



MIEJSKI OŚRODEK KULTURY
W JÓZEFOWIE

Oferta zajęć 2020/2021

angielski/mówimy (18-100 l.)

Celem spotkań jest swobodne komunikowanie się w języku angielskim. W nieformalnej atmosferze, bez podręczników, będziemy przełamywać strach przed mówieniem w tym języku obcym (grupa 0+, prawie od podstaw), przypominać sobie czego uczono nas kiedyś w szkole i na niedokończonych czy zarzuconych kursach (grupa I i I+) czy też rozmawiać szerzej o problemach świata (grupa II). Będziemy aranżować sytuacje, w których angielski może być nam potrzebny, grać w gry językowe, tłumaczyć teksty piosenek i angielskie memy na Facebooku (przy okazji dowiemy się, co to jest mem, i co znaczy YOLO, ROTFL i LOL). Instruktor: Krystyna Olesińska

Termin: środy, godz. 18:00 – 19:00 (II), 19:00 – 20:00 (0+), czwartki godz. 18:00 – 19:00 (I), 19:00 – 20:00 (I+)

Opłata miesięczna: 50 zł

Miejsce: Willa Balbinów, placówka MOK

Warunkiem rozpoczęcia zajęć jest zebranie się minimalnej ilości osób w grupie.

capoeira (od 3 – 100 lat)

To brazylijska sztuka walki, akrobatyka, muzyka, ale przede wszystkim wspaniała forma zabawy i nauki. Kształtuje poczucie rytmu, pozwala rozwijać dyscyplinę oraz wpływa na utrzymanie dobrej kondycji fizycznej. Instruktor: Profesor Muzenza, rodowity Brazylijczyk

Termin: wtorki, godz. 17:30 – 18:10 (3-5 lat), godz. 18:20 – 19:20 (6-11 lat), 19:30 – 20:30 (12+, młodzież, dorośli)

Opłata miesięczna: 80 zł

Miejsce: Hydrofornia, placówka MOK

Warunkiem rozpoczęcia zajęć jest zebranie się minimalnej ilości osób w grupie.

faramuszki (3 – 5 lat)

Warsztat plastyczny dla dzieci 3-5 lat. Zajęcia inspirowane wierszykami dla dzieci. Na każdym zajęciu wykonamy coś, co ukryte zostało w króciutkim wierszyku lub zagadce. Instruktor: Urszula Pawlak – Biernat

Termin: wtorki, godz. 17:30 – 18:20

Opłata miesięczna: 50 zł

Miejsce: Willa Balbinów, placówka MOK

Warunkiem rozpoczęcia zajęć jest zebranie się minimalnej ilości osób w grupie.

fast step zajęcia taneczne (4 - 6, 6+)

Całoroczne zajęcia taneczne. Obejmować będą program NAUKI TAŃCA dla dzieci w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym w oparciu o program zalecany przez *Światową Organizację Tańca* i *Imperial Society of Teachers of Dancing*, oraz o nasze autorskie choreografie do wybranych utworów. Jego nauka ma umożliwić dzieciom opanowanie elementów technicznych, a także artystycznych tajników poznawanych przez nie tańców. Systematyczność zajęć ma na celu, oprócz nauki tańca, pozytywne ukierunkowanie nadmiaru energii, wypracowanie odpowiedniej sylwetki, poprawienie procesów przyswajania wiedzy, wyrabianie umiejętności koncentracji uwagi, wewnętrznej dyscypliny, współpracy i poczucia estetyki. Zabawy, którymi przeplatane są zajęcia mają na celu rozwijanie myślenia, usprawniają koordynację ruchową, refleks, oraz motywują do pozytywnej rywalizacji. Zajęcia ukierunkowane są również pod kątem występów w turniejach. Instruktor: Dominik Rudnicki-Sipajło - zawodnik Federacji Tańca Sportowego o najwyższej klasie tanecznej „S”. Posiada kwalifikacje instruktorskie oraz pedagogiczne.

Termin: wtorki, grupa 4 – 6 lat, godz. 16:30 – 17:00, grupa 6+, godz. 17:10 – 18:00

Opłata miesięczna: 70 zł

Zapisy: po kontakcie telefonicznym z instruktorem pod numerem tel. kom.: 502 282 144 oraz za pośrednictwem systemu dostępnego na stronie: <https://biletyna.pl/> (Państwa kontakty zostaną przekierowane do instruktora).

