

Z życia organizacji

II Olsztyński Piknik Organizacji Pozarządowych

Stowarzyszenie „Bajka” wspólnie ze Związkiem Stowarzyszeń „Razem w Olsztynie” zaprasza na II Olsztyński Piknik Organizacji Pozarządowych (OPOP).

Termin pikniku - 3 czerwca 2016 r. godz. 12.00, miejsce: Park Centralny. Jeżeli chcecie wziąć udział w pikniku prosimy o zgłoszenie, najpóźniej do 10 maja, na adres: ocop.olsztyn@gmail.com lub tel. 503 680 500. Zapraszamy do udziału we wspólnej zabawie!

Konkurs : Czym jest dla Ciebie patriotyzm?

Nie słuchaj innych. Sam pokaż, czym jest patriotyzm i kim są współcześni bohaterowie. To hasło konkursu #63PL organizowanego przez Muzeum Powstania Warszawskiego i Fundację Off Camera przy współpracy Onet.pl. Konkurs filmowy #63PL jest skierowany do młodych ludzi w wieku 16-19 lat, którzy chcą odpowiedzieć na pytanie Czym jest dla Ciebie patriotyzm? Nie ma złych odpowiedzi. Nie oceniamy przekonań politycznych, poglądów, zasad życiowych, tylko artystyczne aspekty 63-sekundowego dzieła. Nagrody zostaną przyznane przez jury, w skład którego wchodzi: Jan Komasa, (reżyser filmowy), Jan Ołdakowski (Muzeum Powstania Warszawskiego), Anna Trzebiatowska (Netia Off Camera) oraz Bartosz Węglarczyk (Onet.pl).

Zasady konkursu: od 13 do 29 kwietnia włącznie należy nagrać i wysłać 63-sekundowy materiał audiowizualny opracowany w dowolnej technice. Może być kręcony smartfonem, kamerą czy aparatem fotograficznym. Istotne jest, by w swoim przekazie odpowiadał na pytanie konkursowe. Nagrany materiał należy zamieścić w darmowym, wirtualnym dysku OnetDysk i udostępnić do oceny jury na podany w regulaminie adres e-mail: spot#63PLkonkursfilmowy http://www.1944.pl/o_muzeum/news/63pl_konkurs_filmowy http://www.1944.pl/img/newsImages/file/REGULAMIN_63pl.pdf <http://onet.tv/k/63pl>

Olsztyńska Majówka Modelarska
Fundacja „Szalony Krasnolud” oraz środowisko olsztyńskich modelarzy mają przyjemność zaprosić wszystkich Państwa na VII. Festiwal Modelarski - Olsztyńską Majówkę Modelarską, która odbędzie się w dniach 21-22 maja 2016 roku.

Cd. na str. 2

DONOSICIEL pozarządowy

Biuletyn olsztyńskich organizacji

Rok 9, nr 3/95, kwiecień 2016

www.ocop.olsztyn.pl



Konferencja „Bezpieczna różnorodność na Warmii i Mazurach”

12 kwietnia 2016 roku w Hotelu Warmińskim odbyła się konferencja mająca na celu promowanie działań na rzecz akceptacji i wspierania różnorodności narodowej, kulturowej i wyznaniowej w regionie oraz przeciwdziałania przejawom dyskryminacji. Konferencja tym samym podsumowała 2-letni projekt „Bezpieczna różnorodność na Warmii i Mazurach”.

Do wzięcia udziału zaproszeni zostali przedstawiciele władz rządowych i samorządowych oraz eksperci z zakresu prawa konstytucyjnego, wielokulturowości na Warmii i Mazurach oraz działań antydyskryminacyjnych, osoby, które na terenie powiatów odpowiadają za sprawy oświaty, przedstawiciele mniejszości, fundacji i stowarzyszeń działających na rzecz mniejszości narodowych i etnicznych oraz zajmujących się przeciwdziałaniem dyskryminacji. Do udziału w konferencji zaproszono uczestników warsztatów – nauczycieli szkół gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych oraz policjantów z komend miejskich i powiatowych.

Celem projektu było promowanie działań na rzecz akceptacji i wspierania różnorodności narodowej, kulturowej i wyznaniowej oraz przeciwdziałania przejawom dyskryminacji na Warmii i Mazurach. Miał on także zwrócić uwagę mieszkańców regionu, a szczególnie środowisk zajmujących się edukacją, na potrzebę wspólnych działań na rzecz tolerancji i dialogu międzykulturowego.

