



SPRAWOZDANIE Z DZIAŁALNOŚCI MERYTORYCZNEJ LOWE

Pouczenie co do sposobu wypełniania sprawozdania:

Sprawozdanie należy wypełnić wyłącznie w białych pustych polach, zgodnie z instrukcjami umieszczonymi przy poszczególnych polach oraz w przypisach.

W przypadku pól, które nie dotyczą danego sprawozdania, należy wpisać „nie dotyczy” lub przekreślić pole.

Zaznaczenie „*”, np. „Częściowe*/Końcowe*” oznacza, że należy skreślić niewłaściwą odpowiedź i pozostawić prawidłową. Przykład: „~~Częściowe*~~/Końcowe*”.

Rodzaj sprawozdania	Częściowe*/ Końcowe*
Okres za jaki jest składane sprawozdanie	01.09.2020r. – 30.04.2021r.

Nazwa projektu grantowego	„Lokalny Ośrodek Wiedzy i Edukacji – Domoślawicka Akademia Umiejętności”		
Nazwa Organu prowadzącego	Gmina Czchów		
Data zawarcia umowy	01.06.2020r.	Numer umowy, o ile został nadany	15/LOWE II/2020

Sprawozdanie merytoryczne

Informacja, czy zakładany(-ne) cel(e) realizacji grantu został(y) osiągnięty(-te) w danym okresie rozliczeniowym, w wymiarze określonym w części IV oferty. Jeżeli nie, należy wskazać dlaczego.

Misją LOWE jest podejmowanie systemowych działań na rzecz kształcenia ustawicznego osób dorosłych, promocja i idea kształcenia przez całe życie, rozwijanie kompetencji kluczowych i umiejętności społecznych dla realizacji indywidualnych potrzeb mieszkańców społeczności lokalnej w zakresie aktywności edukacyjnej oraz rozwoju kompetencji kluczowych osób dorosłych. Stworzony Lokalny Ośrodek Wiedzy i Edukacji – Domoślawicka Akademia Umiejętności oraz przeprowadzona diagnoza potrzeb pozwoliła określić lukę kompetencji kluczowych w oparciu o zdiagnozowane indywidualne potrzeby. Dostrzeżone bariery w dostępie do edukacji dorosłych mieszkańców społeczności lokalnej, sprofilowane działania edukacyjne LOWE i



adekwatnie zaplanowane oferty edukacyjne, dopasowane do potrzeb osób dorosłych, pozwoliły na osiągnięcie zaplanowanego celu w pierwszym etapie realizacji LOWE.

Nadmienić również należy, że zmiany zachodzące w polskim społeczeństwie, szczególnie zmiany demograficzne, gdzie występuje zjawisko starzenia się społeczeństwa oraz stały wzrost liczby osób w podeszłym wieku a co za tym idzie z upływem lat przybywa osób starszych, dysponujących dużą ilością wolnego czasu i chcących ten czas spożytkować w sposób aktywny. Z tego też względu zostały podjęte działania zmierzające w kierunku zaspokojenia potrzeb i pragnień osób starszych, okazano większe zainteresowanie i wsparcie dla tej grupy społecznej. Przede wszystkim w dziedzinie aktywizacji seniorów, by mogli oni pozostać jak najdłużej w swoim środowisku, czerpiąc radość z życia i podejmowanych działań. Z drugiej strony znajdują się również ludzie młodzi, którzy po skończeniu szkoły szukają jakiegoś pomysłu „na siebie”. Często nie wiedzą oni czym tak naprawdę chcieliby się zająć bądź nie mają możliwości rozwoju się na tym obszarze. Po skończeniu szkoły średniej często okazuje się, iż wybrany zawód był nietrafiony i chcieliby poszukać czegoś bardziej odpowiedniego dla siebie. Dlatego też głównym celem naszego projektu jest zwiększenie aktywności społecznej i zawodowej osób w wieku 18+ z terenu obszaru Małopolski a w szczególności Gminy Czchów i Zakliczyn.

W związku z powyższym wyznaczone zostały cele projektu:

- zmniejszenie barier społecznych za pomocą podniesienia motywacji do działania, wiary w swoje siły, poprawę zdolności komunikacyjnych z otoczeniem;
- zwiększenie aktywności zawodowej poprzez podniesienie kwalifikacji zawodowych oraz nabycie indywidualnych umiejętności;
- poprawę sytuacji ekonomicznej uczestników;
- poznanie przez starsze osoby nowych form i metod edukacji,
- nawiązanie nowych przyjaźni,
- zdobycie nowych umiejętności, wiedzy
- rozwój zainteresowań,
- wzmocnienie poczucia własnej wartości seniorów,
- podjęcie przez ludzi starszych nowych form aktywności,
- zwiększenie samodzielności i aktywności seniorów,
- wzmocnienie integracji seniorów,
- nabycie przez seniorów wiedzy o współczesnym świecie (nowych technologiach, tendencjach, stylu życia itp.),
- poznanie przez uczestników projektu nowych, aktywnych form spędzania czasu wolnego,
- inicjatywy przygotowujące do podjęcia zatrudnienia,
- poradnictwo zawodowe i pośrednictwo pracy,



- kursy i szkolenia umożliwiające nabycie, podniesienie lub zmianę kwalifikacji,
- identyfikację potrzeb i potencjałów uczestników,

Celem projektu jest również zwrócenie uwagi na poszczególne aspekty:

- utrzymanie sprawności fizycznej i zdrowotnej,
- usamodzielnienie, pobudzenie zaradności,
- nauka współżycia w grupie i środowisku: kształtowanie pozytywnych cech osobowości, kultury życia codziennego, umiejętność nawiązywania kontaktów z rówieśnikami, sąsiadami itp.,
- utrzymanie (bądź pobudzenie) wiary w sens życia,
- rozwijanie różnych zainteresowań,
- stymulowanie procesów wyobraźni i twórczego działania.

W okresie sprawozdawczym w ramach realizacji LOWE – Domostawicaka Akademia Umiejętności 126 osób podniosło swoje kompetencje.

Zostały podniesione kompetencje kluczowe z zakresu:

- Rozwijanie kompetencji informatycznych, cyfrowych.
- Rozwijanie umiejętności porozumiewania się w języku ojczystym w formie warsztatów poprawnego budowania wypowiedzi, w tym redagowania pism i wypełnianie druków urzędowych.
- Rozwijanie umiejętności porozumiewania się w języku ojczystym w formie zajęć z obszaru doskonalenia umiejętności jasnego i logicznego formułowania wypowiedzi.

Życie wymusza załatwianie coraz większej liczby spraw przez Internet, zakładania kont pocztowych, bankowych, profilu zaufanego itp. Dlatego też, pomocna jest umiejętność posługiwania się aplikacjami telefonicznymi, sporządzanie dokumentów, redagowanie pism i wypełnianie druków urzędowych. Dla kształtowania dobrych relacji społecznych – w tym rodzinnych – istotną jest umiejętność korzystania z mediów społecznościowych oraz poznanie zasad bezpieczeństwa w sieci.

Zostały podniesione kompetencje kluczowe z zakresu:

- Rozwijanie kompetencji społecznych i obywatelskich w formie warsztatów z zakresu doskonalenia umiejętności gotowania.
- Rozwijanie kompetencji społecznych i obywatelskich w formie zajęć z zakresu kształtowania nawyków zdrowego odżywiania.