Miejsce: Galeria Rama, MOK

gagatki ciotki agatki (1,5 r. - 3 lat)

Zajęcia mają na celu wspieranie ogólnego rozwoju dziecka, przy wykorzystaniu elementów sensoplastyki i arteterapii. Bawić będą się z nami *Myszka Mysia*, *Ciekawski George* oraz inni bohaterowie bajek dla najmłodszych. Każde zajęcia to spotkanie i zabawa z innym bohaterem, a wszystko po to, by pomóc naszym Maluchom Gagatkom odkrywać świat i jego tajemnice. Instruktor: Agata Oswald-Kałasa

Termin: wtorki, godz.10:00 – 11:00

Opłata miesięczna: 80 zł, pojedyncze zajęcia 40 zł

Miejsce: Willa Balbinów, placówka MOK

Warunkiem rozpoczęcia zajęć jest zebranie się minimalnej ilości osób w grupie. Dziecku na zajęciach może towarzyszyć tylko jeden opiekun.

gimnastyka dla seniorów

Zajęcia dla pań 50+, które dbają o figurę, kondycję i zdrowie. Gimnastyka rekreacyjna z muzyką. Przemilla atmosfera, dobra zabawa i relaks na każdym zajęciach. Grupa ćwiczy cztery lata z wyraźnymi efektami. Serdecznie zapraszamy do aktywnych, wspólnych ćwiczeń w ciągu dnia. Instruktor: Danuta Łodzińska

Termin: wtorki i piątki, godz.12:00 – 12:45 grupa początkująca i 13:00 – 13:45 grupa zaawansowana

Miejsce: Hydrofornia, placówka MOK

Zajęcia bezpłatne.

studio wokalne (10-100 l.)

Od zawsze chciała/eś zostać mistrzem karaoke, chcesz zaśpiewać utwór dla swojej rodziny, marzysz o stworzeniu własnej piosenki, chcesz śpiewać dla siebie w domowym zaciszu, a może marzysz o zrobieniu kariery muzycznej? Jeżeli na któreś z tych pytań odpowiedziałeś twierdząco, to te zajęcia są zdecydowanie dla Ciebie! „Serdecznie zapraszam na indywidualne zajęcia wokalne, na których nauczysz się jak poprawnie używać swojego głosu. Podczas treningów wokalnych pracujemy 1:1. Jest to NAJBARDZIEJ EFEKTYWNA forma zajęć” - Agata Kuśmierczyk, instruktorka.

Agata Kuśmierczyk - trenerka wokalna, wokalistka. Studiuje na Akademii Muzycznej w Katowicach, na co dzień śpiewa w zespole *Sound'n'Grace*. Występowała m.in. z Natalią Kukulską czy Sylwią Grzeszczak.

Termin: poniedziałek godz. 15:00 – 19:00

Cena zajęć: 30 min. - 50 zł, 45 min. - 70 zł

Zapisy bezpośrednio u instruktorki pod numerem tel. kom.: 663 651 535 oraz za pośrednictwem systemu dostępnego na stronie: <https://biletyna.pl/> (Państwa kontakty zostaną przekierowane do instruktorki).

Miejsce : Sala Teatralna, MOK

joga (15 – 100 lat)

Zajęcia z różnych stylów jogi. Ćwiczenia, dzięki którym wzmocnisz mięśnie, poprawisz krążenie i odzyskasz równowagę w organizmie. Instruktorka: Maria Helt

Termin: poniedziałki i środy, godz. 18:00 – 19:00

Opłata miesięczna: 60 zł (raz w tygodniu), 100 zł (dwa razy w tygodniu)

Miejsce: Galeria RAMA, MOK

Warunkiem rozpoczęcia zajęć jest zebranie się minimalnej ilości osób w grupie.

warsztaty fotografii (12 – 100 lat)

