



ZESPÓŁ SZKÓŁ NR 1

im. Stanisława Staszica w Olkuszu

LOWE

Lokalny Ośrodek Wiedzy i Edukacji
przy Zespole Szkół Nr 1 w Olkuszu

LOWE to bezpłatne kursy i szkolenia dla osób dorosłych prowadzone w krótkiej formie

LOWE jest skierowane do:

- Osób bezrobotnych i nieaktywnych zawodowo
- Seniorów pragnących być aktywnymi członkami społeczności
- Rodziców, którzy chcą rozwijać swoje kompetencje
- Osób niepełnosprawnych

Jak się zapisać?

Terminy rekrutacji na poszczególne kursy, regulamin oraz formularz rekrutacyjny dostępne na stronie internetowej Zespołu Szkół Nr 1 w Olkuszu lub w biurze LOWE (ul. Górnicza 12)

Projekt realizowany w ramach programu Fundusze Europejskie dla Małopolski 2021-2027 Priorytet 6 Fundusze europejskie dla rynku pracy, edukacji i włączenia społecznego, Działanie 6.13 Lokalne inicjatywy edukacyjne, typ projektu: B. Tworzenie i rozwój Lokalnych Ośrodków Wiedzy i Edukacji (LOWE)

KONTAKT



32 643 04 50



szkola@zsolkusz.edu.pl



ul. Górnicza 12, 32-300 Olkusz



<https://www.zsolkusz.edu.pl/>



ZESPÓŁ SZKÓŁ NR 1
im. Stanisława Staszica w Olkuszu

OFERTA EDUKACYJNA

SZKOLENIA Z KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH

- Kurs asertywności 12h
- **Zarządzanie domowym budżetem 8h ***

ZDROWIE I URODA

- Kurs pierwszej pomocy 12h
- Szkolenie - makijaż i wizaż 12h
- Szkolenie - stylizacja brwi 12h
- Warsztaty „Opatrunki jak dobrać i wykorzystywać różne rodzaje opatrunków” 12h
- Warsztaty “Zasady pielęgnacji osób starszych” 12h

ZAJĘCIA DLA SENIORÓW

- **Wykłady “Dieta: Jak się zdrowo odżywiać na starość?” 8h ***
- **Profilaktyka zdrowotna: Jakie badania profilaktyczne należy wykonywać regularnie? 8h ***
- Zajęcia sportowe: Gimnastyka dla seniorów 50h
- Joga dla seniorów 50h

ZAJĘCIA Z JĘZYKA OBCEGO

WARSZTATY KREATYWNE

- Warsztaty fotograficzne dla każdego 12h
- Kurs fotografii portretowej 12h
- Warsztaty florystyczne 12h
- Warsztaty z florystyki świątecznej 28h
- Podstawy grafiki komputerowej dla dorosłych 12h
- Warsztaty Projektowania zaproszeń, kartek okazjonalnych, ulotek i wizytówek 12h
- Decoupage 12h

ZAJĘCIA Z AKTYWNOŚCI FIZYCZNEJ

- Zajęcia Nordic Walking 24h

KURSY KOMPUTEROWE

- **Kurs obsługi komputera i Internetu 12h ***
- Warsztaty Bezpieczeństwo w Internecie 12h

*** Rekrutacja rusza już w marcu 2025r.**

KONTAKT



32 643 04 50



szkola@zsolkusz.edu.pl



ul. Górnicza 12, 32-300 Olkusz



<https://www.zsolkusz.edu.pl/>