



Koło Gospodyń Wiejskich DZIEWCZYN Y Z KOMOROWA

PREZENTACJA DZIAŁAŃ 2023

Koło Gospodyń Wiejskich DZIEWCZYN Y Z KOMOROWA



- Koło założone zostało w marcu 2019 i liczy 41 członkiń (stan - styczeń 2024), siedziba mieści się w Komorowie
- Organizacja wydarzeń kulturalnych i sportowych, spotkań integracyjnych, edukacyjnych i prozdrowotnych oraz warsztatów i szkoleń
- Nasza działalność charakteryzuje się dużym wkładem pracy społecznej członkiń Koła 😊
- Kontakt: dziewczynyzkomorowa@gmail.com
- Facebook: @DziewczynyzKomorowa

Koło Gospodyń Wiejskich DZIEWCZyny Z KOMOROWA





**DZIAŁANIA DOFINANSOWANE
Z BUDŻETU GMINY MICHAŁOWICE W
RAMACH DOTACJI DLA ORGANIZACJI
POZARZĄDOWYCH**

KULTURA I OCHRONA DZIEDZICTWA NARODOWEGO



„W KRĘGU HISTORII, TRADYCJI I DZIEDZICTWA KULINARNEGO” (27.03 - 31.12.2023)

- **5 warsztatów rękodzieła**

- Palmy wielkanocne, 2-godzinny, 25 uczestników
- Ozdoby wielkanocne, 2-godzinny, 16 uczestników
- Pisanki, 2-godzinny, 18 uczestników
- Lampiony bożonarodzeniowe, 2-godzinny, 15 uczestników
- Wianki bożonarodzeniowe, 3-godzinny, 40 uczestników

- **Miejsce warsztatów**

- Warsztat (DDS) w Komorowie ul. Ceglana 2d oraz Oberża U Michała w Komorowie, ul. Kolejowa 9

- **Uczestnicy**

- 114 mieszkańców Gminy Michałowice z różnych grup wiekowych

Warsztaty rękodzieła Palmy wielkanocne



DOFINANSOWANE Z BUDŻETU
GMINY MICHAŁOWICE W RAMACH
DOTACJI DLA ORGANIZACJI
POZARZĄDOWYCH



Warsztaty rękodzieła

Ozdoby wielkanocne



Warsztaty rękodzieła Pisanki



Warsztaty rękodzieła

Lampiony bożonarodzeniowe



Warsztaty rękodzieła Wianki bożonarodzeniowe



DOFINANSOWANE Z BUDŻETU
GMINY MICHAŁOWICE W RAMACH
DOTACJI DLA ORGANIZACJI
POZARZĄDOWYCH



KULTURA I OCHRONA DZIEDZICTWA NARODOWEGO



„W KRĘGU HISTORII, TRADYCJI I DZIEDZICTWA KULINARNEGO” (27.03 - 31.12.2023)

- **Podróże ze smakiem**

- 1 wycieczka autokarowa 3-dniowa „Sandomierz i okolice”
- Wyjazd z Komorowa 27 czerwca o 7:45, powrót 29 czerwca o 20:00
- Program zwiedzania (z przewodnikami) Zamek Krzyżtopór - Ujazd, Pałac w Baranowie Sandomierskim, Sandomierz (rynek, ratusz, Brama Opatowska, kościół Św. Józefa, Podziemna Trasa Turystyczna, kościół Św. Jakuba, Ucho Igielne, wąwóz lessowy), Nałęczów, Pałac Zamoyskich w Kozłowie
- Wizyty u lokalnych producentów fasoli wrzawskiej „Piękny Jaś” we Wrzawach, w Winnicy Płochockich w Darominie oraz w Kolonii Pogorzel (sery zagrodowe)

- **Zakwaterowanie**

- Hotel „Pod Pieprzówkami” w Zalesiu Gorzyckim

- **Uczestnicy**

- 30 mieszkańców Gminy Michałowice, dorośli i młodzież

Wycieczka „Sandomierz i okolice” - Sandomierz



DOFINANSOWANE Z BUDŻETU
GMINY MICHAŁOWICE W RAMACH
DOTACJI DLA ORGANIZACJI
POZARZĄDOWYCH



SANDOMIERZ I OKOLICE
"podróż ze smakiem" 27-29 CZERWCA 2023

W PROGRAMIE

Wyjazd autokarem 27.06.2023 o godz. 7:45
spod szkoły w Komorowie.