„Jak zapanować nad lustrzanką, czyli pierwszy krok na drodze do dobrych zdjęć”. W ramach warsztatów: podstawy pracy z aparatem czyli odpowiedź na pytanie, po co mi tyle przycisków i pokręteł, poznanie podstawowych parametrów, które decydują o jakości naszych zdjęć, zasady kompozycji i oświetlenia, dużo praktycznych ćwiczeń (w studio i w plenerze), a przede wszystkim dobra zabawa. Cykl ośmiu spotkań (łącznie 24 godz.) zakończy się wystawą prac uczestników. Konieczne jest posiadanie własnego aparatu cyfrowego. Instruktorki: Zofia i Mirosław Nowaczyk

Zajęcia odbywają się według harmonogramu podanego na pierwszym spotkaniu: czwartki (5 listopada), godz. 18:30 – 21:30 - grupa kontynuacja, wtorek (3 listopada), godz. 18:15 – 21:15 - grupa początkująca, sporadycznie zajęcia w soboty (plenery). Terminy mogą ulec zmianie.

Opłata: 300 zł za cały kurs (płatne w dwóch ratach)

Miejsce: PORT, placówka MOK

Warunkiem rozpoczęcia zajęć jest zebranie się minimalnej ilości osób w grupie.

kurs tańca towarzyskiego (młodzież, dorośli)

Zajęcia kierujemy do osób, które chcą poznać podstawy najpiękniejszych tańców standardowych oraz latynoamerykańskich. Poznamy tańce: standardowe (walc wiedeński, walc angielski, tango), dyskotekowe (disco style/modern jive/ceroc, rock'n'roll, disco swing), latynoamerykańskie (salsa, cha-cha-cha). Instruktor: Dominik Rudnicki-Sipajło - tancerz klasy "S" w stylu latynoamerykańskim. Finalista *Blackpool Dance Festival*. Vice-mistrz *International Championships*. Dwukrotny mistrz Polski. Wielokrotny Finalista Grand Prix Polski. Półfinalista programu „Got To Dance”. Trener par. Jego wychowankowie to, m.in.: finaliści Mistrzostw Polski w kategorii under 19 (IV miejsce), finaliści Grand Prix Polski oraz zwycięzcy wielu turniejów ogólnopolskich.

Zapisy: po kontakcie telefonicznym z instruktorem pod numerem tel. kom: 502282144 oraz za pośrednictwem systemu dostępnego na stronie: <https://biletyna.pl/> (Państwa kontakty zostaną przekierowane do instruktora).

Termin: wtorki, godz. 18:30 – 20:00

Opłata miesięczna: 80 zł

Miejsce: GALERIA RAMA, MOK

manualny mix (8+, młodzież, dorośli)

Te zajęcia mają u nas przeszło dziesięcioletnią tradycję! Przeznaczone są dla osób, które lubią samodzielnie tworzyć wyjątkowe i niepowtarzalne przedmioty. Pani Małgosia – instruktorka zajęć, wprowadzając nowinki dotyczące technik i trendów, rokrocznie rozszerza program warsztatów. Do tej pory uczestnicy zajęć poznali następujące techniki: *découpage* na drewnie, szkle, metalu, tkaninie (zdobienie przedmiotów z wykorzystaniem motywów z papierowych serwetek do *découpage*, przecierki, postarzanie, cieniowanie); *découpage* 3D (filcowanie na sucho małych form biżuteryjnych połączonych z drewnem); ikony (wykorzystanie złocien i spękań dwuskładnikowych); małe formy florystyczne; techniki łączone z wykorzystaniem past żelowych, transferu; *découpage* malarski; *sospeso*; *scrapbooking*. Instruktorka: Małgorzata Kruk

Termin: środy, grupa początkująca (dzieci, młodzież, dorośli), godz. 17:00 – 18:20, grupa kontynuująca godz. 18:30 – 20:00

Opłata miesięczna: 70 zł, lub pojedyncze zajęcia 40 zł

Miejsce: Willa Balbinów, placówka MOK

Warunkiem rozpoczęcia zajęć jest zebranie się minimalnej ilości osób w grupie.

muzyka mówi (3 mies. - 2 lata) – zajęcia gordonowskie

Zajęcia gordonowskie to zabawy umuzykalniające dla niemowląt, dzieci i nierzadko dorosłych:) Prowadzone są wg koncepcji amerykańskiego muzyka jazzowego, pedagoga i psychologa muzyki