Poważnym mankamentem jest stosunkowo niska w niektórych rejonach gmin świadomość żywieniowa. Z obserwacji uczestników kursu wynika, że mimo edukacji zdrowotnej i swoistej mody na gotowanie, w wielu



domach nie ma np. tradycji jedzenia warzyw i wiele dzieci nie ma wykształconych prawidłowych nawyków w tym zakresie.

Zostały podniesione kompetencje kluczowe z zakresu:

- Rozwijanie kompetencji społecznych i obywatelskich w formie warsztatów zakresu doskonalenia umiejętności radzenia sobie ze stresem.

W zakresie kształtowania kompetencji przydatnych w budowaniu relacji z dziećmi i rodzicami – również występuje spora luka w umiejętności radzenia sobie w sytuacjach zagrożenia i trudnościach w rozpoznawaniu emocji.

2. Opis osiągniętych rezultatów wraz z liczbowym określeniem skali działań zrealizowanych w ramach grantu(należy opisać osiągnięte rezultaty grantu i sposób, w jaki zostały zmierzone; należy wskazać rezultaty trwałe oraz w jakim stopniu realizacja grantu przyczyniła się do osiągnięcia jego celu)

1. Kurs komputerowy dla osób powyżej 18 r.ż.

Rezultatem podjętych przez jednostkę gminy Czchów działań w zakresie zorganizowanego cyklu szkoleń w ramach „Kursu komputerowego dla osób powyżej 18 r.ż.” było między innymi opanowanie przez uczestników wiedzy z zakresu umiejętności obsługi komputera oraz nabycie odpowiednich kompetencji informacyjnych, które stały się w obecnych czasach jednym z najistotniejszych czynników rozwoju społeczno-gospodarczego. W konsekwencji szybki rozwój technologii komputerowej stał się powodem do uznania kompetencji informatycznych za jedną z kompetencji kluczowych w procesie uczenia się przez całe życie. Kompetencje kluczowe warunkują wykorzystanie nowych mediów we wszystkich obszarach życia ludzkiego, w tym również w edukacji. Zorganizowane warsztaty w ramach projektu LOWE były więc szansą dla społeczności lokalnej na zdobycie nowej wiedzy i nabycia doświadczenia w zakresie wymienionych kompetencji.

W ramach zrealizowanych warsztatów uczestnicy nabyli szereg umiejętności co w znacznej mierze przyczyniło się do:

- nabycia umiejętności w zakresie obsługi komputera a przez to umożliwienie beneficjentom warsztatów dostępu do sprzętu, zasobów informacji zarówno w zakresie nauki, fachowej wiedzy jak również rozwijania zainteresowań i pasji;
- nabycia umiejętności z zakresu tworzenia dokumentów; CV, życiorys, podanie o pracę, wiedza na temat testów osobowości (określenie swoich predyspozycji, uzdolnień i motywacji).
- wiedzę jaką nabyli kursanci z zakresu obsługi poczty elektronicznej w znacznej mierze przyczyniła się do opanowania i prowadzenia obsługi poczty elektronicznej a przez to uzyskanie dostępu do szybszego przepływu informacji pomiędzy uczestnikami projektu a informacji na rynku pracy;
- umiejętności z zakresu bankowości internetowej a w szczególności: szybkie i wygodne płatności, oszczędność czasu i pieniędzy, bieżący nadzór nad sytuacją finansową, łatwy dostęp do produktów bankowych,

- nabycie umiejętności w obsłudze platformy E-pacjent m.in. sprawne i bezpieczne poruszanie się po platformie, wypełnianie wniosków, odbieranie recept i skierowań, sprawdzanie dawkowania leków;
- nabycie wiedzy i umiejętności w zakresie tworzenia kont społecznościowych typu: Facebook, Messenger, WhatsApp, Skype i inne.
- Zgromadzenie wiedzy na temat bezpieczeństwa w sieci i zagrożeń wynikających z korzystania z kont społecznościowych, ochrony kont bankowych oraz Internetu.

W projekcie wzięło udział 30- tu uczestników, była to grupa docelowa objęta wsparciem z zakresu pojęć technologii cyfrowej i informacyjnej. Uczestnicy warsztatów po raz pierwszy korzystali z takiej formy wsparcia w ramach projektu LOWE. Wśród osób uczestniczących nie wskazano osób z niepełnosprawnością, była to grupa osób głównie 50+ .W stosunku do grupy docelowej LOWE tj. 200 osób uczestniczących w różnych szkoleniach w ramach wsparcia funkcjonującego LOWE beneficjenci warsztatów technologii cyfrowej i informacyjnej stanowili 15% całości grupy. W danym okresie rozliczeniowym taki odsetek osób nabył lub rozwinął kompetencje kluczowe ramach technologii cyfrowej i informacyjnej, niezbędnych na rynku pracy. Program szkolenia, składający się z 5 modułów przygotował uczestników do uzyskania certyfikatu w zakresie przebytego szkolenia. Dzięki szkoleniu 30 osób podwyższyło poziom umiejętności sprawnego i efektywnego korzystania z komputera, co pozwoliło na podniesienie kwalifikacji, czy też umożliwiło lepsze wykorzystania środków finansowych przeznaczanych na zakup nowych technologii informatycznych, przy jednoczesnym optymalnym wykorzystaniu już posiadanych zasobów TI. Ponadto, uzyskany Certyfikat podniósł pozycję zawodową beneficjentów na rynku pracy.

2. Kurs zdrowego żywienia i prowadzenia zdrowego trybu życia „zdrowe LOWE” dla osób 18+

Rezultatem podjętych działań w zakresie zorganizowanego cyklu szkoleń w ramach „Kursu zdrowego żywienia i gotowania dla osób powyżej 18 r.ż.” było między innymi opanowanie przez uczestników wiedzy z zakresu dbania o własne zdrowie zgodnie z potrzebami zdrowotnymi organizmu, naukę kooperacji w zespole, propagowanie właściwych nawyków żywieniowych, naukę przygotowywania potraw zgodnie z potrzebami organizmu, a także możliwości wykorzystania zdrowych produktów, warzyw i owoców w codziennej diecie. Dzięki nabytej wiedzy i doświadczeniu, beneficjenci świadomie będą dbać o własne zdrowie i zdrowie swoich rodzin.

Uczestnicy projektu zdobyli również dodatkową umiejętność gotowania zdrowych i dietetycznych potraw dzięki pracy na nowoczesnym sprzęcie kulinarnym wykorzystującym nowoczesną technologię.

Kurs kulinarny wpłynął na podwyższenie jakości życia mieszkańców poprzez poszerzenie wiedzy nt. właściwego stylu życia, podniesienie świadomości właściwego odżywiania się oraz wpływu spożywanych produktów na zdrowie. Ponadto zostały nabyte umiejętności z zakresu sztuki gotowania i przygotowywania dietetycznych potraw. Dzięki spotkaniom ze specjalistami uczestnicy projektu nabyli wiedzę nt. wprowadzania



prawidłowych diet do swojego menu, natomiast dzięki kursowi gotowania, wprowadzili różnorodność dań do swojego życia codziennego. Uczestnicy po skończonym zdobyli wiedzę na temat prawidłowego odżywiania się i przygotowania zbilansowanych posiłków, oraz zdobyli umiejętności kulinarne.