Zwiedzanie:
Zamek Krzyżtopór w Ujeździe, Zamek w
Baranowie Sandomierskim, Sandomierz,
Nałęczów, Pałac Zamoyskich w Kozłowie.
Degustacja regionalnych specjałów.
Powrót do Komorowa 29.06.2023 ok. 20:00

Dofinansowanie otrzymała organizacja, społeczność, stowarzyszenie,
i podobnie, w ramach dotacji dla organizacji pozarządowych

ORGANIZATOR
Kółko Gospodyń Wiejskich
Dziewczyny z Komorowa
25-157
612-540-011
kocina@kiewko.org.pl



Wycieczka „Sandomierz i okolice” Baranów Sandomierski i Ujazd



Wycieczka „Sandomierz i okolice”- Pałac Zamojskich w Kozłówce



Wycieczka „Sandomierz i okolice”- Nałęczów



Wycieczka „Sandomierz i okolice”- Wizyta u producentów fasoli wrzawskiej (ChNP) we Wrzawach



Wycieczka „Sandomierz i okolice” Winnica Płochockich w Darominie



KULTURA I OCHRONA DZIEDZICTWA NARODOWEGO



„W KRĘGU HISTORII, TRADYCJI I DZIEDZICTWA KULINARNEGO” (27.03 - 31.12.2023)

• Komorowski Wehikuł Czasu 2023

- Organizacja i koordynacja obchodów „Święta Niepodległości Polski” w formie pikniku historycznego w dniu 11 listopada 2023 w Komorowie na Placu Paderewskiego
- Wydarzenie było kontynuacją pierwszej i drugiej edycji „Komorowskiego Wehikułu Czasu” zrealizowanych przez nasze koło w 2021 i 2022 roku
- Motywem przewodnim było życie i twórczość Ignacego Jana Paderewskiego, w związku z odsłonięciem popiersia tego wielkiego Polaka na placu Jego imienia
- Do współpracy zaprosiliśmy Zarząd Osiedla Komorów, TPMOK - Komorowianie, Komorowskie Towarzystwo Śpiewacze oraz drużyny harcerskie z Komorowa 32 MDH-ek Hesperis i 32 MDH-y Akwilon
- Frekwencja Komorowskiego Wehikułu Czasu'2023 wyniosła ponad 400 osób

KULTURA I OCHRONA DZIEDZICTWA NARODOWEGO



• Komorowski Wehikuł Czasu 2023 - program

- Strefa rekwizytów historycznych animowana przez wolontariuszy w strojach z epoki
- Koło fortuny z quizem wiedzy o I.J.Paderewskim oraz historii i zabytkach Polski (z nagrodami)
- Występ chóru Komorowskiego Towarzystwa Śpiewaczego, śpiewanie pieśni razem z mieszkańcami
- Dekoracja niepodległościowa z flagami i akcentami biało-czerwonymi
- Tablice informacyjne o tematyce historycznej (I.J.Paderewski, Józef Piłsudski, 20 sztuk), druk plakatów i zdjęć (60 sztuk) oraz 320 pocztówek o I.J.Paderewskim
- Spektakl historyczny o I.J. Paderewskim w wykonaniu mieszkańców (stylizacje i scenografia z udziałem KGW Dziewczyny z Komorowa)
- Pokaz filmu o Ignacym Janie Paderewskim autorstwa p. Wiesława Dąbrowskiego, w namiocie
- Strefa gastronomiczna: grochówka i grzaniec bezalkoholowy przygotowane przez Oberżę U Michała, stanowisko KGW Dziewczyny z Komorowa z ciastami, kawą i herbatą
- Polonez koordynowany przez TPMOK Komorowianie, poprowadzony przez animatorów, do którego zaproszeni zostali wszyscy mieszkańcy
- Pokaz musztry Szwadronu Kawalerii Ochotniczej im. 23 Pułku Ułanów Grodzieńskich
- Ognisko i gawęda o I.J. Paderewskim - harcerze z 32 MDH-ek „Hesperis” i 32 MDH-y „Akwilon”