Edwina Eliaś Gordona, od którego to nazwiska wywodzi się nazwa tychże zajęć. Tu instrumentem jest głos - nie usłyszycie gotowych, odtwarzanych nagrań z głośnika. Muzyka jest formą komunikacji, dzięki której prowadzący nawiązują kontakt niewerbalny z każdą uczestniczką/kim zajęć. Dowiedziono, że dzieci, które systematycznie uczęszczają na *zajęcia gordonowskie*, zaczynają szybciej i wyraźniej mówić, są bardziej kreatywne, twórcze, pewne siebie i bogatsze emocjonalnie. Udział w zajęciach wspomaga również umiejętność koncentracji i koordynacji ruchowej. Spotkania mają charakter improwizowanej zabawy muzycznej, której towarzyszy płynny ruch, kolorowe rekwizyty i szeroki uśmiech prowadzących;) Instruktor: Magdalena Nejbauer i Małgorzata Kożuchowska-Panek

Termin: środy, godz. 12:15 (dzieci w wieku od 3. miesiąca życia do 2 lat, wraz z opiekunem)

Zapisy: za pośrednictwem Messengera strony: <https://www.facebook.com/MuzykaMowi> lub SMS-em wysłanym na nr tel. kom: 694119971 lub 694565601. Z uwagi na utrzymujący się stan epidemii nie sprzedajemy karnetów. Koszt pojedynczych zajęć to 35 zł (płatne gotówką po zajęciach u prowadzących).

Miejsce: Hydrofornia, placówka MOK

otwarta pracownia ilustracji magdaleny car (8 - 14 lat)

„Objaśnia, uzupełnia, zdoła. Ilustracja to bardzo pojemne pojęcie. Towarzyszy tekstowi - może uzupełniać przekaz treści lub wchodzić z nim w dyskusję. Aby ją wykonać można stosować rozmaite techniki i sposoby. Zapraszam na zajęcia, a jednocześnie na plastyczne przygody. Będziemy rysować i malować, spróbujemy też innych środków wyrazu. Będziemy rozwijać umiejętności manualne i wyobraźnię” – Magdalena Car, instruktor.

Termin: środa, godz. 17:30 – 19:00

Opłata miesięczna: 80 zł

Miejsce: Willa Balbinów, placówka MOK

Warunkiem rozpoczęcia zajęć jest zebranie się minimalnej ilości osób w grupie.

plastyczni z pazurem (9 - 13 lat)

Zajęcia prowadzone przez Marcina Strzembosza – grafika i ilustratora książek – mają na celu rozwijanie indywidualnych zdolności z zakresu rysunku, ilustracji i wyobraźni przestrzennej, ale również współpracę przy tematach wykonywanych wspólnie. Zadania i użyte techniki plastyczne będą urozmaicone: związane z różnymi dziedzinami naszego życia, aktywnościami i pasjami, podpatrywaniem natury, jak i pobudzaniem wyobraźni i wrażliwości młodych twórców. Instruktor: Marcin Strzembosz

Termin: czwartki, godz. 18:30 – 19:45

Opłata miesięczna: 60 zł

Miejsce: Willa Balbinów, placówka MOK

Warunkiem rozpoczęcia zajęć jest zebranie się minimalnej ilości osób w grupie.

pracownia filcu (dzieci 8+, młodzież, dorośli)

Uczestnicy poznają tajniki wykonania form płaskich i przestrzennych oraz form użytkowych, takich jak: niepowtarzalna torebka, ozdobny szal czy makata na ścianę. Zajęcia to gwarancja dobrej zabawy podczas pracy nad zastosowaniem filcu w modzie, sztuce i architekturze wnętrz. Instruktor: Katarzyna Jobda

Termin: wtorki, godz. 17:00 – 19:00

Opłata miesięczna: 80 zł (pojedyncze zajęcia 40 zł)

Miejsce: Willa Balbinów, placówka MOK

Warunkiem rozpoczęcia zajęć jest zebranie się minimalnej ilości osób w grupie.

pracownia rysunku i malarstwa pauliny kopestyńskiej (10+, młodzież, dorośli)

Zajęcia prowadzone w ramach pracowni są propozycją, zarówno dla osób początkujących (nauka podstaw rysunku i malarstwa), jak i zaawansowanych pragnących rozwijać swoje pasje i umiejętności. Instruktor: Paulina Kopestyńska, doświadczona i nagradzana malarka, absolwentka Akademii Sztuk Pięknych w Moskwie.

