

# GO!

Numer 3/2024 (49) | Wrzesień 2024

CZUBY POŁUDNIOWE / KONSTANTYNÓW / WĘGLIN POŁUDNIOWY / WĘGLIN PÓŁNOČNY





## Drodzy Mieszkańcy, Drogi Mieszkańki,

wraz z początkiem nowego roku szkolnego oddajemy Wam kolejny numer „Gazety Osiedlowej GO!”. Mamy nadzieję, że czas letnich wakacji pozwolił Wam na udany wypoczynek i regenerację sił witalnych. Koniec lata zawsze pobrzmiwa lekko minorową nutą, choć aura z pewnością daleka jest jeszcze od jesiennych chłódów. Jedno jest pewne – w naszych Dedekach nadal będzie gorąco!

Rozpoczęliśmy nowy sezon, a w nim czeka na Was mnóstwo atrakcyjnych zajęć. W naszej ofercie, oprócz znanych, lubianych i kontynuowanych form, trafiacie również na zupełnie nowe propozycje. Znajdzie się tu coś dla fanów i fanki ruchu, tańca czy różnych aktywności – w tym na świeżym powietrzu; odnajdą coś dla siebie miłośnicy i miłośniczki muzyki, teatru, kina i plastyki; nie zabraknie opcji dla fanów i fanki gier i komiksów; będzie czas na rozwijanie praktycznych zdolności manualnych. Nasza oferta tradycyjnie jest urozmaicona i skierowana do wszystkich grup wiekowych – dzieci, młodzieży i dorosłych, w tym seniorów. W numerze zamieszczamy pełen grafik cotygodniowych zajęć i ofertę kulturalnych aktywności na najbliższy czas. Zachęcamy do sprawdzania naszych propozycji. Odwiedzajcie nasze stale aktualizowane strony internetowe i social media, a przede wszystkim odwiedzajcie nasze Dedeki.

W nowym sezonie i roku szkolnym życzymy Wam dużo energii, motywacji, kreatywności i wytrwałości, a co za tym idzie – dużo progresu i sukcesów. Do zobaczenia w Dedekach!

■ Zespół Redakcyjny „GO!”

## W Kinie na Węglinie

Kontynuujemy cykl niedzielnych, rodzinnych projekcji filmowych. W sezonie 2024/2025 wyświetlimy filmy w dwóch odrębnych kategoriach wiekowych – od 4 oraz od 6 roku życia. Tytuły, które wybraliśmy, opowiadają wartościowe historie z przekazem. Charakteryzują się także wyjątkową estetyką. Jak na dobre i uniwersalne opowieści dla dzieci przy-



materiały prasowe dystrybuitora

stało, pojawiają się w nich bohaterzy, którzy mierzą się z trudnościami, odkrywają w sobie pokłady mądrości, mocy, dobra i odwagi, zdobywają cenne doświadczenia. Filmy poruszają istotne zagadnienia: dlaczego rodzina jest ważna, czym jest prawdziwa przyjaźń, dlaczego warto pomagać innym i jak można w konstruktywny sposób regulować swoje emocje.

Wśród naszych propozycji są filmy przygodowe, rodzinne, detektywistyczne, aktorskie i animacje wykonane w różnych technikach i stylizacjach. Filmy powstały w różnych krajach o odmiennych kulturach, co jest ich dodatkowym atutem. Cykl W Kinie na Węglinie to nie lada gratka dla małych pasjonatów i pasjonatek kina wciągającego, ale łagodnego dla zmysłów. Bez reklam. Bez jedzenia. Bez nadmiernego nagłośnienia. I bez przebudzowania.

### REPERTUAR 4+

**13 października, Kacper i Emma – najlepsi przyjaciele**, reżyseria Arne Lindtner Næss, Norwegia 2013 / 74 minuty.

**10 listopada, Filonek Bezogonek**, reżyseria Christian Ryltenius, Szwecja 2020 / 67 minut.

**8 grudnia, Magiczne święta Kacpra i Emmy**, reżyseria Arne Lindtner Næss, Norwegia 2014 / 80 minut.

### REPERTUAR 6+

**20 października, Biuro Detektywistyczne Lassego i Mai. Tajemnica skorpiona**, reżyseria Tina Mackic, Szwecja 2022 / 83 minuty.