Pomysłodawcą i partnerem projektu była warmińsko – mazurska policja, a jej liderem Stowarzyszenie Wspólnota Kulturowa „Borussia”. W projekcie uczestniczył również Oddział TVP Olsztyn. Dzięki współpracy z TVP Olsztyn i innymi podmiotami została przeprowadzona kampania edukacyjno – informacyjna na rzecz tolerancji. W ramach projektu prowadzone były warsztaty w każdym powiecie po jednym w każdym spotkaniu uczestniczyło jednorazowo 25 nauczycieli, dwóch policjantów. Otrzymali oni wiedzę i umiejętności interaktywnej pracy z młodzieżą na rzecz tolerancji oraz dzięki współpracy Komendy Wojewódzkiej Policji w Olsztynie na temat sposobów



reagowania w sytuacjach o cechach dyskryminacyjnych. W sumie odbyło się 21 warsztatów. Jako pierwsi szkolili się nauczyciele i policjanci z Olsztyna. Podczas nich Aleksander Suhak oraz Ewa Romanowska ze Wspólnoty Kulturowej „Borussia” poruszyli społeczne aspekty kulturowości, przeprowadzili ćwiczenia z antydyskryminacji oraz wspólnie z nauczycielami wypracowali sposób włączenia zagadnień z wielokulturowości i tolerancji do programów nauczania. Z kolei Jacek Purski zajmujący się monitoringiem zdarzeń o charakterze nacjonalistycznym opowiedział o zjawisku faszystów, neonazizmu obecnie w Polsce. Kom. Sebastian Kajczyński Pełnomocnik Komendanta Wojewódzkiego Policji w Olsztynie ds. Ochrony Praw Człowieka, zapoznał nauczycieli z zagadnieniami tzw. przestępstw z nienawiści, symboliki mowy nienawiści, odpowiedzialności prawnej nieletnich oraz obowiązków szkoły w przypadku zaistnienia zdarzenia motywowanego uprzedzeniami. Podczas konferencji zaproszeni goście z różnych środowisk, dzielili się swoimi doświadczeniami zdobytymi podczas projektu oraz przytaczali przykłady z własnego podwórka. Podkreślili, iż dzielące nas różnice kulturowe, wyznaniowe czy polityczne będą kością niezgody w posza-

nowaniu praw innych mniejszości narodowych. Nadzieją w zmianie nastawienia jest szeroko zakrojona edukacja w szkołach po przez właśnie takie inicjatywy jak: spotkania z ludźmi innych kultur, prezentacje własnych działań, dzielenie się dobrymi praktykami na antenie lokalnych mediów i ich nagłaśnianie. Nauczycieli zaś zachęcano do nabywania nowych, ciekawych umiejętności w komunikowaniu się z innymi nacjami kulturowymi zamieszkującymi ich najbliższe otoczenie.

Młodzież szkolna i ich opiekunowie wykazała się dojrzałością zgłębiania tematyki holokaustu. Sami uczniowie przyznali realizując swój zamysł, iż będą na aspekt dyskryminacji rasowej patrzeć inaczej.

Nasz region jest różnorodny, a jego ludność w dużej mierze napływowa, dlatego ten program ma promować i edukować całą społeczność, by każdy z nas czuł się bezpiecznie w naszej „małej ojczyźnie”.

Efektom projektu, jest wprowadzenie zagadnień edukacji międzykulturowej do programów szkół, realizacja przez nie projektów antydyskryminacyjnych oraz poradnik metodyczny zawierający sposoby postępowania w sytuacjach występowania zjawiska dyskryminacji na terenie szkół.

Warunki uczestnictwa w imprezie:

1. W konkursie mogą uczestniczyć modelarze indywidualni i zrzeszeni.
2. Warunkiem uczestnictwa w konkursie jest wypełnienie formularza zgłoszeniowego dla każdego modelu oraz uiszczenie opłaty startowej w wysokości 10 zł od osoby (opłata startowa dotyczy tylko seniorów).
3. Zgłoszenie modelu do konkursu jest równoznaczne z akceptacją regulaminu.

XVIII Festyn Integracyjny o charakterze rekreacyjnym pod nazwą „Jesteśmy Razem”.