Termin: poniedziałki, godz. 17:00 – 19:00

Opłata miesięczna: 100 zł

Miejsce: Willa Balbinów, placówka MOK

Warunkiem rozpoczęcia zajęć jest zebranie się minimalnej ilości osób w grupie.

przyjazna siłownia plenerowa (18 - 100 lat)

Zastanawiasz się czy siłownia plenerowa jest dla Ciebie? Chciałabyś/chciałbyś się dowiedzieć, jak poprawnie i efektywnie używać przyrządów tak, by sprawiało to przyjemność i wzmocniło Twoje mięśnie i ciało? Zapraszamy do udziału w programie *Przyjazne siłownie plenerowe*. W ramach programu odbędzie się cykl zajęć rekreacyjnych. Instruktor: Ilona Żuczowska

Termin: wtorki, grupa I 10:00, II grupa 11:00. Zajęcia trwają 45 min. Dzień otwarty: 6 października w godzinach 10 – 11.

Miejsce: siłownia plenerowa przy Willi Balbinów/placówka MOK (ul. Kard. Wyszyńskiego 11)

Zapisy pod numerem telefonu: 693 788 359 (bezpośrednio u instruktorki). Maksymalnie na siłowni może przebywać 15 osób. Zajęcia bezpłatne.

rękodzieło dla każdego – nowość! (18 – 100 lat)

Twórcze warsztaty rozwijające pasje, która drzemią w każdym z nas. Zapraszamy wszystkich, bez względu na wiek i umiejętności plastyczne na zajęcia, które pozwolą odkryć nowe zainteresowania.

W programie tworzenie: ozdób do domu (zegary, wieszaki, obrazy), elementów stroju (szale, apaszki, kapelusze), dodatków (torby, etui, breloki), biżuterii (kolczyki, korale, bransolety, broszki), a także przedmiotów i upominków na każdą okazję. Ponadto wiele technik artystycznych (batik, makrama, rzeźba) oraz techniki dekorowania wnętrz, renowacji starych przedmiotów, a nawet stolarka.
Instruktorka: Marta Augustynowicz

Termin: środy, godz. 10:00 – 12:00

Opłata miesięczna: 60 zł

Miejsce: Willa Balbinów, placówka MOK

Warunkiem rozpoczęcia zajęć jest zebranie się minimalnej ilości osób w grupie.

szachy (dzieci 5+, młodzież)

Zapraszamy zarówno młodych adeptów „królowej gier planszowych”, jak i stałych uczestników zajęć. Uczymy logicznego myślenia i sportowej rywalizacji. Oprócz nauki gry w szachy oferujemy również możliwość zdobywania i podnoszenia kwalifikacji szachowych. Nasi młodzi szachiści zdobywają kolejne kategorie sportowe oraz zajmują wysokie miejsca podczas ogólnopolskich i lokalnych turniejów. Uczestnicy mają możliwość grać z najlepszymi szachistami z Polski. Instruktor: Tadeusz Popis, dyplomowany instruktor i sędzia

Termin: wtorki i piątki, grupa początkująca 15:00 – 16:00, grupa średniozaawansowana 16:00 – 17:00, grupa zaawansowana 17:00 – 18:00

Opłata miesięczna: 60 zł

Miejsce: PORT, placówka MOK

Warunkiem rozpoczęcia zajęć jest zebranie się minimalnej ilości osób w grupie.

szydełko i druty (dzieci 10+)

Podczas zajęć poznamy tajniki koronkowych robótek oraz mniej lub bardziej skomplikowane wzory na mięciutkie sweterki i szaliki. Instruktorka: Ewa Walo

Termin: poniedziałki godz. 17:00 – 19:00 , wtorki godz. 10:00 – 12:00

Miejsce: Willa Balbinów, placówka MOK

Udział w zajęciach jest bezpłatny.