**17 listopada, Szkoła magicznych zwierząt**, reżyseria Gregor Schnitzler, Austria 2021 / 89 minut.

**15 grudnia, Nowe przygody Dzieci z Bullerbyn**, reżyseria Lasse Hallström, Szwecja 1987 / 95 minut.

Pełny repertuar do czerwca 2025 dostępny jest na stronie [www.ddkweglin.pl](http://www.ddkweglin.pl).

■ Magdalena Kwaśna  
[m.kwasna@ddkweglin.pl](mailto:m.kwasna@ddkweglin.pl)

*Seanse odbywają się w DDK „Węglin”. Rozpoczynają się o godzinie 11.00. Bilety w cenie 12 złotych (dziecko) i 15 złotych (dorosły) można kupić na 30 minut przed filmem w kasie DDK „Węglin”. Rezerwacje biletów – telefon: 882 433 036 lub e-mail: [zajecia@ddkweglin.pl](mailto:zajecia@ddkweglin.pl).*

DDK

Nakład 3 000 egzemplarzy

**Wydawca:**  
Dzielnicowy Dom Kultury „Węglin”.  
Teksty, redakcja, korekta, skład i łamanie:  
Zespół Dzielnicowego Domu Kultury  
„Czuby Południowe” i „Węglin”,  
materiały od Rady Dzielnicy.  
**Skład redakcji:**  
Pracownicy DDK „Węglin”.  
**Okładka:**  
Ludomir Franczak.  
**Zdjęcia:**  
Paweł Mazur, Marcin Pietrusza, Jacek Świerczyński, Tomasz Toporowski, Archiwum DDK „Czuby Południowe” i „Węglin”, materiały Rady i Zarządu Dzielnicy Węglin Północny.  
**Komiks:**  
Kajetan Kowalski.  
**Kontakt z redakcją:**  
Dzielnicowy Dom Kultury „Węglin”,  
ul. Judyma 2a,  
20-716 Lublin,  
[www.ddkweglin.pl](http://www.ddkweglin.pl),  
[info@ddkweglin.pl](mailto:info@ddkweglin.pl).  
Finansowane ze środków  
Dzielnicowego Domu Kultury „Węglin”  
i Rady Dzielnicy Węglin Północny.

## Zagraj z nami samba reggae

Caixa, cuicas czy surdo – to nazwy brazylijskich bębniów do samby. Gra się na nich pałkami, a ich konstrukcja umożliwia bębnienie w marszu podczas pochodów. Tradycyjne brazylijskie rytmy, takie jak batucada, są żywe, energiczne i porywają do tańca – nie tylko podczas karnawału w Rio, ale przez cały rok! I właśnie takich rytmów można nauczyć się na naszych warsztatach bębniowych.

Prowadzący – Rafał Maj, współzałożyciel formacji Sambasim – doświadczenie zdobywał w zespołach takich jak: Jahiar Group, Skubańce, Colour Squad, Blocco Central czy w składzie Słoma i Bębnioluby. Specjalizuje się w rytmach afrykańskich i brazylijskich, działalność warsztatową prowadzi od 2014 roku, zapoznając swoich Uczniów i Uczennice z samba reggae czy yankadi.

Do składu Maj Drummers zapraszamy osoby dorosłe, zarówno początkujące, jak i zaawansowane w technikach bębniarskich. Do usłyszenia!

■ Lidka Szpulka  
[m.jakubowska@ddkweglin.pl](mailto:m.jakubowska@ddkweglin.pl)

Zajęcia odbywają się w środy w godzinach 19.00–21.00 w DDK „Węglin”.



w Lesie. Spacery, na które może się zapisać każdy, są doskonałą okazją, aby oderwać się od codziennych obowiązków i zanurzyć w zieleni. Uczestnicy i Uczestniczki dowiadują się więcej o lokalnej faunie i florze oraz poznają bliżej Stary Gaj.

Kolejną propozycją jest Lasoteka. To warsztaty, których zadaniem jest zapoznanie Dzieci i Młodzieży z przyrodą miast i przedmieść, z całym jej bogactwem i złożonością: ptakami, ssakami, drzewami i mniejszymi roślinami, owadami, gatunkami chronionymi. Uczestnicy i Uczestniczki zajęć dzięki spacerom poznają tajemnice przyrody osiedla i najbliższego otoczenia. Celem zajęć jest uwrażliwienie Dzieci na otaczającą nas przyrodę. Tę dziką, daleką i nieokiełznaną, ale i tę bliską, na wyciągnięcie ręki.

