

FERIE ZIMOWE W SIEWIERZU

Miejsko-Gminne Centrum Kultury Sportu i Turystyki w Siewierzu

42-470 Siewierz, ul. Słowackiego 2a, tel. 32 67 41 649

mgcksit@siewierz.pl www.kultura.siewierz.pl



ZAPRASZA

FERIE ZIMOWE

11.02.2019 (poniedziałek)

od 10.00 WARSZTATY TWÓRCZE „Maski karnawałowe”
(zapisy w MGCKSiT do dnia 30.01.2019)

11.00 - 13.00 KARAOKE

12.02.2019 (wtorek)

11.00 - 13.00 KARAOKE

13.02.2019 (środa)

11.00 - 13.00 KARAOKE

14.02.2019 (czwartek)

od 10.00 WARSZTATY TWÓRCZE „Ecotorby”
(zapisy w MGCKSiT do dnia 30.01.2019)

11.00 - 13.00 KARAOKE

15.02.2019 (piątek)

11.00 - 13.00 KARAOKE

18.02.2019 (poniedziałek)

10.00 - 11.00 ZAJĘCIA WOKALNE

11.00 - 12.00 ZAJĘCIA PLASTYCZNE (gr. młodsza - do 8 lat)

12.00 - 13.00 ZAJĘCIA PLASTYCZNE (gr. starsza - od 9 lat)

19.02.2019 (wtorek)

10.00 - 11.00 ZAJĘCIA WOKALNE

11.00 - 12.00 ZAJĘCIA PLASTYCZNE (gr. młodsza - do 8 lat)

12.00 - 13.00 ZAJĘCIA PLASTYCZNE (gr. starsza - od 9 lat)

20.02.2019 (środa)

10.00 - 11.00 ZAJĘCIA WOKALNE

11.00 - 12.00 ZAJĘCIA PLASTYCZNE (gr. młodsza - do 8 lat)

12.00 - 13.00 ZAJĘCIA PLASTYCZNE (gr. starsza - od 9 lat)

21.02.2019 (czwartek)

10.00 - 11.00 ZAJĘCIA WOKALNE

11.00 - 12.00 ZAJĘCIA PLASTYCZNE (gr. młodsza - do 8 lat)

12.00 - 13.00 ZAJĘCIA PLASTYCZNE (gr. starsza - od 9 lat)

22.02.2019 (piątek)

10.00 - 11.00 ZAJĘCIA WOKALNE

11.00 - 13.00 KARAOKE





**ZAMKOWE
FERIE**

**MIEJSKO-GMINNA BIBLIOTEKA PUBLICZNA
IM. LEONA KORUSIEWICZA W SIEWIERZU**

ZAPRASZA DZIECI I MŁODZIEŻ

NA ZAJĘCIA EDUKACYJNO-PLASTYCZNE

W DNIACH:

WTORKI: 12.02.19, 19.02.19

ŚRODY: 13.02.19, 20.02.19

OD GODZ. 13.00 DO 15.00

W TRAKCIE ZAJĘĆ:

- ŻYCIE NA ZAMKU OD A DO Z**
- POZNAJEMY NAJSŁYNNIEJSZE ZAMKI POLSKI I ŚWIATA**
- Z ZAMKOWYMI DUCHAMI ZA PAN BRAT**
- ZAMKOWE LEGENDY, ZAGADKI, GRY I ZABAWY RUCHOWE**



FILIA BIBLIOTECZNA W ŻELISŁAWICACH
SERDECZNIE ZAPRASZA
WSZYSTKIE DZIECI DO UDZIAŁU
W BIBLIOFERIACH 2019

ZAJĘCIA ODBYWAĆ SIĘ BĘDĄ
OD 11.02 DO 20.02.2019R

W PONIEDZIAŁKI, WTORKI I ŚRODY
W GODZINACH OD 13⁰⁰ DO 15⁰⁰

Poniedziałki (11.02., 18.02.)

„Mroźna Kraina” - zajęcia plastyczne rozwijające wyobraźnię
i sprawność manualną u dzieci przy wykorzystaniu nietypowych materiałów.

Wtorki (12.02., 19.02.)

„Mroźna wyprawa z Nela” - zajęcia literackie w oparciu o książki z serii
„Nela mała reporterka”.

Środy (13.02., 20.02.)

„Hece w bibliotece” - gry i zabawy zręcznościowe, gry planszowe
i towarzyskie oraz rozwiązywanie krzyżówek i rebusów.

Serdecznie zapraszamy wszystkie chętne dzieci do udziału w zajęciach.