Tradycyjnie już, jak co roku, z inicjatywy Warmińsko-Mazurskiego Sejmiku Osób Niepełnosprawnych oraz Regionalnego Ośrodka Polityki Społecznej Urzędu Marszałkowskiego a także Miejskiego Ośrodka Kultury, 21 maja w godz. 11.00-14.00 odbędzie się na Starym Mieście w Olsztynie XVIII Festyn Integracyjny o charakterze rekreacyjnym pod nazwą „Jesteśmy Razem”. Głównym celem imprezy jest przybliżenie dorobku artystycznego osób niepełnosprawnych. Ze względów organizacyjnych, zainteresowani proszeni są o kontakt z Panem Sebastianem Grochowskim, tel. 89/ 535 15 50 lub 89/ 523 22 14, w terminie do 6 maja 2016 r.

Bezpłatne doradztwo dla NGO

Olsztyńskie Centrum Organizacji Pozarządowych oferuje bezpłatną pomoc przy przygotowaniu ofert konkursowych. Organizacje zainteresowane tą ofertą proszone są o kontakt: ocop.olsztyn@gmail.com, lub tel. 503-680-500. Bezpłatne doradztwo można uzyskać też m.in. w zakresie: rozliczania ofert z realizacji zadań publicznych oraz pisanie i rozliczanie projektów.

Osoby zajmujące się w organizacji sprawami księgowymi i finansowymi zapraszamy do skorzystania z bezpłatnego doradztwa we wtorek godz. 17-18.

Doradztwo jest organizowane przez Związki Stowarzyszeń „Razem w Olsztynie” w ramach projektu „Olsztyńskie Centrum Organizacji Pozarządowych” realizowanego przy współudziale finansowym Gminy Olsztyn.

Bezpłatne porady Fundacji FIKA

Fundacja Inicjatywa Kobiet Aktywnych zaprasza do OCOP przy ul. Tarasa Szewczenki 1 na bezpłatne porady prawne w środy w godz. 11-14 oraz w piątki w godz. 11-14 na porady prawne i mediacje. Tel. 505- 344-605.

Z pomocy prawnej może skorzystać każdy. Zapraszamy

OCOP wypożycza sprzęt...

Zapraszamy organizacje pozarządowe z Olsztyna i powiatu olsztyńskiego do wypożyczenia w naszym

Cd. na str. 3

Poznaliśmy laureatów miejskiego etapu konkursu „Ośmiu Wspaniałych” – więcej takich postaw.

W tym roku zgłoszonych zostało ok. 70 uczniów olsztyńskich szkół. Pośród nich kapituła wybierała tych, których działania są najbardziej oryginalne, zaskakujące, najlepiej wpisujące się w konkurs.

Młodzież została wyróżniana w trzech kategoriach: grupowej oraz indywidualnych 10-13 lat i 14-19 lat.

Za ogólnopolską część konkursu odpowiada Fundacja Świat na Tak. Pomysł na przedsięwzięcie jest prosty. - Każde miasto dokonuje wyboru, a następnie przedstawia całość Polsce, w eliminacjach ogólnopolskich swoją wspaniałą młodzież - wyjaśnia Monika Michniewicz z Biura ds. Współpracy z Organizacjami Pozarządowymi Urzędu Miasta. Stolicę województwa podczas ogólnopolskich zmagania będzie reprezentować Ignacy Błotniak z II klasy Społecznego Gimnazjum 101. Jego lista aktywności jest niezwykle długa.

Od najmłodszych lat bierze udział oraz zachęca innych do uczestnictwa w akcjach organizowanych na terenie szkoły i miasta. Od tego roku jest wolontariuszem Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy. Jest również aktywnym członkiem Szkolnego Koła Caritas, gdzie wspólnie z kolegami i koleżankami kwestował na rzecz Olsztyńskiego Hospicjum Domowego organizując paczki mikołajowe dla najmłodszych podopiecznych. W zeszłym roku swoją pracą i zaangażowaniem wspierał budowę pierwszego w Województwie Niepublicznego Młodzieżowego Ośrodka Socjoterapii. W ramach Międzynarodowego Dnia Praw Człowieka dwukrotnie zorganizował w szkole Maraton Pisania Listów dla Amnesty International. On sam mówi, że ma takie poczucie, że jeśli tylko może, to powinien pomagać i nie oczekuje wdzięczności. Nagrody nie są celem jego działalności, choć takie wydarzenia, jak dzisiejsze, są bardzo miłe.