Zorganizowane warsztaty w ramach projektu LOWE były więc szansą dla społeczności lokalnej na zdobycie nowej wiedzy i nabycia doświadczenia w zakresie wyżej wymienionych kompetencji.

W ramach zrealizowanych warsztatów uczestnicy nabyli szereg umiejętności co w znacznej mierze przyczyniło się do:

- poszerzenia wiedzy nt. właściwego stylu życia,
- podniesienia świadomości właściwego odżywiania się oraz wpływu spożywanych produktów na zdrowie,
- zwiększenia umiejętności z zakresu gotowania i przygotowywania dietetycznych potraw,
- wprowadzania zdrowych produktów, warzyw i owoców do swojego menu,
- zastosowania wiedzy w praktyce podczas przygotowywania zdrowych posiłków,
- zwracanie uwagi na jakość kupowanych produktów, czytanie etykiet,
- przygotowania zbilansowanych posiłków,
- ukazanie możliwości ułatwienia pracy w kuchni wykorzystując nowoczesny sprzęt kulinarny.

W projekcie wzięło udział 30 uczestników, była to grupa docelowa objęta wsparciem z zakresu podniesienia świadomości właściwego odżywiania się oraz wpływu spożywanych produktów na zdrowie.

Wśród osób uczestniczących w projekcie nie było osób z niepełnosprawnością.

Uczestnicy warsztatów po raz pierwszy korzystali z takiej formy wsparcia w ramach projektu LOWE.

W stosunku do grupy docelowej tj. 200 osób uczestniczących w różnych szkoleniach w ramach wsparcia funkcjonującego LOWE beneficjenci Kursu zdrowego żywienia i gotowania stanowili 16% całości grupy.

W danym okresie rozliczeniowym taki odsetek osób nabył lub rozwinął kompetencje kluczowe ramach promowania zdrowego stylu życia związanego z właściwym odżywianiem się oraz wpływu spożywanych produktów na zdrowie.

Projekt składał się z IV modułów odpowiednio przygotowany do potrzeb i oczekiwań uczestników, zakładał przeprowadzenie certyfikowanego „Kursu gotowania i żywienia” dla 30 beneficjentów.

Szkolenia zakończone zostały egzaminem praktycznym stwierdzającym zdobyte kwalifikacje i umiejętności.

Dzięki udziałowi w kursie 30 uczestników nabyło kompetencje ramach promowania zdrowego stylu życia związanego z właściwym odżywianiem się oraz wpływu spożywanych produktów na zdrowie, ponadto uczestnicy zwiększyli swoje umiejętności z zakresu gotowania i przygotowywania dietetycznych potraw, wprowadzania zdrowych produktów, warzyw i owoców do swojego menu, a także zdobyli wiedzę w jaki sposób przygotowywać zdrowe i zbilansowane posiłki w krótkim czasie.

Na podniesienie kwalifikacji miało również znaczenie wykonywanie potraw poprzez wykorzystanie nowoczesnego sprzętu kulinarnego połączonego z technologią cyfrową. Ponadto uzyskanie certyfikatu podniosło pozycję zawodową beneficjentów.

3. Szkolenie radzenia sobie ze stresem (online).

Celem zorganizowania szkolenia online dla nauczycieli Zespołu Szkół i Przedszkola w Domosławicach była pomoc nauczycielom w zrozumieniu własnych reakcji emocjonalnych na trudne interpersonalnie sytuacje, radzenie sobie ze stresem z emocjami. Rozwijanie umiejętności budowania i podtrzymywania dobrostanu psychicznego. Szkolenie pomogło spojrzeć z różnych perspektyw na bieżącą sytuację (pandemia) i korzyści płynących z powstrzymania się od natychmiastowej krytyki, wypracowania rozwiązań najczęściej pojawiających się problemów w pracy z uczniami i ich rodzicami.

- Kurs odbył się w formie online w dniach 25.03.2021 (5 godz. kursu) przeznaczony dla nauczycieli Szkoły Muzycznej I st. w Domosławicach.
- Kurs odbył się w formie online w dniach 29.03.2021 (5 godz. kursu) przeznaczony dla nauczycieli Szkoły Podstawowej w Domosławicach oraz nauczycieli Publicznego Przedszkola w Domosławicach.

Cele szczegółowe szkolenia:

- 1) pomoc uczestnikom w zrozumieniu własnych reakcji emocjonalnych i problemów motywacyjnych spowodowanych przedłużającą się izolacją i stresem;
- 2) zrozumienie mechanizmu prokrastynacji i możliwości zapobiegania jej;
- 3) poznanie i przećwiczenie technik radzenia sobie ze zniechęceniem i obniżonym nastrojem (stresem);

Opis zadania:

Spotkanie szkoleniowe miało za zadanie pomóc uczestnikom rozwinąć umiejętności radzenia sobie ze stresem (regulacji negatywnych emocji) i wzmocnić ich poczucie dobrostanu psychicznego także w czasie pandemii. Poszczególne etapy pracy wraz z osiągniętymi efektami zapisano w postaci prezentacji ze szkolenia i udostępniono uczestnikom jako pomoc w utrwalaniu wiedzy i dalszego rozwoju umiejętności poza szkoleniem. Przebieg szkolenia i efekty krótko i długotrwałe:

W celu rozwoju świadomości własnych emocji i źródeł stresu przeanalizowano motywacyjne i emocjonalne skutki pandemii doświadczane przez samych nauczycieli na co dzień, w pracy zawodowego muzyka, ale też



relacjonowanych przez uczniów. Wskazano źródła doświadczanych problemów i skutki dla poczucia dobrostanu psychicznego (cel 1).

Opisano na przykładzie modelowym, a następnie na przykładach uczestników mechanizm prokrastynacji, dzięki czemu uczestnicy nauczyli się rozpoznawania pierwszych oznak unikania emocjonalnego i bardziej adaptacyjnych strategii regulacji emocji w sytuacji zadaniowej (cel 2).

Podczas zajęć każde zagadnienie teoretyczne popierane było przykładami praktycznymi wraz z prezentacją technik radzenia sobie ze stresem (regulacji emocji): ćwiczenia uważności i życzliwości (mindfulness, Neff, 2011), pracy z wewnętrznym krytykiem (Young, 2013), zadań rozwijających rozumienie i regulację emocji (Gross, 2007) (cel 3).

Te działania pozwoliły wzmocnić u uczestników szkolenia poczucie skuteczności w zakresie radzenia sobie ze stresem, co w dalszej perspektywie będzie służyć do podtrzymania dobrostanu psychicznego w czasie przedłużającej się izolacji (profilaktyce depresji i zaburzeń lękowych).

Dodatkowe efekty długotrwałe:

W trakcie zajęć uczestnicy brali aktywny udział w dyskusji poruszanych zagadnień - dzielili się doświadczeniami i przemyśleniami, co także przyczyniło się do większej integracji grupy w czasach izolacji i zachęciło do udzielania sobie wsparcia społecznego.

W szkoleniu wzięło udział **84 osoby** w dniu 25.03.2021r. 59 osób (nauczyciele szkoły muzycznej I st.) oraz w dniu 29.03.2021 25 osób (nauczyciele szkoły podstawowej i przedszkola). Jest to 42% grupy docelowej osób którzy rozwinęli swoje kompetencje kluczowe.

Natomiast, odsetek osób dorosłych (w ramach grupy docelowej) objętych wsparciem funkcjonującego LOWE w tym okresie rozliczeniowym wynosi 63%, osób którzy nabyli lub rozwinęli swoje kompetencje kluczowe.