■ Agata Jagodzińska  
[a.jagodzinska@ddkczubypoludniowe.pl](mailto:a.jagodzinska@ddkczubypoludniowe.pl)

*Najbliższe Bywaj w Lesie będzie 29 września 2024 w godzinach 11.00–13.00. Zapisy przez formularz dostępny na stronie [www.ddkczubypoludniowe.pl](http://www.ddkczubypoludniowe.pl). Na Lasotekę zapraszamy we wtorki, w godzinach 17.00–18.00 (Dzieci 7–9 lat) i 18.00–19.00 (Młodzież 10–13 lat) do DDK „Czuby Południowe”.*



## Oferta warsztatowa 2024/2025



Dzielnicy Dom Kultury „Węglin”

### ANGIELSKI DLA SENIORÓW

Andrzej Kępski  
Zajęcia z języka angielskiego. Poziom średnio zaawansowany B1  
poniedziałki, 10.00–11.30 / 11.30–13.00

### DYNKS

Bartosz Siwek, Łukasz Staniewski  
Warsztaty teatralne dla młodzieży (11–16 lat)  
poniedziałki, 17.00–19.00

### GIMNASTYKA DLA SENIORÓW

Agnieszka Adamczewska  
Zajęcia łączące cechy rehabilitacji i fitnessu  
wtorki i czwartki, 8.30–9.30

### JOGA

Monika Trypuz  
Zajęcia z hatha jogi zarówno dla początkujących, jak i zaawansowanych praktykujących  
poniedziałki i piątki, 8.00–9.30

### LADY FIT

Joanna Warych  
Zajęcia fitness wspomagające stan fizycznego zdrowia i dobrego samopoczucia  
piątki, 18.45–20.00

### LUBELSKIE CZADERKI

Magdalena Piórkowska  
Reprezentacyjna grupa cheerleaderek dla senierek  
wtorki i czwartki, 9.45–12.00

### MAJ DRUMMERS

Rafał Maj  
Warsztaty bębniarskie dla dorosłych oparte na rytmach rodem z gorącej Brazylii  
środy, 19.00–21.00

### SLOW JOGGING

Monika Trypuz  
Trucht witalny przynoszący więcej energii, lepsze samopoczucie i satysfakcję  
poniedziałki i piątki, 9.30–10.15

### SPOTKANIA TEATRALNE

Teresa Filarska  
Warsztaty teatralne dla senierek i seniorów  
środy i piątki, 11.30–13.30

### SPOTKANIA Z JĘZYKIEM POLSKIM

Anastazja Lisowska  
Zajęcia dla Ukraińców i Ukrainek, którzy chcą doskonalić znajomość języka polskiego  
piątki, 16.30–18.30

### SPOTKANIA Z TEMPERĄ

Monika Spuz-Szpos  
Zajęcia malowania w technice tradycyjnej tempery żółtkowej na deskach lipowych  
czwartki, 17.00–19.30

### STREET-DANCE FORMACJA

Agnieszka Bosek  
Warsztaty taneczne dla dzieci w wieku 6–12 lat, grupa reprezentacyjna  
wtorki i czwartki 18.30–19.30

### STREET-DANCE – grupa początkująca

Agnieszka Bosek  
Warsztaty taneczne dla dzieci w wieku 6–12 lat – nowy nabór, nauka od podstaw  
wtorki, 17.30–18.30

### W MŁODYM DUCHU

Klaudia Płaczowska  
Warsztaty ruchowe dla dzieci w wieku 3–5 lat  
wtorki, 16.30–17.30

### WARSZTATY CYRKOWE

Katarzyna Kurowska  
Zajęcia cyrkowe dla dzieci. Dwie grupy wiekowe: 6–9 lat i 10–13 lat  
poniedziałki: 17.30–18.30 / 18.30–19.30

### WSZYSTKIE STRONY TAŃCA

Anita Łucjan-Kowalska  
Warsztaty nauki tańców w kręgu oraz tańców liniowych z różnych stron świata. Dwie grupy: początkująca (nowy nabór) i zaawansowana  
środy, 17.30–18.30 / 18.30–20.00



Dzielnicy Dom Kultury „Czuby Południowe”

### ANGIELSKI DLA DOROSŁYCH

Andrzej Kępski  
Zajęcia z języka angielskiego. Poziom podstawowy A2 i średnio zaawansowany B1 i B2  
środy, 17.00–18.00 / 18.15–19.15 / 19.30–20.30

