



Powiat Sierpecki i Liceum Ogólnokształcące im. mjr Henryka Sucharskiego w Sierpcu zaprasza do udziału w szkoleniach oraz warsztatach w ramach projektu *Lokalne Ośrodki Wiedzy i Edukacji na rzecz aktywizacji osób dorosłych* w ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój 2014-2020 współfinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego.

Planowane szkolenia:

- 1. podstawowy kurs komputerowy** – obsługa MS Word 2016 na poziomie podstawowym lub zaawansowanym, obsługa MS Excel 2016 na poziomie podstawowym lub zaawansowanym oraz **warsztaty** z projektowania, tworzenia i obróbki obrazów w grafice 2D; grafiki komputerowej w biznesie (wizytówki, papier firmowy, logo firmy, ulotka reklamowa, prezentacja, obróbka zdjęć cyfrowych, tworzenie stron internetowych, projektu modelu trójwymiarowego firmy); praca z pakietem biurowym Microsoft Office 2016;
- 2. kurs języka niemieckiego**, który ma pomóc w nauce języka lub przypomnieniu kluczowych zagadnień związanych ze specyfiką danego zawodu, przydatnych w kontaktach z przedstawicielami instytucji czy przedsiębiorstw krajów niemieckojęzycznych;
- 3. planowanie własnego rozwoju** – zajęcia z zakresu motywacji, pewności siebie;
- 4. prowadzenie działalności gospodarczej** – cele działalności gospodarczej, klasyfikacja przedsiębiorstw, zakładanie firmy, biznesplan, marketing, etyka w pracy i biznesie, pozyskiwanie funduszy na otwarcie oraz prowadzenie działalności gospodarczej;
- 5. warsztaty z kulturoznawstwa – Człowiek jako świadomy odbiorca kultury**, w ramach których zostaną poruszone takie zagadnienia, jak: kultura materialna i kultura duchowa, kultura popularna, film, teatr, muzea; przewidziany jest także wyjazd do teatru, opery lub filharmonii;
- 6. warsztaty dotyczące zdrowego stylu życia + dietetyka**, czyli co i jak jeść, aby czuć się lepiej – porady dotyczące prawidłowego odżywiania, komponowania posiłków;
- 7. florystyka** – pobudzenie kreatywności, tworzenie bukietów, dekoracji lub stroików;
- 8. zajęcia fitness.**

Wszystkie zajęcia będą prowadzone warsztatowo, metodami aktywnymi.

Szkolenia skierowane są do rodziców i opiekunów naszych uczniów oraz innych dorosłych mieszkańców powiatu sierpeckiego. W szczególności do osób:

- z utrudnionym dostępem do jakichkolwiek form edukacji osób dorosłych;
- z niskim poziomem wykształcenia lub wykształceniem wymagającym aktualizacji (najwyżej z zasadniczym zawodowym lub średnim i policealnym, zdobytym w zeszłym wieku);
- związanych z rolnictwem;
- nieaktywnych zawodowo lub bezrobotnych;
- korzystających z pomocy społecznej lub instytucji wsparcia rodziny;
- w wieku 45+.

Osoby zainteresowane szkoleniami są proszone o składanie wniosków w sekretariacie Liceum Ogólnokształcącego im. mjr Henryka Sucharskiego w Sierpcu.

Wzór wniosku do pobrania ze strony www.losierpc.edu.pl lub w sekretariacie LO w godz. 7.30-15.30.

Lokalny Ośrodek Wiedzy i Edukacji w Powiecie Sierpeckim

Nazwa i adres szkoły: Liceum Ogólnokształcące im. mjr Henryka Sucharskiego w Sierpcu, ul. Sucharskiego 2; 09-200 Sierpc
Tel./e-mail: 24 275 22 01; losierpc@icenter.pl



Projekt „Lokalne Ośrodki Wiedzy i Edukacji na rzecz aktywizacji edukacyjnej osób dorosłych” WND-POWR.02.14.00-00-1020/16