3. Szczegółowy opis wykonania poszczególnych działań (opis powinien zawierać szczegółową informację o zrealizowanych działaniach zgodnie z umową, z uwzględnieniem stopnia oraz skali ich wykonania, a także wyjaśnić ewentualne odstępstwa w ich realizacji; w opisie należy przedstawić również informację o wkładzie osobowym i wkładzie rzeczowym zaangażowanym w realizację grantu)

Na podstawie przeprowadzonej diagnozy potrzeb społeczności lokalnej w zakresie aktywności edukacyjnej oraz rozwoju kompetencji kluczowych osób dorosłych została określona luka kompetencji kluczowych w oparciu o indywidualne potrzeby osób ankietowanych, dostrzeżone zostały bariery w dostępie do edukacji dorosłych mieszkańców społeczności lokalnej, na tej podstawie zostały sprofilowane działania edukacyjne LOWE adekwatnie zaplanowane oferty edukacyjne dopasowane do potrzeb osób dorosłych. Diagnoza umożliwiła lepsze poznanie społeczności lokalnej z jej specyfiką, potrzebami, zasobami i problemami. Dzięki tym informacjom możliwe było pozyskanie partnerów i sojuszników do działania, a także wykorzystanie potencjału lokalnego, a co za tym idzie – zaktywizowanie środowiska. Dzięki

skoordynowanym działaniom instytucji i organizacji wchodzących w skład partnerstwa na rzecz wspierania LOWE, precyzyjnej diagnozie lokalnej społeczności i nowoczesnym indywidualnym programom szkoleniowym mieszkańcy zyskali miejsce pozwalające na stałe doskonalenie umiejętności i kompetencji kluczowych, rozwój osobisty, społeczny i zawodowy oraz aktywizację obywatelską na rzecz społeczności lokalnej. Przeprowadzona diagnoza pozwoliła dostrzec lokalne problemy dorosłych mieszkańców, które stanowią dla nich rzeczywiste utrudnienie w kształceniu ustawicznym przez całe życie. Diagnoza pozwoliła określić luki kompetencyjne w Gminie Czchów i Zakliczyn, a także zakres potrzeb kompetencyjnych odpowiadający specyficznym lokalnym potrzebom dorosłych mieszkańców w obu Gminach.

Na podstawie przeprowadzonej diagnozy został opracowany harmonogram i plan szkoleń z określoną liczbą godzin dostosowany do potrzeb danej grupy szkoleniowej. Opracowany został budżet projektu LOWE z uwzględnieniem cen rynkowych na podstawie przeprowadzonego zeznaniu rynku, zapytania ofertowego, zapytania o cenę.

Szkolny Koordynator LOWE powołał do współpracy i pełnienia funkcji Administratora projektu LOWE dwie osoby. Z administratorami zostały podpisane umowy zlecenie w których określono podział i zakres obowiązków. Pierwszym Administratorem projektu LOWE została gł. księgowa ZSiP w Domosławicach, odpowiedzialna za plan finansowy LOWE, księgowanie, przelewy, płatności z kontrahentami, rozliczenia finansowe otrzymanych środków w ramach grantu, sprawozdania finansowe przesyłane co miesiąc do Gminy Czchów. Drugim Administratorem projektu LOWE jest wicedyrektor ds. organizacyjnych szkoły, jego głównym zadaniem jest koordynacja wszystkich realizowanych działań w ramach LOWE, szkoleń, kursów, warsztatów. Konstruowanie umów zleceń dla trenerów, zleceniobiorców, czuwanie nad całościowym planem finansowym, harmonogramem szkoleń. Jest to osoba odpowiedzialna również za kontakty z Gminą Czchów, za promocję zadania oraz za kontakty z Grantodawcą „OIC Poland” w Lublinie.

Po skonstruowaniu planu działań, harmonogramu i tematyki szkoleń, kursów, warsztatów w ramach LOWE, została wybrana kadra Trenerów LOWE (z zachowaniem procedur zamówień publicznych tj. zapytania o cenę, rozpoznania cenowego). Z wybranymi trenerami zostały podpisane umowy na prowadzenie kursów i szkoleń o określonej tematyce. Trenerzy prowadzący zajęcia to głównie specjaliści w danej dziedzinie szkoleniowej oraz nauczyciele naszej szkoły. Uczestnicząca w projekcie kadra nauczycielska zyskała nowe doświadczenie zawodowe, stała się bardziej rozpoznawalna również poza lokalnym środowiskiem. Zakres obowiązków dla każdego trenera określony został w umowie zlecenie. Trenerzy zobowiązani zostali również do wzięcia udziału z panelu szkoleniowym określonym i proponowanym przez Grantodawcę „OIC Poland” w Lublinie.

Promocja LOWE

Grantbiorca podjął wszelkie działania promocyjne i informacyjne na temat otrzymanego Grantu oraz realizowanych kursów, szkoleń i warsztatów. Informacje na temat LOWE znajdują się na stronach internetowych, Facebooku Zespołu Szkół i Przedszkola w Domosławicach oraz na stronie www Gminy Czchów i Zakliczyn, a także stronach internetowych naszych Partnerów. W szkole rozwieszono plakaty informujące o działaniach LOWE oraz promujące realizowane szkolenia, kursy i warsztaty. Wszystkie dokumenty, materiały promocyjne, pisma, informacje, ulotki, certyfikaty, umowy, pisma urzędowe itp. opatrzone są znakiem Funduszy Europejskich, barwami RP i znakiem Unii Europejskiej z adnotacją, iż Projekt współfinansowany jest ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego. We wszystkich pomieszczeniach w których realizowane są zajęcia wywieszono plakaty informujące o projekcie. Drzwi biur administracji i księgowości opatrzone są informacją; Biuro Projektu LOWE – Domosławicka Akademia Umiejętności- realizowanego w ramach projektu: „modeLOWE Lokalne Ośrodki Wiedzy i Edukacji dla obszarów zdegradowanych i dewaloryzowanych. Edycja II”. Beneficjenci zadania informowani są, że projekt uzyskał dofinansowanie z Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego.

1. „Kursu komputerowego dla osób powyżej 18 r.ż.”

Przed rozpoczęciem warsztatów w ramach „Kursu komputerowego dla osób powyżej 18 r.ż.” przeprowadzono akcję promocyjną wydarzenia oraz nabór zewnętrzny. Przygotowano plakaty, ulotki i materiały promocyjne na strony internetowe oraz notatki dla mediów społecznościowych. Po zgromadzeniu niezbędnej dokumentacji przystąpiono do realizacji warsztatów szkoleniowych w ramach „Kursu komputerowego dla osób powyżej 18 r.ż.”, które odbyły się w dniach 23.03.2021r i 20.02.2021r. w ZSiP w Domosławicach. W wyniku naboru wyłoniono 30 uczestników projektu. Utworzono dwie grupy szkoleniowe, każda z grup uczestniczyła w 10 godzinnym kursie w ramach pięciu modułów szkoleniowych.

W czasie odbytych szkoleń zorganizowano przerwy kawowe oraz zimny bufet. Korzystano z usługi cateringu Restauracji „Pod sosną” w Czchowie.