### DUŻA PRACOWNIA PLASTYCZNA

Lidka Szpulka  
Zajęcia manualne dla dzieci w wieku 8–12 lat  
wtorki, 18.00–19.30

### MAŁA PRACOWNIA PLASTYCZNA

Lidka Szpulka  
Zajęcia manualne dla dzieci w wieku 5–7 lat  
wtorki, 17.00–18.00

### LASOTEKA

Jakub Orłowski / Inspektor Bywak  
Zajęcia przyrodnicze dla dzieci i młodzieży. Dwie grupy wiekowe: 7–9 lat i 10–14 lat  
wtorki, 17.00–18.00 / 18.00–19.00

### SZACHOWE SZTUKI WALKI

Michał Kowalik  
Nauka gry w szachy. Grupa początkująca (7–14 lat) i średnio zaawansowana (bez ograniczeń wiekowych)  
poniedziałki, 17.00–18.00 / 18.00–19.00

### SZYCIE JEST PIĘKNE

Dorota Pachol  
Zajęcia z szycia ręcznego od podstaw dla dzieci w wieku 4–8 lat  
czwartki, 17.00–18.00

### W DOBRYM STANIE

Lilia Potonia  
Zajęcia arteterapeutyczne dla osób w wieku senioralnym i dorosłych  
czwartki, 10.00–11.30

### WARSZTATY KOMIKSOWE

Agata Jagodzińska,  
Grzegorz J. Nowicki  
Zajęcia z rysowania komiksów. Grupa początkująca (6–12 lat) i średnio zaawansowana (10–100 lat)  
czwartki, 17.00–18.00 / 18.00–19.00

Wszystkie zajęcia są płatne. Cennik opłat i zasady płatności znajdują się na stronie [www.ddkweglin.pl](http://www.ddkweglin.pl) oraz [www.ddkczubypoluniowe.pl](http://www.ddkczubypoluniowe.pl).

Zapisy i informacje:

DDK „Węglin”:

e-mail: [zajecia@ddkweglin.pl](mailto:zajecia@ddkweglin.pl),

telefon: 882 433 036,

DDK „Czuby Południowe”:

e-mail: [zajecia@ddkczubypoluniowe.pl](mailto:zajecia@ddkczubypoluniowe.pl),

telefon: 882 433 041.

**Przedstawiamy wywiad z Tomaszem Toporowskim, który opowiada o swoich pasjach, nowych wyzwaniach i korzyściach z przynależenia do Młodzieżowej Rady Programowej.**

Cześć Tomaszu!

Dzień dobry!

Jak minęły Ci wakacje?

Bardzo dobrze! Byłem w Rumunii. Jest tam przede wszystkim ciepłe morze i ciekawe okazy ptaków, którym robiłem zdjęcia.

A jak tam szkoła?

Powoli się wdrażam. Jestem w I klasie



liceum, na profilu biologiczno-chemicznym. Plan lekcji jeszcze trochę się zmienia, ale mam nadzieję, że od poniedziałku będzie już stały. Oprócz tego z zajęć dodatkowych od października będę miał język angielski.

Opowiedz trochę, czym się interesujesz? Jakie masz pasje?

Moją największą pasją jest ornitologia. Bardzo lubię obserwować ptaki i robić im zdjęcia. Lubię też składać origami. Czasem pogram także w gry komputerowe, głównie strategiczne.

Gdzie się uczyłeś składać origami?

Nauczyłem się sam. Zobaczyłem w Internecie i spróbowałem. Spodobało mi się. Jest to sztuka składania papieru bez używania kleju. Jak chcemy złączyć kilka elementów w jeden, trzeba wszystko dobrze się pozaczepiać. To się nazywa origami modułowe. Najważniejsza tutaj jest cierpliwość. I dużo papieru, ponieważ początkowo nie wszystko może wychodzić.

A jak zaczęła się Twoja przygoda z ornitologią?

Poszedłem z babcią na pocztę i tam zobaczyłem znaczki z papugami. Byłem bardzo zaciekawiony, co to za ptaki i dostałem

wtedy zbiór broszur, w którym były zdjęcia ptaków i ich nazwy. Później dostałem także aparat i tak to się rozwinęło.

Wiążesz swoją przyszłość z ornitologią? Czy to taka pasja po godzinach?

Jest to słabo płatny zawód, dodatkowo jest też mało dziedzin pracy związanych ściśle z ornitologią, także raczej traktuję to jako swoją pasję, ale kto wie... Może kiedyś się uda przekuć to w zawód.