Pozostałe osoby ze Wspaniałej „Ósemeczki”:

1. Wiktoria Maksymiuk - uczennica V klasy ze Szkoły Podstawowej nr 9 w Olsztynie
2. Michał Jelewski - uczeń 3 klasy Gimnazjum nr 8 w Olsztynie
3. Klaudia Szmigiel - uczennica 3 klasy Gimnazjum nr 13 w Olsztynie
4. Barbara Bładowska - uczennica 3 klasy Gimnazjum nr 5 w Olsztynie
5. Małgorzata Kocenko - uczennica 3 klasy Gimnazjum nr 5 w Olsztynie

6. Magdalena Świdarska - uczennica 3 klasy Liceum Ogólnokształcącego nr II w Olsztynie
Szczególne wyróżnienie dla Julii Moszczyńskiej uczennicy 3 klasy Gimnazjum nr 5 w Olsztynie
To już XXII edycja Samorządowego Konkursu Nastolatków „Ośmiu Wspaniałych”. Bierze w nim udział 85 miast. Tegoroczny finał odbędzie się w połowie czerwca w Prudniku.

„Godni Naśladowania” XIII edycja konkursu – Zapraszamy do udziału.

Konkurs „Godni Naśladowania” jest inicjatywą organizacji pozarządowych reprezentowanych w Radzie Organizacji Pozarządowych Województwa Warmińsko-Mazurskiego, realizowaną od 2004 r. pod honorowym patronatem Marszałka Województwa Warmińsko-Mazurskiego.

Rozstrzygnięcie konkursu następuje podczas wojewódzkiej konferencji organizacji pozarządowych, realizowanej we współpracy z Samorządem Województwa Warmińsko-Mazurskiego. Celem konkursu jest przede wszystkim promowanie działalności obywatelskiej i aktywności społecznej, realizowanych głównie poprzez organizacje pozarządowe, ale również i grupy niesformalizowane. Co roku wpływa wiele kandydatur do nagród, co świadczy o rosnącym prestiżu tego konkursu, a laureaci uzyskują uznanie wśród całego sektora pozarządowego. **Nagrody przyznawane będą w następujących kategoriach:**

Kategoria I: Najlepsza inicjatywa organizacji pozarządowych województwa warmińsko-mazurskiego
Kategoria II: Samorząd przyjazny organizacjom obywatelskim
Kategoria III: Podmiot dialogu społecznego lub obywatelskiego województwa warmińsko-mazurskiego
Kategoria IV: Najlepsza inicjatywa na rzecz osób starszych w województwie warmińsko-mazurskim
Kategoria V: Animator społeczny
Kategoria VI: Najlepszy produkt ekonomii społecznej województwa warmińsko-mazurskiego
Kategoria VII: Najlepsza inicjatywa organizacji pozarządowych woje-

wództwa warmińsko-mazurskiego o charakterze międzynarodowym
Kategoria VIII: Grupa Młodzieżowa z Warmii i Mazur Godna Naśladowania
Rozstrzygnięcie konkursu nastąpi na Gali konkursu Godni Naśladowania w dniu 6 czerwca 2016 roku
Zgłoszenia należy przesyłać do 29 kwietnia 2016 roku (decyduje data wpływu wniosku) na adres Rady Organizacji Pozarządowych Województwa Warmińsko-Mazurskiego, ul. Marka Kotańskiego 1, 10-167 Olsztyn lub w przypadku wersji elektronicznej na adres godninaśladowania@gmail.com
W razie pytań zapraszamy do kontaktu z Panią Anna Maria Nadgrabska, tel. 89 523 73 45; 510 903 547

Szkolenie „Jak tworzyć treści atrakcyjne dla odbiorców NGO?”

Związek Stowarzyszeń „Razem w Olsztynie” prowadzący Olsztyńskie Centrum Organizacji Pozarządowych w dniu 26.04.2016 r. przeprowadziła szkolenie pt. „Jak tworzyć treści atrakcyjne dla odbiorców NGO?”, które przeprowadziła Alina Stasiak (specjalistka public relations, budowania wizerunku i marki z wieloletnim doświadczeniem zdobywanym podczas pracy w mediach, agencjach reklamowych oraz dużych firmach korporacyjnych). Celem szkolenia było przygotowanie przedstawicieli organizacji pozarządowych do prowadzenia sprawnej i skutecznej komunikacji dotyczącej działalności ich organizacji, zdobycie umiejętności docierania do właściwych grup docelowych i tworzenie treści, które będą ciekawe i zrozumiałe dla odbiorców.

