wspólne działanie -lepsze jutro" i to, i to zdaje się być nie lada atrakcją.



"Barman to mistrz ozdabiania drinków i koktaili"



"Trzeba się skupić, by wynieść z zajęć jak najwięcej"



"Nalewanie wina we właściwy sposób jest sztuką..."

Zdrowie i uroda...

Czyli o tym, jak uczestnicy programu „Wspólne działanie - lepsze jutro” zwiedzili Park Miniatur Zabytków Dolnego Śląska i Sztolnie w Kowarach; wzmacniali zdrowie w górach i oddali w ręce profesjonalnych fryzjerek i stylistek – wykształconych w ramach kursów PCKK.

W maju odbyła się pierwsza wycieczka kulturoznawcza przygotowana w ramach programu „Wspólne działanie - lepsze jutro”. Uczestnicy programu wybrali się do Kowar – zwiedzili Park Miniatur Zabytków Dolnego Śląska i Sztolnie pozostałe po wydobywaniu uranu.

Zarówno dorośli, jak i dzieci byli zachwyceni pięknem i bogactwem zabytków Dolnego Śląska, które można było zobaczyć w trakcie jednej wycieczki, a przy okazji poznać ich historię czy związane z nimi legendy. Kowarskie Sztolnie też zrobiły nie lada wrażenie – podziemna trasa, tajemnica, która okrywała wydobywanie promieniotwórczego pierwiastka, historia

bomby atomowej i pokaz laserów – oto atrakcje, z których skorzystali nasi beneficjenci.

Na zakończenie wycieczki - pełnej olbrzymich wrażeń i niesamowitych historii - wszyscy udali się na obiad we wspólnym gronie.

Także w maju - uczestnicy programu wzięli udział w

miasta i tradycję wyrobu szkła. Podczas podejścia żółtym szlakiem pod Łabski Szczyt można było posłuchać ciekawostek na temat Karkonoszy oraz ich szaty roślinnej, a także poznać historię turystyki na tych terenach. Po krótkim postoju wszyscy ruszyli jeszcze wyżej celem zdobycia Śnieżnych Kotłów. Malowniczy



"W Kowarach i w górach było bardzo ciekawie", mówią uczestnicy



kolejnym z cyklu „Rodzinnych Wypadów do...”. Tym razem, wspólnie pokonywali górskie szlaki wzmacniając przy tym zdrowie i polepszając znajomość topografii Kotliny Jeleniogórskiej. Wycieczka z przewodnikiem rozpoczęła się w Szklarskiej Porębie, gdzie uczestnicy poznali historię

krajobraz Karkonoszy był wystarczającą nagrodą dla zmęczonych wędrowców. Później było już tylko łżej - wystarczyło wdrapać się na Szczenię, aby w schronisku zjeść obiad i można było schodzić do Szklarskiej Poręby. Na zakończenie górskich zmagani uczestnicy zwiedzili jeszcze wąwóz Wodospadu Kamieńczyka.

W czerwcu z kolei, odbył się kolejny „Rodzinny Wypad na... Spotkanie ze zdrowiem i urodą”, w którym uczestniczyło 17 osób dorosłych i 9 dzieci. Tym razem, tematyka wynikała z ankiet, przeprowadzonych podczas spotkania styczniowego.

Spotkanie rozpoczęło się od pogadarek doktor ginekolog dotyczących profilaktyki problemów ze zdrowiem intymnym w podziale na dwie grupy wiekowe – do 25 r. ż. i powyżej.

Dużym zainteresowaniem cieszyły się też pogadanki kosmetyczki poświęcone zasadom pielęgnacji skóry, dbałości o cerę i zdrowy wygląd także w podziale na 2 grupy wiekowe.