Masz jakieś ornitologiczne zdjęcie, z którego jesteś najbardziej zadowolony?

Najbardziej jestem dumny ze zdjęcia żolny. Dodatkowo, pierwszy raz, właśnie w Rumunii, widziałem dropia.

Czy to jest pasja, która może być niebezpieczna?

Raczej jest to spokojna aktywność. Na pewno jest potrzebna cierpliwość. Z czasem nabiera się wprawy. Ważny jest też dobry słuch, by umieć rozpoznawać z odległości odgłosy różnych ptaków.

A czy pamiętasz moment dołączenia do Młodzieżowej Rady Programowej?

Jak dowiedziałeś się o naborze?

Było to podczas jednego z wydarzeń organizowanych przez DDK. Dostałem informację, że będzie realizowany projekt

## KOMIKS NUMERU

Kajetan Kowalski  
Warsztaty Komiksowe  
DDK „Czuby Południowe”





dla młodzieży i zdecydowałem się spróbować i dołączyć.

**A jaka była Twoja motywacja dołączenia do Młodzieżowej Rady?**

Na początku szedłem z otwartą głową, po prostu byłem ciekawy, co to będzie. Ale później, jak zaczęliśmy współtworzyć różne wydarzenia, zależało mi, by ludzie poznali bliżej ornitologię i się nią zainteresowali.

**Pojawiło się poczucie misji?**

Po jakimś czasie trochę tak!

**Pamiętasz pierwsze warsztaty ornitologiczne, które prowadziłeś?**

Tak. Było to podczas Święta Dzielnicy Czuby Południowe (w 2023 roku – przyp. red.). Było to również wydarzenie, które najbardziej zapadło mi w pamięć. Mogłem wtedy podzielić się z innymi tym, co już wiem i rozbudzić w nich ciekawość. Miałem wtedy swoje autorskie zdjęcia ptaków i pióra, które udało mi się zebrać podczas moich obserwacji. Było nawet spore zainteresowanie. Jestem bardzo zadowolony z tych warsztatów.

**Czy prowadzenie takich warsztatów było dla Ciebie wyzwaniem?**

Jeżeli ktoś coś lubi i się tym interesuje, jest szczęśliwy, że to robi, to nie powinno być z tym problemem. Prowadzenie tych warsztatów było przyjemnością, ale i bardzo ciekawym doświadczeniem. Bardzo chętnie poprowadziłbym jeszcze takie zajęcia.

**Jak zachęciłbyś swoich rówieśników i rówieśniczki do dołączenia do Młodzieżowej Rady Programowej?**

Można poznać nowe osoby, które mają ciekawe zainteresowania. Jeśli ktoś ma wolny czas, to można go w spędzić w kreatywny sposób. Można się też dowiedzieć wielu nowych rzeczy podczas organizowania wspólnych wydarzeń.

**A nie było to dla Ciebie barierą, że – na samym początku – byłeś jedynym chłopakiem w zespole?**

Zastanawiałem się, jak to będzie, ale po czasie moje obawy zniknęły. Wszyscy w Radzie są bardzo mili i wszystkich bardzo lubię.

**Masz jakieś wydarzenie, które chciałbyś zrealizować, będąc w Radzie?**

Takie moje wymarzone wydarzenie to wspólny wakacyjny wyjazd gdzieś daleko, nawet za granicę!



**Czyli wychodzimy poza ramy DDK, zmieniamy całkowicie otoczenie? Tak, takie wyjazdy są bardzo integrujące.**

**Czy uczestnictwo w Młodzieżowej Radzie coś Ci dało?**

Nauczyłem się lepszego dogadywania się z innymi. Młodzieżowa Rada to duża grupa, na początku całkiem obca, a jednak trzeba się jakoś między sobą dogadać, coś wspólnie zaplanować. Zdobyłem umiejętność pójścia na kompromis i współpracy w grupie.

**Teraz przed Tobą nowe wyzwania, początki liceum. Jak się czujesz, jesteś zadowolony ze swojej decyzji co do klasy o profilu biologiczno-chemicznym?**

Uważam, że to była bardzo dobra decyzja, w biologii czuję się dobrze, a chemię ogarnę. Osoby w mojej klasie też są bardzo fajne.

**A jak odpoczywasz? Masz swoje sposoby na reset?**

Bardzo lubię spacerować i jeździć na rowerze, robię dużo kilometrów. Słucham też muzyki, najbardziej lubię metal. Moje ulubione zespoły to Metallica i Megadeth. Lubię puścić sobie głośno muzykę i się odciąć. Próbowałem kiedyś grać na gitarze, ale to nie dla mnie.