Program szkolenia:
1. Public Relations i marketing treści – co to jest i kto tego potrzebuje?
2. Buduj profesjonalny wizerunek i markę swojej organizacji.
3. Dlaczego organizacje NGO muszą nauczyć się komunikacji?

4. Pielęgnowanie relacji z biznesem i działania korzystne dla obu stron.
5. Kształtowanie wizerunku w Internecie – media społecznościowe, jako kanały komunikacji.
6. Kontakty z mediami. Co i dlaczego interesuje dziennikarzy?
7. Pisania dobrych tekstów – talent wrodzony, czy wypracowana umiejętność?
Efekt szkolenia – przygotowane materiały prasowe dotyczące działalności organizacji, będą umieszczone w kolejnych numerach miesięcznika „Donosiciel Pozarządowy”.

Migiem przez świat – Głusi zakładają NGO

Projekt „Głusi zakładają NGO – poradnictwo i wsparcie”, realizowany jest w okresie od 06.04.2015 do 30.04.2016, skierowany jest do osób niesłyszących z całego kraju, którzy są zainteresowani prowadzeniem lub działalnością w stowarzyszeniach lub fundacjach. Często spotykamy się z osobami głuchymi i niedosłyszącymi, którzy są zainteresowani tego typu działalnością, ale nie potrafią sobie poradzić z np. pisaniem pism urzędowych, czy też kontaktami z innymi instytucjami, dlatego ich działania mają przeważnie charakter indywidualny oraz skupiają się na ograniczonej liczbie odbiorców.

Projekt ma przede wszystkim pomóc takim osobom oraz NGO w prowadzeniu tego typu działalności. Głównym celem jest wzbudzenie zainteresowania i uświadomienie takich osób, że pomimo barier komunikacyjnych mogą normalnie prowadzić stowarzyszenie lub fundację bez obaw. Dzięki wykładom w języku migowym udostępnianym na stronie internetowej głusi.tv oraz poradnikom wydawanym w formie płyt DVD przesyłanym do NGO pozwoli osobom zainteresowanym dowiedzieć się jak założyć i prowadzić stowarzyszenie lub fundację, co to są organizacje pozarządowe i trzeci

sektor, dlaczego i kiedy warto założyć organizację jakich błędów należy unikać w prowadzeniu organizacji pozarządowej. Ponadto prowadzone są bezpłatne dyżurny on-line. W ramach projektu zapewnione jest wsparcie dla trzech NGO założonych przez ON przez okres sześciu miesięcy.

Biuro Projektu:
Centrum Edukacji i Wsparcia „RES-GEST”
ul. Langiewicza 22
35-085 Rzeszów
tel./fax: 17 852 92 33
kom: 785 141 060
e-mail: res-gest@wp.pl

Dok. ze str. 2

Centrum: namiotów, rzutnika, ekranu, krzeseł, sztalug, skarbon do kwe-stowania, podgrzewaczy do wody itp. Kontakt: e- mail: sekretariat.ocop@gmail.com; tel. 503 680 500

...i książki

Olsztyńskie Centrum Organizacji Pozarządowych prowadzi bibliotekę, której zasoby dostępne są dla osób odwiedzających OCOOP w godzinach otwarcia. Można też wypożyczyć książki do domu. Zachęcamy do korzystania z naszego księgozbioru. Staramy się go uzupełniać w miarę potrzeb i możliwości finansowych. Jesteśmy otwarci na sugestie dotyczące jego rozszerzania.

Bezpłatne porady w Urzędzie Miasta Olsztyna

Nieodpłatną pomoc prawną można uzyskać również w Urzędzie Miasta Olsztyna, ul. Wyzwolenia 30, pok. 19 tel. 527-31-11. Punkt bezpłatnej pomocy prawnej prowadzony jest przez Fundację „Inicjatywa Kobiet Aktywnych”. Pomoc prawną świadczona jest od poniedziałku do piątku w godz. 8.00-16.00. Pomoc prawną mogą uzyskać tylko osoby określone w ustawie (ustawa z dnia 5 sierpnia 2015 r. o nieodpłatnej pomocy prawnej). Zapraszamy.