**„MY SIĘ ZIMY
NIE BOIMY ...”**

**FILIA
BIBLIOTECZNA
W BRUDZOWICACH
W CZASIE FERII
ZIMOWYCH 2019
ZAPRASZA
NA ZAJĘCIA:**

PROGRAM ZAJĘĆ:

12.02.2019 15.00 – 17.00 (WTOREK)

BAŁWANKI WYDZIERANKI

- KREATYWNE ZAJĘCIA PLASTYCZNE

13.02.2019 15.00 – 17.00 (ŚRODA)

ZIMA, KSIĄŻKA I JA

- BAŚNIE I BAJKI Z MOTYWEM ZIMY

19.02.2019 (WTOREK) 15.00 – 17.00

ZIMA LUBI DZIECI NAJBARDZIEJ NA ŚWIECIE

- ZAJĘCIA LITERACKIE

20.02.2019 (ŚRODA) 15.00 – 17.00

KONKURS NA NAJCIEKAWSZY ZIMOWY PEJZAŻ



Miejsko-Gminne Centrum Kultury Sportu i Turystyki w Siewierzu

42-470 Siewierz, ul. Słowackiego 2a, tel. 32 67 41 649

mgcksit@siewierz.pl www.kultura.siewierz.pl

ZAPRASZA

PRZEDSTAWIENIE TEATRALNE „DETEKTYW ZAGADKA NA TROPIE”



22.02.2019 (pt) godz. 16.00

sala widowiskowa
MGCKSiT Siewierz

Wstęp
bezpłatny !!!

BAJKOLANDIA NAJMŁODSZYCH



WOJEWÓDZKA STACJA SANITARNO-EPIDEMIOLOGICZNA W KATOWICACH
www.wsse.katowice.pl

BEZPIECZNE Ferie Zimowe

Porady dla uczestników wycieczki zorganizowanej

NA ŚWIEŻYM POWIETRZU



- * ubierz się ciepło
- * nie zjeżdżaj na sankach w pobliżu jezdni
- * nie wchodź na zamrożone zbiorniki wodne
- * zachowaj rozsądek w sportach zimowych
- * bądź widoczny na jezdni - miej "odblaski"

HIGIENA



- * myj się
- * nie używaj wspólnych ręczników, przyborów toaletowych, kosmetyków
- * dbaj o czystość, porządek i wietrzenie swojego pokoju
- * ćwicz, bądź aktywny fizycznie
- * jedz zdrowo
- * myj ręce przed jedzeniem
- * kupując żywność, sprawdź datę ważności
- * nie pij i nie jedz ze wspólnych naczyń
- * nie dawaj "gryza"
- * zapobiegaj chorobom

W CHOROBIE



- * lecz nawet lekkie przeziębienia
- * korzystaj z rady i pomocy lekarza - on jest po to, by Ci pomóc

UWAŻAJ



- * nie ufaj obcym
- * nie podchodź do dzikich zwierząt
- * zapobiegaj wypadkom
- * nie oddalaj się od grupy na wycieczkach, na stoku

POMOC



Pogotowie 999
Policja 997
Numer alarmowy 112

Nieprawidłowości w zakresie wycieczki dzieci i młodzieży zgłaszaj pod całodobowy numer interwencyjny 32 207 70 77



DOPALACZE - WYPALACZE „ŚRODKI ZASTĘPCZE”

Stosowanie dopalaczy jest coraz bardziej powszechne.

Efekty działania są bardzo zróżnicowane w zależności od indywidualnych cech organizmu:

- poczucie niepokoju,
- bóle głowy,
- kłopoty ze snem,
- palpitacje serca,
- dezorientacja oraz poczucie załamania,
- ataki szału, łącznie z koszmarnymi halucynacjami i urojeniami, niekiedy porównywanymi do psychozy.

Dopalacze mogą również powodować chwilowe problemy z oddychaniem, zmęczenie, brak chęci do działania, problemy z koncentracją oraz stany lękowe.

Dopalacze, jak i inne substancje odurzające, niszczą przede wszystkim Ośrodkowy Układ Nerwowy i negatywnie wpływają na pracę mózgu. Zażywanie dopalaczy może być początkiem uzależnienia!

NIE WYPALAJ SIĘ!

Alternatywa dla dopalaczy:

Oto kilka sposobów jak zapewnić sobie jasność umysłu i koncentrację przez cały dzień:

- zdrowo się odżywiaj - świeża nieprzetworzona żywność jest niezbędna dla dobrej pracy mózgu,
- pamiętaj o zjedzeniu rano najważniejszego posiłku dnia – śniadania,
- pij wodę regularnie przez cały dzień - pamiętaj że odwodnienie jest również przyczyną słabej koncentracji,
- w zdrowym ciele zdrowy duch - aktywność fizyczna poprawia funkcjonowanie pracy mózgu - poprzez wysiłek fizyczny wydziela się hormon szczęścia – endorfina.

Unikaj dopalaczy – zażywanie środków odurzających jest szkodliwe w każdym wieku, a spustoszenia, jakie sięgają w dojrzewającym organizmie nie da się naprawić.