**Mamy to! Dziękuję za rozmowę!**

Ja również dziękuję!

■ Rozmawiała Magdalena Piotrowska  
m.piotrowska@ddkczubypoludniowe.pl

## Slow jogging – sposób na zdrowie i dobre samopoczucie

W dobie coraz większej świadomości zdrowotnej i dążenia do aktywnego trybu życia slow jogging zyskuje na popularności jako alternatywa dla tradycyjnego biegania. To technika, która jest odpowiednia dla każdego, niezależnie od wieku czy poziomu sprawności fizycznej. Pomysłodawcą slow joggingu jest profesor Hiroaki Tanaka, japoński ekspert w dziedzinie nauk o zdrowiu, a w Polsce technikę tę promuje Maciej Kozakiewicz.



**Czym jest slow jogging?**

To sposób biegania w tempie *niko niko*, co w języku japońskim oznacza „z uśmiechem na twarzy”. To tempo, w którym możemy swobodnie rozmawiać i czerpać przyjemność z samego ruchu, bez poczucia zmęczenia czy dyskomfortu. Profesor Tanaka opracował tę metodę, aby promować zdrowie i aktywność fizyczną wśród osób, które z różnych powodów nie mogą lub nie chcą angażować się w intensywny wysiłek fizyczny. W przeciwieństwie do tradycyjnego biegania slow jogging nie obciąża stawów, co czyni go bezpieczniejszym dla osób starszych i tych z problemami zdrowotnymi.

**Korzyści zdrowotne**

Badania i publikacje profesora Tanaki wskazują na liczne korzyści zdrowotne płynące z uprawiania slow joggingu. Regularne treningi w tempie *niko niko* wpływają pozytywnie na układ sercowo-naczyniowy, pomagają w utrzymaniu prawidłowej wagi ciała oraz poprawiają wydolność organizmu. Co więcej, slow jogging wspiera zdrowie psychiczne – pomaga zredukować stres, poprawia nastrój i daje poczucie relaksu. Maciej Kozakiewicz, propagator slow joggingu w Polsce, zwraca uwagę, że technika ta jest doskonałą alternatywą dla osób, które zniechęcają

się do aktywności fizycznej z powodu bólu, zmęczenia czy braku motywacji.

**Dlaczego warto spróbować?**

Slow jogging to doskonały sposób na rozpoczęcie przygody z aktywnością fizyczną, szczególnie dla osób, które nigdy wcześniej nie biegały lub mają negatywne doświadczenia z intensywnym wysiłkiem. Nie wymaga specjalistycznego sprzętu ani przygotowania – wystarczą wygodne buty i chęć do wyjścia na świeże powietrze. Jest to aktywność, która pozwala na odkrycie radości płynącej z ruchu. Slow jogging to prosty, przyjemny i efektywny sposób dbania o zdrowie oraz dobre samopoczucie. Niezależnie od wieku czy doświadczenia sportowego każdy może znaleźć w nim coś dla siebie i cieszyć się korzyściami, jakie przynosi regularna aktywność fizyczna.

■ Monika Trypuz

Zajęcia odbywają się w poniedziałki i piątki 9.30–10.15 na świeżym powietrzu, na terenach wokół DDK „Węglin”.

## Zabierz klasę do Dedeku!

Z początkiem września ruszyły zapisy na zajęcia dla grup zorganizowanych. W tym sezonie klasy i grupy przedszkolne mogą przyjść do nas na:

**Warsztaty Okazjonalne** – zajęcia plastyczne inspirowane porami roku i ważnymi datami w kalendarzu. W ofercie między innymi: jesienny krajobraz wyklejany z naturalnych materiałów, roślinny monoprínt, kolorowa doniczka na Dzień Nauczyciela. Dzieci zabierają ze sobą prace, które stworzą. Zapraszamy grupy przedszkolne i szkolne. Miejsce warsztatów: DDK „Węglin”, DDK „Czuby Południowe”. Koszt: 20 zł od Dziecka.

**Szkolne Triki** – zajęcia cyrkowe dla klas 0–3. Uczestnicy i Uczestniczki poznają od podstaw triki, próbując swoich sił w pracy z wybranymi atrybutami, takimi jak: talerze, chińskie jojo, flowersticks, chusteczki, piłeczki, obręcze, maczugi. Warsztaty rozwijają umiejętności motoryczne, koncentrację i koordynację ruchową. Miejsce warsztatów: DDK „Węglin”. Koszt: 15 zł od Dziecka.