Szkolenie skierowane było do tych osób powyżej 18 r.ż. obejmujących swoim zasięgiem obszary zdegradowane oraz obszary o największych potrzebach w zakresie edukacji oraz te osoby które chciałyby nabyć lub podwyższyć poziom swoich umiejętności z zakresu obsługi komputera i technologii informacyjnej a tym samym podnieść poziom swoich umiejętności.

W ramach zaplanowanych działań przeprowadzono następujące moduły szkoleniowe:

Moduły tematyczne:

I. Tworzenie dokumentów aplikacyjnych .

- Testy osobowości,
- Zasady tworzenia dokumentów; CV, życiorys, podanie o pracę.

II. Obsługa poczty elektronicznej .

- Nauka zakładania poczty
- Pisanie e-maili,
- Obsługę urządzeń mobilnych (drukarka, skaner)
- Obsługa przenośnych nośników pamięci: pendrive, dysków,
- Pozyskiwanie obrazów z aparatu cyfrowego,
- Surfowanie w sieci (szukanie potrzebnych informacji oraz robienie zakupów),

III. Konto bankowe.

- Podstawy prawne
- Zakładanie konta bankowego;
- Obsługa konta – operacje bankowe

IV. Tworzenie kont społecznościowych .

- Facebook
- Messenger
- WhatsApp
- Skype

V. E-pacjent .

- Obsługa platformy e – pacjent.

Szkoła ZSiP w Domosławicach udostępniła sale komputerowe wraz z wyposażeniem w urządzenia TI oraz dostępem do Internetu dla 30 osób (dwie grupy szkoleniowe po 15 osób). Każdy z uczestników szkolenia otrzymał zestaw biurowy (notes, długopis pendrive, materiały szkoleniowe). Szkolenie poprowadzili trenerzy posiadający odpowiednią wiedzę zgodną z tematyką danego modułu. Warsztaty przeprowadzono w dwóch grupach 15- osobowych. Każdy z uczestników miał własne stanowisko pracy. Szkolenie obejmowało 5 modułów szkoleniowych. Czas całego cyklu to 10 godzin zegarowych dla każdej z grup szkoleniowych. Po zakończonym kursie i praktycznym sprawdzianie, jego uczestnicy otrzymali certyfikat LOWE potwierdzający nabyte umiejętności oraz wiedzę z zakresu przebytego „Kursu komputerowego dla osób powyżej 18 r.ż.”.

Przeprowadzony „Kurs komputerowy dla osób powyżej 18 r.ż.”. cieszył się dużym powodzeniem wśród seniorów. Braki i niedostateczna wiedza z zakresu pojęć technologii cyfrowej i informacyjnej znacznie ograniczały możliwości osób starszych. Zdobyta wiedza po odbytych kursach w znacznym stopniu poprawiała

umiejętności osób starszych a tym samym otworzyły „okno na świat” w dobie mediów i technologii cyfrowej.

2. kurs zdrowego żywienia i prowadzenia zdrowego trybu życia „zdrowe LOWE” dla osób 18+

Przed rozpoczęciem warsztatów w ramach „Kursu zdrowego żywienia i gotowania dla osób powyżej 18 r.ż.” przeprowadzono akcję promocyjną oraz nabór zewnętrzny (rekrutację). Przygotowano plakaty, ulotki i materiały promocyjne na strony internetowe oraz notatki dla mediów społecznościowych. Po zgromadzeniu niezbędnej dokumentacji przystąpiono do realizacji warsztatów szkoleniowych w ramach „Kursu zdrowego żywienia i gotowania dla osób powyżej 18 r.ż.”, które odbyły się w dniach 13.02.2021r, 27.02.2021, 13.03.2021 i 17.04.2021 w ZSiP w Domoślavicach.

W wyniku naboru wyłoniono 30 uczestników projektu. Na wstępie przeprowadzono diagnozę w formie ankiety, w której zbadano oczekiwania i zapotrzebowanie beneficjentów. Na podstawie udzielonych odpowiedzi został przygotowany plan szkoleń, następnie utworzono trzy grupy szkoleniowe, każda z grup uczestniczyła w 12 godzinnym kursie w ramach czterech modułów.

W czasie szkoleń zorganizowano bufet oraz przerwy kawowe w ramach środków finansowych projektu. Szkolenie skierowane było do tych osób powyżej 18 r.ż., obejmujących swoim zasięgiem obszary zdegradowane oraz obszary o największych potrzebach w zakresie edukacji. Osoby, które chciałyby nabyć lub podwyższyć poziom swoich umiejętności z zakresu zdrowego gotowania z wykorzystaniem nowoczesnego sprzętu kulinarnego, a tym samym podnieść poziom swoich umiejętności.

W ramach zaplanowanych działań przeprowadzono następujące moduły szkoleniowe:

Moduł I. Walentynki zdrowo i kolorowo – 3 godz.

Moduł II. Powitaj wiosnę z nową energią – 3 godz.

Moduł III. Wielkanoc kiedyś i dziś – 3 godz.

Moduł IV. Z kuchnią przez świat-jadalne prezenty oraz spotkanie i konsultacja z dietetykiem – indywidualne rozmowy dobór diet – 3 godz.

Pierwsza część dotyczyła przygotowywania dań głównych oraz deserów związanych z Walentynkami.

Trener kulinarny zaproponowały różne przepisy, dostosowane do potrzeb zdrowotnych uczestników, a następnie razem z beneficjentami przygotowano wybrane dania.

Drugi etap związany był z nadejściem wiosny gdzie przedstawiono możliwość pobudzenia rozleniwionego organizmu po zimie- z możliwością oczyszczenia organizmu tzw. detoksykacja. Uczestnicy przygotowywali wiosenne sałatki, zimne zakąski oraz dietetyczne i oczyszczające napoje.

Trzecim etapem były zajęcia związane z wypiekami ciast, lekkostrawnych deserów oraz propozycja potraw na świąteczny stół wielkanocny.

Czwarta część modułu związana była z wykonaniem zdrowych przekąsek, wytwornych likierów, ciekawie wyglądających kaw, a także ciasteczek, słodkich smakołyków które można podarować w prezencie. Uczestnicy projektu wykonali zdrowe, domowe przyprawy (Vegeta, sól ziołowa, cukier cynamonowy, jabłkowo-cynamonowy itp.). Ponadto odbyły się wykłady prowadzone przez wykwalifikowanego dietetyka, który odpowiadał również na nurtujące pytania uczestniczących w spotkaniu beneficjentów. Po przerwie kawowej zainteresowani mieli możliwość indywidualnych konsultacji z dietetykiem i propedeutycznego doboru diet dostosowanych do indywidualnych potrzeb.

Zajęcia odbywały się w budynku ZSiP w Domosławicach w pomieszczeniach stołówki, kuchni, a podczas spotkania z dietetykiem w sali komputerowej. Beneficjenci mieli do dyspozycji kuchnię szkolną wraz z jej wyposażeniem, a także salę multimedialną.

Metodą realizacji szkolenia były wykłady oraz warsztaty praktyczne.

Sprzęt, z którego korzystali beneficjenci był własnością osoby prowadzącej warsztaty.

Podczas każdych zajęć uczestnicy wraz z trenerem samodzielnie przygotowywali poczęstunek.

Po każdym module beneficjenci otrzymywali tematyczną broszurę wraz z kompletnymi materiałami szkoleniowymi.