Miejsko-Gminne Centrum Kultury Sportu i Turystyki w Siewierzu
ZAPRASZA

FERIE ZIMOWE

PROGRAM

12.02.09 - 13.02.09 - **WYKONANIE PRACY WYKONAWCZYCH**
13.02.09 - 14.02.09 - **WYKONANIE PRACY WYKONAWCZYCH**
14.02.09 - 15.02.09 - **WYKONANIE PRACY WYKONAWCZYCH**
15.02.09 - 16.02.09 - **WYKONANIE PRACY WYKONAWCZYCH**
16.02.09 - 17.02.09 - **WYKONANIE PRACY WYKONAWCZYCH**
17.02.09 - 18.02.09 - **WYKONANIE PRACY WYKONAWCZYCH**
18.02.09 - 19.02.09 - **WYKONANIE PRACY WYKONAWCZYCH**
19.02.09 - 20.02.09 - **WYKONANIE PRACY WYKONAWCZYCH**
20.02.09 - 21.02.09 - **WYKONANIE PRACY WYKONAWCZYCH**
21.02.09 - 22.02.09 - **WYKONANIE PRACY WYKONAWCZYCH**
22.02.09 - 23.02.09 - **WYKONANIE PRACY WYKONAWCZYCH**
23.02.09 - 24.02.09 - **WYKONANIE PRACY WYKONAWCZYCH**
24.02.09 - 25.02.09 - **WYKONANIE PRACY WYKONAWCZYCH**
25.02.09 - 26.02.09 - **WYKONANIE PRACY WYKONAWCZYCH**
26.02.09 - 27.02.09 - **WYKONANIE PRACY WYKONAWCZYCH**
27.02.09 - 28.02.09 - **WYKONANIE PRACY WYKONAWCZYCH**
28.02.09 - 29.02.09 - **WYKONANIE PRACY WYKONAWCZYCH**
29.02.09 - 30.02.09 - **WYKONANIE PRACY WYKONAWCZYCH**
30.02.09 - 01.03.09 - **WYKONANIE PRACY WYKONAWCZYCH**

Miejsko-Gminne Centrum Kultury Sportu i Turystyki w Siewierzu
ZAPRASZA

WYSTAWA

WYSTAWA DEBILITETA PEŁNOCENNA
IM. LEONA KOSCIUSZKI W SIEWIERZU
NA SALONIE KONTAKTYWNO-PLASTYCZNE

WYSTAWA
WYSTAWA DEBILITETA PEŁNOCENNA
IM. LEONA KOSCIUSZKI W SIEWIERZU
NA SALONIE KONTAKTYWNO-PLASTYCZNE

WYSTAWA
WYSTAWA DEBILITETA PEŁNOCENNA
IM. LEONA KOSCIUSZKI W SIEWIERZU
NA SALONIE KONTAKTYWNO-PLASTYCZNE

FERIE W BIBLIOTECE 2019

FILIA BIBLIOTEKI W WOLBOWICACH KOŚCIELNYCH
ZAPRASZA NA

„ŚWIERZCZYKOWE WARSZTATY”

we wtorek, środa, czwartek
w godz. 15⁰⁰ - 17⁰⁰

W SPRAWIE SWIERZCZYKA:

- wypracowania
- konkursy plastyczne
- konkursy wiedzy
- quizy i konkursy

SWIERZCZYK

FILIA BIBLIOTEKI W ZELIWAŃCACH
ZAPRASZA NA

WYSTAWĘ DEBILITETA PEŁNOCENNA
IM. LEONA KOSCIUSZKI W SIEWIERZU
NA SALONIE KONTAKTYWNO-PLASTYCZNE

WYSTAWA
WYSTAWA DEBILITETA PEŁNOCENNA
IM. LEONA KOSCIUSZKI W SIEWIERZU
NA SALONIE KONTAKTYWNO-PLASTYCZNE

MIAMY SIĘ ZIMY NIE BOJMY...

WYSTAWA

WYSTAWA DEBILITETA PEŁNOCENNA
IM. LEONA KOSCIUSZKI W SIEWIERZU
NA SALONIE KONTAKTYWNO-PLASTYCZNE

WYSTAWA
WYSTAWA DEBILITETA PEŁNOCENNA
IM. LEONA KOSCIUSZKI W SIEWIERZU
NA SALONIE KONTAKTYWNO-PLASTYCZNE

Miejsko-Gminne Centrum Kultury Sportu i Turystyki w Siewierzu
ZAPRASZA

BAJALANDIA NAJMIŁOŚCZYCH

PRZESTAWIENIE TEATRALNE
„DETEKTYW ZAGADKA NA TROPIE”

22.02.2019 (pt) godz. 16.00

sala widowiskowa
MCKKST Siewierz

BEZPIECZNE Ferie Zimowe

Porady dla uczestników wypoczynku zorganizowanego

NA WYJAZDZIE WYPOCZYWKOWYM

WYKONANIE PRACY WYKONAWCZYCH

WYKONANIE PRACY WYKONAWCZYCH

WYKONANIE PRACY WYKONAWCZYCH

PROWIDZENIA STAJĄ SIĘ WYKONANIE PRACY WYKONAWCZYCH
WYKONANIE PRACY WYKONAWCZYCH

DOPALACZE - WYPALACZE
„ŚRODKI ZASTĘPCZE”

NIE WYPALAJ SIĘ!

Urząd Miasta i Gminy Siewierz, 42-470 Siewierz, ul. Żwirki i Wigury 16, tel. 32 64 99 400, e-mail: siewierz@siewierz.pl
 Burmistrz Miasta i Gminy Siewierz mgr Zdzisław Banaś