Warunkiem rozpoczęcia zajęć jest zebranie się minimalnej ilości osób w grupie.

tai chi - ćwiczymy świadomy ruch (15 – 100 lat)

CEL: Ćwiczymy dla zdrowia i samorozwoju, żeby lepiej poznać i zrozumieć siebie, lepiej się czuć w swoim ciele. Trening, prowadzony wg systemu *zhong xin dao* i *liq chuan*, przeznaczony dla wszystkich zainteresowanych świadomym ruchem, integracją ciała i umysłu. Trening obejmuje

ćwiczenia rozwijające integrację, koordynację oraz świadomość ciała, uczące równowagi i rozluźnienia. Uwaga i skupienie są głównym narzędziem nauki. Zajęcia trwają 75 min., obejmują rozgrzewkę (rozluźnienie), ćwiczenia indywidualne oraz ćwiczenia w parach. Nauka balansu i struktury ciała, balansu i równowagi w ruchu, balansu i harmonii z otoczeniem. Włodzimierz Hrymniak - instruktor Tai Chi Qhuan i systemu Zhong Xin Dao I Liq Chuan od ponad 20 lat.

Termin: czwartki, 18:30 – 19:45 I grupa, 19:45 – 21:00 II grupa

Opłata miesięczna: 60 zł

Miejsce: Hydrofornia, placówka MOK

Warunkiem rozpoczęcia zajęć jest zebranie się minimalnej ilości osób w grupie.

taniec orientalny – nowość! (18 – 100 lat)

Taniec orientalny (taniec brzucha) – zajęcia taneczne, które wydobywają z kobiet piękno i zmysłowość, rozwijają poczucie własnej wartości, uczą płynność ruchu i koordynacji przy zmysłowej arabskiej muzyce. Miękkie, subtelne, pełne gracji i wdzięku ruchy rąk łączą się z dynamicznymi ruchami bioder. Instruktor: Monika Wardecka

Termin: środy, 18:00 – 19:00 I grupa (Galeria Rama, MOK), 19:00 – 20:00 II grupa (Galeria Rama, MOK), poniedziałki 20:00 – 21:30 grupa zaawansowana (Hydrofornia, placówka MOK)

Opłata miesięczna: 50 zł

Warunkiem rozpoczęcia zajęć jest zebranie się minimalnej ilości osób w grupie.

teatr hybryda (50+)

To nasza nowa grupa teatralna 50+. Po premierze spektaklu *Rachu Ciachu* chcą razem pracować dalej i zapraszają nowe osoby. Podczas cotygodniowych spotkań: praca z tekstem, dykcją, zagadnienia i rozwój warsztatu aktorskiego, poprawna mowa sceniczna, wspólne próby i przygotowania do spektaklu. Instruktor: Krzysztof Czekajewski

Termin: czwartki, godz. 17:00 – 19:00

Miejsce: Sala Widowiskowa, MOK

Zajęcia bezpłatne

trala lala zespół muzyczny (5 – 8 lat) – nowość!

Zajęcia ze śpiewu, tańca, gr na prostych instrumentach i improwizacji. Cotygodniowe spotkania rozwijają muzykalność, poczucie rytmu, wrażliwość i wyobraźnię oraz słuch (poprzez ćwiczenia i zagadki muzyczne). Instruktor: Łukasz Potera

Termin: czwartki, godz. 18:00 – 18:50

Opłata miesięczna: 70 zł

Miejsce: Sala Teatralna, MOK

Warunkiem rozpoczęcia zajęć jest zebranie się minimalnej ilości osób w grupie.

uszytki (dzieci 8 +, młodzież, dorośli) – nowość!

Szyć można wszystko i ze wszystkiego. Na zajęciach poznamy podstawowe przybory krawieckie, nauczymy się jak pracować z igłą, robić wykroje, a potem wg nich szyć własne *uszytki*. Nauczymy się szyć na maszynie do szycia. Będziemy również szyć ozdoby świąteczne oraz prezenty na różne okazje. Istotą kursu jest założenie, że przy pomocy igły i nitki z odrobiną wyobraźni i odwagi można uszyć każdy przedmiot. Instruktor: Agata Kałasa

Termin: środy, godz. 17:00 – 18:30 kontynuacja, godz. 18:30 - 20:00 grupa początkowa

Opłata miesięczna: 60 zł

Miejsce: Willa Balbinów, placówka MOK

Warunkiem rozpoczęcia zajęć jest zebranie się minimalnej ilości osób w grupie.

w jaskini plastycznego lwa (6 – 9 lat)

Autorski projekt edukacji plastycznej, przygotowany i prowadzony przez Marcina Strzembosza – grafika i ilustratora książek dla dzieci. W programie: tworzenie makiet przestrzennych, robienie „czegoś z niczego”, korzystanie z wielu technik plastycznych.