Sukcesem niewątpliwie jest chęć powrotu do zapomnianej tradycji wspólnego gotowania. Zwrócenie uwagi na różnorodność posiłków odejście od monotonii i codziennej powtarzalności. Zwracanie uwagi na czytanie etykiet oraz na jakość naszego jedzenia. Uczestnicy biorą pod uwagę kaloryczność posiłków i odpowiednie łączenie produktów.

Wszystkie zajęcia z "Kursu gotowania i żywienia dla osób powyżej 18 r.ż." odbywały się w reżimie sanitarnym.

W związku z ograniczeniami i wprowadzonymi obostrzeniami spowodowanymi pandemią, zajęcia które były planowane na 27.03.2021 odbyły się 17.04.2021r.

Po zakończonym kursie i praktycznym sprawdzianie, jego uczestnicy otrzymali certyfikat LOWE potwierdzający nabyte umiejętności oraz wiedzę.

3. Szkolenie radzenia sobie ze stresem (online).

Na wstępie przeprowadzona została diagnozapotrzeb na podstawie której został przygotowany plan szkolenia. Ustalono koordynatora spotkania ze strony Szkoły. Do poprowadzenia szkolenia zaproszono eksperta – psychologa dr Julię Kaleńską-Rodzaj, badaczkę specjalizującą się w obszarze psychologii emocji i motywacji, psychoterapeutkę w trakcie certyfikacji. Utworzono plakatpromujący szkolenie, dzięki czemu możliwe było rozpowszechnienie informacji wśród potencjalnie zainteresowanych osób.

Ze względu na trwającą sytuację epidemiczną spotkania szkoleniowe odbyły się online poprzez system elektroniczny Szkoły <https://meet.google.com/eia-iykx-xnm>

Szkolenie odbyło się w dwóch grupach w terminach: 25 marca 2021 w godz. od 10:00 – 15:00 (5 godz.) dla nauczycieli szkoły muzycznej I st. oraz w dniu 29 marca 2021 w godz. od 15:00 do 20:00 dla nauczycieli szkoły podstawowej oraz nauczycieli przedszkola.

Każdy uczestnik otrzymał Certyfikat – Zaświadczenie o ukończeniu kursu radzenia sobie ze stresem.

Partnerstwo w LOWE:

Szkoła będąca Lokalnym Ośrodkiem Wiedzy i Edukacji podpisała Porozumienia współpracy z lokalnymi instytucjami na rzecz kształcenia ustawicznego osób dorosłych w społeczności lokalnej LOWE.

Porozumienia partnerstwa i współpracy zostały podpisane z;

- Partner nr 1: Miejskim Ośrodkiem Sportu i Rekreacji w Czchowie ul. Rynek 12, 32-860 Czchów NIP 869-13-37-751 reprezentowaną przez Dyrektora MOKSiR Elżbietę Ogieleń.

Partner nr 2: Ochotniczą Strażą Pożarną w Biskupicach Melsztyńskich 137 A, 32-860 Czchów reprezentowaną przez Prezesa Straży Pożarnej Antoniego Krzyżaka.

Partner nr 3: Gminą Zakliczyn ul. Rynek 32, 32-840 Zakliczyn, reprezentowaną przez Burmistrza Zakliczyna Dawida Chrobaka.

Partner nr 4: Zakliczyńskie Centrum Kultury, ul. Rynek 1, 32-840 Zakliczyn, reprezentowaną przez Dyrektora ZCK Kazimierza Dudzika.

Partner nr 5: Koło Gospodyń Wiejskich w Biskupicach Melsztyńskich 137 A, 32-860 Czchów reprezentowane przez Przewodniczącą Koła Gospodyń Krystynę Krzan.

Partner nr 6: Entuzjaści Uśmiechu Stowarzyszenie Pomocy Osobom Niepełnosprawnym w Domosławicach, Domosławice 24, 32-860 Czchów, reprezentowane przez Prezesa Stowarzyszenia Kazimierza Wojnickiego.

Partner nr 7: Parafia Nawiedzenia Najświętszej Maryi Panny w Domosławicach, Domosławice 74, 32-860 Czchów, reprezentowana przez Proboszcza ks. Marka Kądziołkę.

Wymienieni Partnerzy czynnie zaangażowali się w działania na rzecz LOWE. Aktywizują społeczność lokalną do udziału w różnych formach szkoleń, kursów, warsztatów. Aktywnie promują LOWE, są wsparciem w zakresie doradczym i merytorycznym. Czynnie biorą udział w organizowaniu szkoleń kursów dla społeczności lokalnej. Wspierają aktywnie edukację i samodzielne uczenie się osób dorosłych, a co za tym idzie rozwój kompetencji kluczowych i umiejętności społecznych, a także skutecznie przeciwdziałają wykluczeniu społecznemu różnych grup mieszkańców naszego regionu.

Podsumowanie:

Projekt LOWE cieszy się w naszym środowisku dużym zainteresowaniem. Poprzez uczestnictwo w zajęciach, a również poprzez kontakty nieformalne z innymi uczestnikami, beneficjenci zdobyli nowe spojrzenie na proces uczenia się, nabrali przekonania że proces ten ma ogromne znaczenie dla każdego człowieka, a szczególnie – dla kogoś, kto już dawno jest poza systemem edukacji. Dlatego też, rozwijanie czy nabywanie nowych kompetencji powinno stać się regułą i towarzyszyć młodym i nieco starszym ludziom. Opracowując harmonogramy kursów, szkoleń, warsztatów chcieliśmy zwrócić szczególną uwagę na samodzielne przygotowanie uczestników do rozwiązywania problemów, co jest dla każdego człowieka niezbędną kompetencją. Chcemy dążyć do osiągnięcia tego celu poprzez różnorodność warsztatów, szkoleń ale też – poprzez stawianie wymagań odnośnie jakości przygotowania osobistego. Nabyte kompetencje w zakresie umiejętności funkcjonowania w cyfrowym świecie, kompetencje osobiste, społeczne i w zakresie uczenia się, nawiązywania osobistych i grupowych kontaktów z grupą, otwieramy naszych uczestników na poznanie nowych umiejętności, a równocześnie uczymy ich postaw otwartości, tolerancji wobec ich kolegów z grupy, bez względu na posiadaną wiedzę czy umiejętności.

Odsetek osób dorosłych (w ramach grupy docelowej) objętych w wsparciem funkcjonującego LOWE w tym okresie rozliczeniowym wynosi 63%, osób grupy docelowe którzy nabyli lub rozwinęli swoje kompetencje kluczowe.

Nadmieni należy, że największą przeszkodą podczas organizacji i realizacji zajęć w ramach LOWE była i jest pandemia koronawirusa SARS-CoV-2 oraz związane z tym obostrzenia. Niejednokrotnie terminy rozpoczynających się zajęć musiały ulec zmianie lub zostawały już w trakcie trwania kursów przesuwane w czasie. W tym kontekście obecna sytuacja ma duży wpływ na realizację umów związanych z projektem LOWE.

4. Informacja o zrealizowanych szkoleniach w danym okresie rozliczeniowym (jeśli dotyczy) (należy podać nazwę szkolenia, termin realizacji, liczbę zrealizowanych godzin, liczbę osób w grupie w podziale na K i M).