Zapraszamy do współredagowania DP

Redakcja „Donosiciela Pozarządowego” wydawanego m.in. przez „Związek Razem w Olsztynie” dzięki dofinansowaniu z gminy Olsztyn zachęca działaczy olsztyńskich organizacji do współredagowania biuletynu. Informujcie i piszcie o swoich inicjatywach i nurtujących was sprawach. Mile widziani wszędobylscy reporterzy oraz dowcipni rysownicy. Kontakt: Małgorzata Paprocka, tel. 503-680-500.

 Olsztyńskie Centrum Organizacji Pozarządowych

DONOSICIEL
pozarządowy

„Donosiciel Pozarządowy. Biuletyn olsztyńskich organizacji”. Redaguje zespół, redaktorka odpowiedzialna Małgorzata Paprocka olsztynwolontariat@gmail.com DTP: Lik. Wydawca: Związek Stowarzyszeń „Razem w Olsztynie”, Olsztyńskie Centrum Organizacji Pozarządowych, ul. Tarasa Szewczenki 1. Donosiciel Pozarządowy jest wydawany w ramach projektu „Olsztyńskie Centrum Organizacji Pozarządowych”. Zrealizowano przy współudziale finansowym Gminy Olsztyn. **Znajdziecie nas w postaci PDF na stronie www.ocop.olsztyn.pl**





Wolontariuszka Beata Semen podczas udzielania korepetycji

Wolontariat

Poniżej umieszczamy notatkę z działalności Szkolnego Koła Caritas przy Szkole Podstawowej Nr 9 w Olsztynie, jesteście pełni podziwu dla tak prężnie działającego wolontariatu. Gratulujemy aktywności. Inne szkoły natomiast zachęcamy do nadsyłania informacji jak u nich działa wolontariat, notatki będziemy prezentować na łamach Donosiela Pozarządowego.

Skolne Koło Caritas przy Szkole Podstawowej Nr 9 w Olsztynie (są 2 koła SKC – dla klas 1-3 i 4-6) szerzy ideę wolontariatu wśród uczniów, ich rodzin oraz nauczycieli. Uczestnicy biorą udział w akcjach organizowanych przez Caritas Archidiecezji Warmińskiej, Domowe Hospicjum w Olsztynie, jak również podejmują własne inicjatywy na terenie szkoły, m.in. Na początku każdego roku szkolnego SKC swoją działalność rozpoczyna od inauguracji akcji „Pola Nadziei”. Uczniowie sadzą cebulki żonkili przed szkołą na wcześniej przygotowanej grządce w kształcie serca. Przed świętami Wielkanocnymi wolontariusze biorą udział w zbiórkach żywności w supermarketach. Z części zebranych produktów otrzymują paczki żywnościowe, które przeznaczają dla rodzin naszych uczniów będących w trudnej sytuacji finansowej, a każdy darczyńca za okazane serce otrzymuje żonkile z ze szkolnego „Pola Nadziei”. Zebraną żywność przeznaczają na paczki dla rodzin uczniów w trudnej sytuacji finansowej. W trakcie każdego roku szkolnego członkowie SKC pieką ciasteczka,

które sprzedają na terenie szkoły. Zebrane pieniądze przeznaczone są na rzecz Domowego Hospicjum w Olsztynie. W 2014 r. została zainicjowana „adopcja na odległość” dziecka z Afryki. Polega ona na zbieraniu środków finansowych na jego naukę. Informacja nadesłana przez Panią wicedyrektor Dorotę Krzyżak.

A co słyhać u nas w Olsztyńskim Centrum Wolontariatu „Spinacz”? W czwartki odbywają się korepetycje z języka angielskiego, w piątki z matematyki. Przypominamy również, że jeszcze do 2 maja mamy czas na rozliczenie swojego PIT-u w ramach akcji 1% dla Olsztyna wolontariusze i wolontariuszki czekają na Państwa w Olsztyńskim Centrum Organizacji Pozarządowych ul. Tarasa Szewczenki 1 we wtorek godz. 15.00-17.00 i piątek 13.00-15.00 (29. 04.2016 r. ostatni dyżur).