Po przerwie na posiłek, w PCKK ruszyły warsztaty w małych grupach. 3 kolejne grupy uczestniczek poznały tajniki perfekcyjnego makijażu dziennego. W warsztatach uczestniczyło 14 osób. W sąsiedniej sali, wyposażonej specjalnie na ten dzień w lustra i inne gadżety odbywało się modelowanie i strzyżenie włosów. Z możliwości tej



Pogadanki również wzbudziły duże zainteresowanie...

skorzystało 8 osób.

W organizację tego Rodzinnego wypadu do... po raz pierwszy włączyli się sami beneficjenci. Strzyżenie i modelowanie włosów wykonywały absolwentki kursów zawodowych "Fryzjer stylistka", zorganizowanych w ramach Programu Rewitalizacji Społecznej i

"Wspólne działanie - lepsze jutro". Podczas gdy rodzice poznawali tajniki dbania o zdrowie i urodę, ich dzieci (dziewięcioro) wzięły udział w Olimpiadzie „W zdrowym ciele - zdrowy duch”, zorganizowanej w Świetlicy Środowiskowej przy ul. Kilińskiego. Przez kilka godzin trwały gry i konkursy - zwycięzcom wręczono nagrody.



Jak fotografować ludzi, krajobrazy i pokazywać emocje? Który program komputerowy służy do „obróbki” zdjęć? Co to jest makrofotografia, jak fotografować małe objekty i robić portrety - oto czego uczyli się młodzi beneficjenci programu „Wspólne działanie - lepsze jutro” podczas warsztatów fotograficznych w PCKK w Jeleniej Górze.



Program warsztatów fotograficznych zorganizowanych w ramach „Wspólnego działania -lepszego jutra” autorstwa MOPS i PCKK w Jeleniej Górze objął omówienie parametrów aparatów cyfrowych, zasady fotografowania krajobrazów, ludzi czy przedstawiania emocji; zasady fotografowania niewielkich obiektów (makrofotografia), podstawy korekcji zdjęć, kadrowanie, filtry, obracanie, redukcję czerwonych oczu oraz zmianę wielkości zdjęć.

– Uczestniczyliśmy w fotowarsztatach, bo

Oni wiedzą, jak strzelać dobre foty!

interesujemy się fotografią. Na co dzień robimy zdjęcia tym, co mamy pod ręką: cyfrowkami czy aparatami w telefonach komórkowych. Chciałyśmy nauczyć się, jak fotografować dobrze. Oczywiście zdajemy sobie sprawę, że nie uda się to w tak krótkim czasie, ale chcemy poznać choć podstawową wiedzę z zakresu kadrowania, fotografowania w plenerze, ludzi i

obiektów – mówiły nam Paulina i Edyta, jedne z uczestniczek zajęć.

Podczas warsztatów młodzi adepci fotografii robili zdjęcia pod okiem Tomasza Raczyńskiego. Było wesoło, a przy tym z zaangażowaniem i... okiem do znajdowania miejskich ciekawostek, jak określił to właśnie Tomasz Raczyński. Więcej info znajdziecie w serwisie facebook.

Mali technicy budowali najróżniejsze konstrukcje z drewna i innych materiałów



Mały technik to jest to! "Warsztaty techniczne to naszym zdaniem strzał w dziesiątkę", mówili młodzi majstrowie.

W ramach warsztatów technicznych, które z myślą o młodych uczestnikach programu "Wspólne działanie -lepszę jutro" zorganizowano w PCKK w Jeleniej Górze chłopcy stali się prawdziwymi majstrami. Budowali konstrukcje z drewna, metalu i innych materiałów budowlanych; używali wkrętarek, wiertarek itp. - słowem, całego inwentarza, który na co dzień jest stosowany przez inżynierów i konstruktorów.

Jak się przy tym bawili? Znakomicie! Z koncentracją na twarzach, z zamiarem zdobycia certyfikatów potwierdzających wiedzę "małego technika" działali przy najrozmaitszych zadaniach zleconych im przez prowadzącego warsztaty - Pana Artura Ratyńskiego. Oj, było na co popatrzeć, albowiem praca wrzała!