Lp.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
	Nazwa szkolenia	Termin realizacji	Liczba zrealizowanych godzin	Liczba uczestników szkolenia		
				Kobiety	Mężczyźni	Ogółem
1	Kurs komputerowy dla osób powyżej 18 r.ż.	13.02.2021 – 20.02.2021.	20 godzin	27	3	30
2	Kursu zdrowego żywienia i gotowania dla osób powyżej 18 r.ż - z podziałami na bloki tematyczne:	13.02.2021 27.02.2021 13.03.2021 17.04.2021	34 godzin	29	1	30



6	1. Walentynki zdrowo i kolorowo, 2. Powitaj wiosnę z nową energią 3. Wielkanoc kiedyś i dziś. 4. Jadalne prezenty. Spotkanie z dietetykiem Szkolenie radzenia sobie ze stresem	25.03.2021	5 godzin	36	23	59
7	Szkolenie radzenia sobie ze stresem	29.03.2021	5 godzin	21	4	25
Ogółem:			50 godzin	113	31	144

Uwagi

Liczba uczestników wykazana w tabelach z podziałem na kobiety i mężczyzn jest wyższa od liczby beneficjentów wyszczególnionych w tabeli EXCEL „uczestnicy projektu grantowego”. Różnica wynika z tego, że 18 osób uczestniczyło w dwóch lub trzech kursach jednocześnie.

W miesiącu marcu i kwietniu 2021 r. rozpoczęły się i trwają następujące kursy:

- Kurs siatkówki dla osób 18+
- Warsztaty dla orkiestry kameralnej przy OSP w Złotej
- Warsztaty florystyczne (zakończenie w maju 2021r.)
- Kurs pszczelarstwa (rozpocznie w maju 2021r.)
- Kurs udzielania pierwszej pomocy (rozpocznie się 04 maja 2021r.)
- Kurs pływania (rozpocznie się w czerwcu 2021r.)
- Warsztaty dla Zespołu Artystycznego Małopolska (rozpoczęcie maj 2021r.)

4a. Informacja o zrealizowanych szkoleniach w danym okresie rozliczeniowym (należy wskazać nabyte kompetencje kluczowe, sposób weryfikacji efektów kształcenia, liczba (%) uczestników, którzy nabyli nowe kompetencje).					
Lp.	(1)	Nabyte kompetencje kluczowe	(2)	(3)	(4)
	Nazwa szkolenia		Sposób weryfikacji efektów kształcenia	Liczba uczestników w szkolenia	Liczba uczestników, którzy podwyższyli/ nabyli nowe kompetencje kluczowe
1.	<p>Kurs komputerowy dla osób powyżej 18 r.ż. Moduły:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tworzenie dokumentów aplikacyjnych • Obsługa poczty elektronicznej • Konto bankowe • Tworzenie kont społecznościowych • Platforma E-pacjent 	<p>1. Kompetencje informatyczne: Nabyte umiejętności:</p> <ul style="list-style-type: none"> - umiejętność i krytyczne wykorzystanie technologii informacyjnych w pracy i życiu codziennym, - rozumienie wyświetlanych komunikatów graficznych i słownych, - pozyskiwanie, przetwarzanie, selekcjonowanie i wymiana informacji, - stosowanie zasad tworzenia pism użytkowych, - udostępnianie dokumentu do pracy zespołowej, - stosowanie zasad netykiety, bezpieczne i odpowiedzialne korzystanie z poczty elektronicznej, - pozyskiwanie, przetwarzanie, selekcjonowanie i wymiana informacji, - stosowanie zasad tworzenia pism użytkowych, - komunikatywne tworzenie dokumentów i pism użytkowych, - zdolność poszukiwania, gromadzenia i przetwarzania informacji z omawianych zakresów tematycznych oraz ich praktyczne wykorzystanie, - umiejętność i krytyczne wykorzystywanie zasobów Internetu, - bezpieczne wykorzystanie systemów informatycznych do przetwarzania danych osobowych. <p>2. Porozumiewanie się w języku ojczystym: Nabyte umiejętności:</p> <ul style="list-style-type: none"> - rozumienie wyświetlanych komunikatów graficznych i słownych, - kształcenie zdolności komunikatywnego porozumiewania się w języku ojczystym z innymi, - inicjowanie, podtrzymywanie i kończenie rozmowy zgodnie z przyjętymi zasadami. <p>3. Inicjatywność i przedsiębiorczość: Nabyte umiejętności:</p> <ul style="list-style-type: none"> - oceny mocnych i słabych stron siebie oraz podejmowanego działania, - uświadomienie potrzeby determinacji w kierunku realizowanych celów, - uświadomienie potrzeby inicjatywności, aktywności i innowacyjności w życiu prywatnym i zawodowym, - umiejętność oceny ryzyka podejmowanych przedsięwzięć <p>4. Kompetencje społeczne i obywatelskie: Nabyte umiejętności:</p> <ul style="list-style-type: none"> - kształcenie zdolności komunikatywnego porozumiewania się z innymi, - poszanowanie prywatności i godności innych osób, przestrzeganie netykiety, - radzenie sobie z problemami oraz ze stresem, 	Ankieta przeprowadzonym kursie	30 osób	30 osób

		<p>- <i>współpraca w grupie lub w zespole.</i> - <i>zdolność konstruktywnego porozumiewania się w różnych sytuacjach,</i> - <i>umiejętność strategicznego zarządzania stroną na Facebooku,</i> - <i>wykorzystanie znajomości idei social media i implikacji dla biznesu w zarządzaniu stroną,</i> - <i>umiejętne posługiwanie się własnymi danymi osobowymi</i> 5. Umiejętność uczenia się: <i>Nabyte umiejętności:</i> - <i>samodoskonalenie charakteryzujące się samodyscypliną,</i> - <i>korzystanie z różnych źródeł informacji w tym samouczków oaz filmów instruktażowych,</i> - <i>dzielenie się nabytą wiedzą i umiejętnościami z innymi,</i> - <i>samoocena posiadanej wiedzy i umiejętności.</i> 6. Kompetencje matematyczne i podstawowe kompetencje naukowo-techniczne - <i>rozumienie terminów i pojęć bankowych</i> - <i>umiejętność stosowania głównych zasad i procesów matematycznych w codziennych sytuacjach,</i> - <i>umiejętność śledzenia i oceniania ciągów argumentów,</i> - <i>umiejętność rozumowania matematycznego, komunikacji w języku matematycznym,</i> - <i>zdolność do wykorzystania i posługiwania się narzędziami technicznymi oraz danymi naukowymi do osiągnięcia celu bądź podjęcia decyzji.</i> - <i>krytyczne rozumienie i ciekawość poznawcza,</i> - <i>poszanowanie zarówno bezpieczeństwa, jak i trwałości, w szczególności w odniesieniu do postępu naukowo-technicznego w kontekście osoby, rodziny, społeczności i zagadnień globalnych.</i></p>			
2.	<p>Kursu zdrowego żywienia i gotowania dla osób powyżej 18 r.ż Moduły:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Walentynki zdrowo i kolorowo • Powitaj wiosnę z nową energią • Wielkanoc kiedyś i dziś. • Jadalne prezenty. Spotkanie z dietetykiem 	<p>1.Swiadomość i ekspresja kulturalna <i>Nabyte umiejętności:</i> - <i>wyrażanie siebie poprzez różne środki wyrazu artystycznego,</i> - <i>kreatywność i pielęgnowanie zdolności estetycznych,</i> - <i>pogłębienie wiedzy z zakresu nowych technik tworzenia dekoracji,</i> - <i>gotowość do autokreacji i ekspresji siebie przez sztukę.</i> 2.Inicjatywność i przedsiębiorczość <i>Nabyte umiejętności:</i> - <i>poznanie dodatkowego źródła zarobkowania,</i> - <i>umiejętność oceny mocnych i słabych stron samego siebie, jak i podejmowanego działania,</i> - <i>umiejętność oceny ryzyka podejmowanych przedsięwzięć,</i> - <i>uświadomienie potrzeby determinacji w kierunku realizowanych celów,</i> 3.Kompetencje społeczne i obywatelskie <i>Nabyte umiejętności:</i> - <i>zdolność konstruktywnego porozumiewania się w różnych sytuacjach,,</i> - <i>radzenie sobie ze stresem,</i> - <i>współpraca w zespole,</i> - <i>poszanowanie prywatności i godności innych osób</i> 4.Umiejętność uczenia się <i>Nabyte umiejętności:</i> - <i>zdobycie wiedzy i umiejętności w zakresie wykonywania posiłków adekwatnych do pór roku i okazji</i></p>	<p>-przygotowanie potraw -nakrywanie do stołu -omawianie przepisów ze zwróceniem uwagi na wartości odżywcze. -dzielenie się efektami wykonanych dań -omawianie przepisów dań narodowych -przygotowanie oraz pakowanie prezentów</p>	30 osób	30 osób