Termin: czwartki, godz. 17:00 – 18:15

Opłata miesięczna: 60 zł

Miejsce: Willa Balbinów, placówka MOK

warsztatownia (6-10 lat)

Nowa odsłona zajęć *drama z humorem*. Podczas spotkań rozwijane będą umiejętności retoryczne, teatralne, ale i plastyczne. Będziemy pracować nad ekspresją i plastyką ciała, mimiką, głosem oraz zaprzyjaźnimy się z improwizacją. Zajęcia uczą kreatywności, współpracy w grupie i przełamywania nieśmiałości oraz wstydu przed wystąpieniami publicznymi. Czwartkowe popołudnia to również tworzenie oryginalnych dodatków niezbędnych w teatrze: scenografii, dekoracji, kostiumów. Instruktor: Agata Klembowska

Termin: czwartki, godz. 17:00 – 18:30

Opłata miesięczna: 60 zł (limit uczestników: 8 osób)

Miejsce: Willa Balbinów, placówka MOK

Warunkiem rozpoczęcia zajęć jest zebranie się minimalnej ilości osób w grupie.

zespół *mokka* (14 – 100 lat)

Mokka to amatorski żeński zespół wokalny, który powstał sześć lat temu przy Miejskim Ośrodku Kultury w Józefowie. Obecnie składa się z trzydziestu charyzmatycznych wokalistek pod batutą niemniej charyzmatycznej dyrygentki Ewy Jurkiewicz. *Mokka* ma w swoim dorobku występy w licznych ośrodkach kultury w Warszawie i powiecie otwockim, *Starej Prochowni* oraz na stołecznych i józefowskich imprezach miejskich. Zespół zaprasza chętne panie bez względu na wiek, zawód,

a nawet umiejętności muzyczne. Tym, co łączy wokalistki *Mokki* jest pasja do muzyki. Instruktor: Ewa Jurkiewicz

Termin: wtorki, godz. 18:00 – 20:00

Opłata miesięczna: 50 zł

Zapisy u dyrygentki zespołu, mailowo: ewa.jurkiewicz007@gmail.com lub telefonicznie: 782008734

Miejsce: Sala Widowiskowa, MOK

zespół *mała mokka* (7 – 12 lat)

Mała mokka to zespół wokalny, który daje szansę rozpoczęcia swojej przygody ze śpiewem każdemu dziecku bez względu na poziom umiejętności. Na zajęciach, śpiewając różnorodny repertuar, ćwiczymy swój głos i umiejętności muzyczne. Na koncertach uczymy się zachowania na scenie, występów publicznych i panowania nad tremą. Zespół regularnie koncertuje zarówno samodzielnie, jak i z dorosłym zespołem *Mokka*. Instruktor: Ewa Jurkiewicz

Termin: wtorki, godz. 16:30 – 18:00

Opłata miesięczna: 50 zł

Zapisy u dyrygentki zespołu, mailowo: ewa.jurkiewicz007@gmail.com lub telefonicznie: 782008734

Miejsce: Sala Widowiskowa, MOK

Zapraszamy!

Szczegółowe informacje na stronie: www.mokjosefow.pl w zakładce *oferta zajęć*

Kontakt:

Sekretariat MOK tel. 22 789 20 26 w godz. 11 – 19

Dom Nauki i Sztuki/Willa Balbinów tel. kom. 602 110 557 w godz. 9 – 19

E-mail: a.parzych-bucka@mokjosefow.pl

Miejski Ośrodek Kultury w Józefowie, ul. Kardynała Wyszyńskiego 1

Willa Balbinów, ul. Kardynała Wyszyńskiego 11

Dom Nauki i Sztuki, ul. Kardynała Wyszyńskiego 4