**Młode Horyzonty Edukacja** – kino studyjne dla Dzieci i Młodzieży. Seans wzbogacony jest o omówienie filmu dostosowane



do wieku Uczestniczek i Uczestników. Udział w zajęciach pozwala pogłębić zrozumienie treści, dostarcza wiedzy o filmach i umożliwia dyskusję o poznanych bohaterach, wartościach, przesłaniu, sposobach rozumienia filmowego przekazu. Miejsce warsztatów: DDK „Węglin”. Koszt: 12 zł od Dziecka.

■ Lidka Szpulka  
m.jakubowska@ddkweglin.pl

Daty i godziny zajęć są ustalane indywidualnie. Zainteresowanych nauczycieli i nauczycielki prosimy o kontakt: e-mail: zajecia@ddkweglin.pl, telefon: 882 433 036; zajecia@ddkczubypoludniowe.pl, telefon: 882 433 041

## W młodym duchu

We wrześniu rozpoczęliśmy nowy sezon warsztatowy, w którym nie zabraknie zajęć dla najmłodszych. Naszą propozycją dla Dzieci w wieku od 3 do 5 lat są zajęcia W Młodym Duchu. Warsztaty zostały stworzone z myślą o pełnych energii przedszkolakach. Na zajęciach będzie okazja do intensywnego ruchu oraz bogatych doznań sensorycznych. Warsztaty poprowadzi Klaudia Płaczkowska – pedagogka i animatorka kultury, absolwentka pedagogiki na Uniwersytecie Warszawskim. W kontakcie z dziećmi główny nacisk kładzie na wpieranie rozwoju społecznego poprzez umacnianie wiary we własne możliwości, naukę pracy zespołowej oraz zdrowej rywalizacji. Ma doświadczenie jako nauczycielka w przedszkolu bliskościowym. Na co dzień pracuje w fundacji edukującej dzieci i młodzież do pracy z nowoczesnymi technologiami.

■ Magdalena Żelazko  
m.zelazko@ddkweglin.pl

Na zajęcia zapraszamy we wtorki, w godzinach 16.30–17.30 do DDK „Węglin”.

## Co robią maluchy na Czubach?

Początek sezonu to nie tylko zapisy na popołudniowe zajęcia cotygodniowe dla dzieci, młodzieży i dorosłych. To również powrót do regularnych spotkań z cyklu mamalucha.

Na zajęcia we wtorkowe przedpołudnia zapraszamy Dzieci w wieku od kilku miesięcy do czterech lat i ich Opiekunki/Opiekunów. Proponujemy zabawy plastyczne, ruchowe, sensoryczne i muzyczne, poznawanie literatury dziecięcej i dostosowanych do wieku animacji, od czasu do czasu zapraszamy także gości z ciekawymi propozycjami warsztatów. Podczas spotkań pracujemy w spokojnym tempie, stawiamy na przyjemne spędzanie czasu w przyjaznej atmosferze, zostawimy przestrzeń na rozmowy dorosłych i adaptację Maluchów w grupie rówieśniczej.

We wrześniu będziemy wspominać wakacje, bawić się piaskiem i wodą, badać przeciwieństwa i oglądać książeczki dotykowe. Szczegółowy plan można znaleźć w naszych mediach społecznościowych i na stronie internetowej. Zapraszamy!

■ Anna Hawryluk  
a.hawryluk@ddkczubypoludniowe.pl

Zajęcia mamaluchy są bezpłatne, nie prowadzimy zapisów. Spotykamy się we wtorki w godzinach 10.30–12.00 w DDK „Czuby Południowe”.



## Rusz się babko!

Czujesz w kościach, że brakuje ci ruchu? Tęsknisz za aktywnością fizyczną, której kiedyś w twoim życiu było więcej, a teraz trudno ci się do niej zmobilizować? A może chcesz w końcu zadbać o siebie w zdrowy sposób? Jesień to idealna pora!



Rozpoczęliśmy kolejny sezon zajęć Lady Fit z Joanną Warych. Program spotkań ułożony jest w taki sposób, aby krok po kroku, tydzień po tygodniu, ćwiczyć całe ciało w sposób różnorodny i z wykorzystaniem rozmaitych form ruchu, między innymi pilatesu, treningów interwałowych, ćwiczeń brzuch-uda-pośladki, aerobiku, pracy z hantlami czy taśmami. Plan treningów nie jest sztywny, a Instruktorka uwzględnia propozycje Uczestniczek, dostosowując ćwiczenia do potrzeb grupy. Zapraszamy!