		<p>- wykorzystywanie zasad zdrowego odżywiania w życiu codziennym, - samodoskonalenie charakteryzujące się samodyscypliną, - dzielenie się nabytą wiedzą i umiejętnościami, - umiejętność samooceny posiadanych umiejętności, 5.Porozumiewanie się w języku ojczystym Nabyte umiejętności: - umiejętność porozumiewania się w mowie w różnych sytuacjach komunikacyjnych, - używanie języka polskiego w sposób odpowiedzialny społecznie</p>			
3.	Szkolenie radzenia sobie ze stresem	<p>1.Umiejętność uczenia się Nabyte umiejętności: - zdobycie wiedzy i umiejętności z zakresu funkcjonowania różnych osobowości, - samodoskonalenie charakteryzujące się samodyscypliną, - wdrożenie nabytej wiedzy i umiejętności w relacjach inter i intrapersonalnych - umiejętność samooceny posiadanych nawyków i umiejętności zachowań, - sposoby radzenia sobie ze stresem, 2 Porozumiewanie się w języku ojczystym Nabyte umiejętności: - umiejętność porozumiewania się w mowie w różnych sytuacjach komunikacyjnych, - używanie języka polskiego w sposób odpowiedzialny społecznie, - umiejętność poszukiwania, gromadzenia i przetwarzania informacji, - formułowanie i wyrażanie własnych przekonań popartych argumentami w przekonujący sposób, odpowiedni do kontekstu sytuacyjnego, 3.Kompetencje społeczne i obywatelskie Nabyte umiejętności: - umiejętna komunikacja interpersonalna, - zdolność konstruktywnego porozumiewania się w różnych sytuacjach,, - współpraca w zespole, - poszanowanie prywatności odmienności poglądów innych osób -umiejętne rozwijanie w sobie podejścia życzliwości, akceptacji i współczucia w celu zmniejszenia podatności na stres (profilaktyka)</p>	Pytania diagnozujące wybrane kompetencje grupy na początku i na końcu spotkania. Treść wypowiedzi uczestników w trakcie dyskusji. Przedstawienie przez uczestników na forum efektów u wniosków z wykonanych podczas spotkania ćwiczeń indywidualnych.	84	84

5. Zestawienie dokumentów potwierdzających realizację powierzonego grantu(należy wykazać dokumenty potwierdzające realizację merytoryczną grantu np. dzienniki zajęć, listy obecności, dokumentacja fotograficzna, protokoły odbioru, itp.)

1.W trakcie prowadzonego kursu komputerowego dla osób powyżej 18 r.ż. zgromadzono następującą dokumentację:

- Plakaty promujące kurs komputerowy;
- Formularze rekrutacyjne do projektu grantowego, karty uczestnika projektu, deklaracja uczestnictwa w projekcie grantowym, zgody na przetwarzanie danych osobowych;
- Ankiety przed i po kursie;
- Dziennik zajęć;

- Listy obecności;
- Dokumentację fotograficzną;
- Protokoły odbioru certyfikatów i zestawu biurowego;
- Faktury za zakupione materiały (zestaw biurowy) i catering.

2. W ramach realizacji projektu „Kurs zdrowego żywienia i gotowania dla osób powyżej 18 r.ż.” zgromadzono następującą dokumentację:

- Plakaty i informacje dotyczące kursu;
- Formularze rekrutacyjne do projektu grantowego, karty uczestnika projektu, deklaracja uczestnictwa w projekcie grantowym, zgody na przetwarzanie danych osobowych;
- Ankiety przed i po kursie;
- Dziennik zajęć,
- Listy obecności,
- Dokumentację fotograficzną,
- Książeczki z przepisami-broszury,
- Protokół odbioru zaświadczeń- certyfikatów,
- Faktury za zakupione artykuły przemysłowo-chemiczne i spożywcze na realizację zadań projektu.

3. W ramach realizacji projektu „Szkolenie radzenia sobie ze stresem” zgromadzono następującą dokumentację:

- Formularze rekrutacyjne do projektu grantowego, karty uczestnika projektu, deklaracja uczestnictwa w projekcie grantowym, zgody na przetwarzanie danych osobowych;
- Listy obecności na szkoleniu;
- Dokumentację PrtSc ze szkolenia;
- Protokół odbioru zaświadczeń- certyfikatów;
- Faktury za szkolenie;

6. Uwagi, które mogą mieć znaczenie przy ocenie wydatkowania środków przy realizacji grantu

Kalkulacji kosztów dokonano na podstawie rozeznania rynku i wybrano najkorzystniejsze ceny, które zostały skalkulowane w budżecie LOWE. Ponadto, przedstawione koszty zostały skalkulowane pod względem optymalnej liczebności grup zapewniającej uczestnikom komfort nauki.

W ramach zrealizowanych kursów i szkoleń zakupiono następujące materiały szkoleniowe:

- Pendrive pamięć 32 GB – 30 szt.
- Blok biurowy A4 – 30 szt.
- Papier ksero – 1 ryza
- Długopisy – 30 szt.
- art. spożywcze, chemiczne do prowadzenia kursu zdrowego żywienia i gotowania, prowadzenia zdrowego trybu życia.

Oświadczam(y), że:

- 1) od daty zawarcia umowy nie zmienił się status prawny operatora(-rów) grantu;
- 2) wszystkie informacje podane w niniejszym sprawozdaniu są zgodne z aktualnym stanem prawnym i faktycznym;
- 3) w zakresie związanym z merytoryczną realizacją grantu, w tym z gromadzeniem, przetwarzaniem i przekazywaniem danych osobowych, a także wprowadzaniem ich do systemów informatycznych, osoby, których dotyczą te dane, złożyły stosowne oświadczenia zgodnie z ustawą z dnia 10maja 2018 r. o ochronie danych osobowych (Dz.U. z 2019 r. poz. 1781)

<p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p style="text-align: center;">Pieczęć i podpis osoby upoważnionej lub podpisy osób upoważnionych</p> <p style="text-align: center;">Data28.04.2021r.</p>
--

POUCZENIE

Sprawozdania składa się osobiście lub przesyła przesyłką poleconą na adres Grantodawcyw terminie przewidzianym w umowie.