A teraz coś dla kobiet..... Informujemy, że Olsztyńskie Centrum Wolontariatu „Spinacz” organizuje cykl spotkań dotyczących różnych aspektów życia dla kobiet. Proponowane zajęcia to czas wyłącznie dla nich.

Prowadzimy również biuro pośrednictwa pracy wolontaryjnej

W biurze pośrednictwa pracy wolontaryjnej pełnione są dyżury podczas, których do Olsztyńskiego Centrum Wolontariatu „Spinacz” zgłaszać się mogą wolontariusze/wolontariuszki jak również instytucje/organizacje.

Wolontariusze/wolontariuszki uzyskują informację o tym, gdzie jest zapotrzebowanie na pracę wolontariuszy, my staramy się dobrać im odpowiednią ofertę zgodnie z zainteresowaniami oraz oczekiwaniami. Natomiast instytucje/organizacje uzyskują pomoc w znalezieniu wolontariuszy/wolontariuszek.

Jak zostać wolontariuszem/wolontariuszką?

Od momentu gdy zgłosisz się do biura pośrednictwa pracy wolontaryjnej, wypełnisz formularz (do pobrania też na stronie internetowej) jesteś w bazie Olsztyńskiego Centrum Wolontariatu „Spinacz”.

*Chcesz się zaangażować?
Zrealizować swój pomysł?
Spotkać ciekawych ludzi i aktywnie spędzić czas w milej atmosferze?
Skontaktuj się z nami!
Serdecznie zapraszamy do współpracy z nami!*

Olsztyńskie Centrum
Wolontariatu „Spinacz”
ul. Tarasa Szewczenki 1
503-680-500

*Olsztyńskie Centrum Wolontariatu
SPINACZ to tak naprawdę ludzie!
Ludzie z pasją, którzy w sposób zorganizowany pragną pomagać innym.*



Współczesna kobieta ZDROWA, SILNA, NIEZALEŻNA W KAŻDYM WIEKU

Olsztyńskie Centrum Wolontariatu „Spinacz” prowadzone przez Związek Stowarzyszeń „Razem w Olsztynie” organizuje cykl spotkań dotyczących różnych aspektów życia dla kobiet. Proponowane zajęcia to czas wyłącznie dla nich, uczestniczki będą mogły uświadomić sobie potrzeby samorealizacji bez względu na wiek, status społeczny czy wykształcenie. Spotkania mają zmobilizować do dbania także o własny wizerunek, rozwój emocjonalny, społeczny i kulturalny.

Udział w spotkaniach jest bezpłatny!

Miejsce spotkań: Olsztyńskie Centrum Organizacji Pozarządowych ul. Tarasa Szewczenki 1 w Olsztynie

Program spotkań

7 maja 2016 godz. 11.00-15.00

1. Samoobrona (warsztat teoretyczny i praktyczny) Beata Engel – olsztyńska zawodniczka, instruktorka Szkoły Chińskich Sztuk Walki „SHAOLIN” 11.00-13.00

przerwa 13.00-14.00 (w przerwie parady kosmetyczki lub fizjoterapeuty (Olsztyńska Szkoła Wyższa im. I. Rusieckiego)

2. Porady dietetyki Małgorzata Leśnikowska – specjalistka ds. żywienia i promocji zdrowia 14.00-15.00

14 maja 2016 godz. 11.00-15.00

1. Psychologia „Jak nie dać się nabić w butelkę? – o obronie przed manipulacjami” Marcin Jaroszewski – psycholog, psychoterapeuta
2. Psychologia „Od klótni do rozmowy, czyli sztuka komunikacji” Marcin Jaroszewski – psycholog, psychoterapeuta

przerwa 13.00-13.30

21 maja 2016 godz. 11.00-15.00

Profilaktyka zdrowotna

1. Program wczesnego wykrywania raka dr n.med. Dariusz Michalik – specjalista chirurgii ogólnej i onkologicznej, godz. 11.00-12.30
- przerwa 12.30-13.00
2. Spotkanie z Amazonką – Barbara Batur-Warszawska godz. 13.00-14.00
 3. Stres w życiu człowieka – Michał Cupiał – trener godz. 14.00-15.00

Ilość miejsc ograniczona

Zapisy trwają do końca kwietnia formularz zgłoszeniowy do pobrania na stronie <http://www.ocop.olsztyn.pl/spinacz/> tel. 503-680-500