**Lidka Szpulka**  
m.jakubowska@ddkwęglin.pl

*Zajęcia odbywają się w DDK „Węglin” w piątki o godzinie 18.45 i trwają 75 minut.*



## Wspominamy XXIII Dzień Węglina!

15 czerwca wspólnie świętowaliśmy XXIII Dzień Węglina. Na zorganizowanym z tej okazji festynie osiedlowym nie zabrakło słońca, atrakcji i radości. Dobra zabawa przeplatana z chwilami wzruszeń wypełniały Węglin Arenę od rana do późnych godzin wieczornych. Imprezę rozpoczęła cześć rekreacyjno-sportowa. Głównym punktem była tu piłka nożna. Rozegrano emocjonujące mecze w różnych kategoriach wiekowych, podsumowaniem bloku był mecz dorosłych drużyn Węglina Północnego i pracowników OBI.

Przez cały dzień mogliśmy odwiedzać stoiska tematyczne z przeróżnymi ofertami i atrakcjami – od najpopularniejszych wśród najmłodszych uczestników dmuchańców, skakańców i stoisk ze smakołykami, przez warsztaty, prezentacje, pokazy, po stanowiska edukacyjne i wydawnicze.

Od godzin popołudniowych centrum wydarzeń stała się scena zorganizowana na placu koncertowym Węglin Areny. Tutaj odbyła się urozmaicona i atrakcyjna część artystyczna. Mogliśmy w niej podziwiać występy muzyczne, taneczne i teatralne. Wśród artystów były reprezentacyjne grupy Dzielnicowego Domu Kultury „Węglin” oraz zespoły z innych placówek, m.in. ze Szkoły Podstawowej im. Królowej Jadwigi w Lublinie, z Niepublicznego Przedszkola Król Maciuś I i Król Maciuś II oraz z Domu Kultury „Skarpa”. Kulminacyjnym i wyjątkowo wzruszającym punktem XXIII Dnia Węglina było uroczyste przyznanie i wręczenie nagrody Godność Czyniącego Dobro. Decyzją Rady Dzielnicowej Węglina Północny to honorowe wyróżnienie przypadło w tym roku Annie Kuszneruk i Jackowi Bednarczykowi.

Muzyczną część imprezy uświetniły występy zespołów Kasia i Tomek, TB Skład 1630, Niedzielni Kierowcy, Route S17, do tego na sentymentalną nutę zaśpiewali artyści z Amatorskiego Teatru Towarzystwskiego. Prawdziwym hitem okazał się koncert głównych gości sceny muzycznej XXIII Dnia Węglina – duetu Łukasz Jemioła i Paweł Błędowski. Znane przeboje The Beatles oraz autorski repertuar w aranżacjach gitarowo-wokalnych idealnie i nastrojowo domknęły imprezę. XXIII Dzień Węglina był taki jak pogoda w tym dniu – wyjątkowo udany! Do zobaczenia w przyszłym roku.

Dziękujemy sponsorom festynu XXIII Dzień Węglina, którymi byli: Miasto Lublin, w tym: Wydział Kultury, Wydział Promocji, Wydział Ochrony Środowiska, a także: Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji, Miejskie Przedsiębiorstwo Wodociągów i Kanalizacji, Straż Miejska – EKOPATROL, Miejska Biblioteka Publiczna im. Hieronima Łopacińskiego, Dzielnicowy Dom Kultury „Węglin”, Dzielnicowy Dom Kultury „Bronowice”, Rada Dzielnicowej Węglina Północny, WodaDom – Michał Filipczak, OBI, Poseł na Sejm Joanna Mucha, Radna Miasta Lublin Monika Orzechowska, Radny Miasta Lublin Jarosław Pakula, Andrzej Gajak, Grzegorz Szymczak.

Podziękowania dla osób zaangażowanych w przygotowanie festynu: Członków Stowarzyszenia Kulturalno-Oświatowego „Węglin Północny” oraz Rady Dzielnicowej Węglina Północny, a w szczególności dla Marii Zdanowskiej i Ireny Piędzi oraz Beaty Żuraw i Beaty Filipczak za przygotowanie wspaniałych ciast.

Rada Dzielnicowej Węglina Północny