

# Program wyjazdowego szkolenia w ramach projektu Emocjonalni Liderzy Młodzieżowi - ELM

Kamesznica, 6 - 8 listopada 2015

## **Piątek: 6 listopada 2015**

- 7.00 – zbiórka na Dworcu PKP w Katowicach – hala główna – koło McDonald's.
- 7.31 – odjazd pociągu z Dworca PKP w Katowicach do Milówki (pociąg do Zwardonia)
- 9.55 – przyjazd do Milówki. Przejście ok. 2 km do ośrodka – najlepiej mieć plecak lub walizeczkę na kółkach.
- 10.30 – zakwaterowanie w ośrodku
- 11.00 – zajęcia warsztatowe: integracja grupy i komunikacja interpersonalna
- 14.00 – obiad
- 15.00 – zajęcia warsztatowe: komunikacja interpersonalna
- 18.30 – kolacja
- 19.00 – zajęcia warsztatowe: style wspierania i pomagania innym – gra symulacyjna

## **Sobota: 7 listopada 2015**

- 8.15 – śniadanie
- 9.00 – zajęcia warsztatowe: udzielanie właściwej informacji zwrotnej, w tym uwag krytycznych, POROZUMIENIE BEZ PRZEMOCY, analiza i rozwiązywanie problemów przeżywanych przez młodych ludzi
- 13.00 – obiad
- 14.00 – zajęcia warsztatowe/praca małych grup w ośrodku lub terenie
- 18.00 – kolacja
- 19.00 – zajęcia warsztatowe/praca małych grup – ROLEPLAY

## **Niedziela: 8 listopada 2015**

- 7.00 – dla chętnych możliwość skorzystania ze Mszy św. w kościele w Milówce
- 8.00 – śniadanie
- 8.45 – zajęcia warsztatowe
- 13.00 – wyjście z ośrodka
- 13.50 – Wyjazd pociągu z Milówki do Katowic
- 16.06 – przyjazd pociągu do Katowic (zakończenie wyjazdu)

## **Miejsce szkolenia:**

Ośrodek SZKOLENIOWO-Wypoczynkowy „U Kubiców”  
Szare 23, 34-360 Milówka, tel. 33/863-73-59 [www.ukubicow.pl](http://www.ukubicow.pl)

## **Należy zabrać ze sobą:**

- ciepłe ubranie (to są góry i już jesień – nie wiadomo jaka będzie pogoda)
- obuwiu zamienne: ciepłe pantofle, tenisówki + ciepłe skarpety
- notatnik, długopis itp.
- podbitą legitymację szkolną
- stare gazety, mazaki, kredki, klej, ołówki, taśma klejąca itd.
- instrumenty muzyczne np. gitara, gry planszowe itd.
- aparat fotograficzny i kamera CYFROWA

**Ważne:** Osoby, które mają jakiegokolwiek poważne problemy zdrowotne powinny zgłosić ten fakt opiekunom grupy, jeszcze przed wyjazdem.