Komorowski Wehikuł Czasu 2023



Komorowski Wehikuł Czasu 2023



DOFINANSOWANE Z BUDŻETU
GMINY MICHAŁOWICE W RAMACH
DOTACJI DLA ORGANIZACJI
POZARZĄDOWYCH



Komorowski Wehikuł Czasu 2023



Komorowski Wehikuł Czasu 2023 Tablice, pocztówki, śpiewniki



BEZPIECZEŃSTWO



„SZKOLENIE STRZELECKIE”

(10.04 - 31.12.2023)

- **1 szkolenie 2-godzinne**

- Nabycie podstawowych umiejętności posługiwania się różnymi rodzajami broni (pistolet maszynowy, pistolet Glock, karabin AR-15, rewolwer 357 Magnum, karabin AR 223 Rem, karabinek sportowy 22lr) pod okiem instruktorów
- Nauka strzelania do nieruchomego celu

- **Miejsce szkolenia**

- Strzelnica U27 w Ołtarzewie, ul. Umiastowska 27

- **Uczestnicy**

- Mieszkańcy Gminy Michałowice - 20 osób dorosłych

- **Koordynacja działania**

- Wybór odpowiedniej strzelnicy, ułożenie programu i wybór broni, stworzenie listy uczestników

Szkolenie strzeleckie



EDUKACJA I OŚWIATA



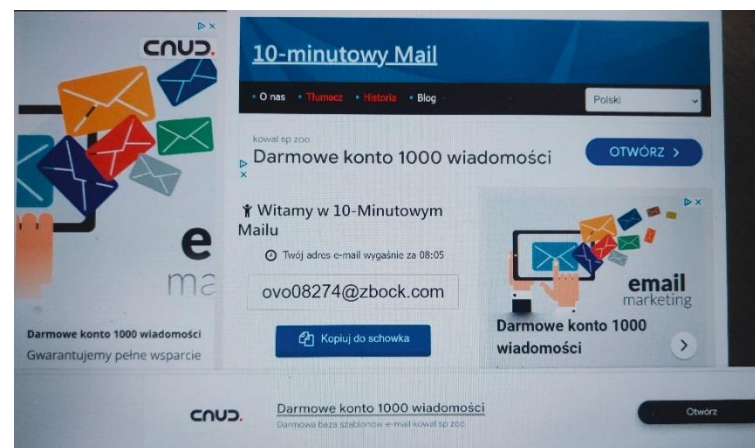
„CYFROWA NIEZALEŻNOŚĆ”

(10.04 - 31.12.2023)

- **6 szkoleń komputerowych 2,5-godzinnych**
 - Zapoznanie się z wybranymi programami Word, Excel, Power Point, Prezi, programem graficznym Canva, mediami społecznościowymi (Facebook, Instagram), You Tube, obróbką zdjęć i filmów, narzędziami Google
 - Omówienie zagadnień bezpieczeństwa w sieci
 - Prowadzenie szkoleń - Mariusz Dmoch, informatyk
- **Miejsce szkolenia**
 - Warsztat (DDS) w Komorowie, ul. Ceglana 2d
- **Uczestnicy**
 - Mieszkańcy Gminy Michałowice - w każdym szkoleniu uczestniczyło 10-12 osób
- **Koordynacja działania**
 - Opracowanie programu szkoleń, stworzenie listy uczestników, zapewnienie odpowiedniego sprzętu, rzutnika, przedłużaczy
- **Promocja działania**
 - Opracowanie, druk i dystrybucja plakatów

Cyfrowa niezależność

Szkolenia komputerowe



OCHRONA, PROMOCJA I POLITYKA ZDROWIA



DOFINANSOWANE Z BUDŻETU
GMINY MICHAŁOWICE W RAMACH
DOTACJI DLA ORGANIZACJI
POZARZĄDOWYCH

„WYBIERAMY ZDROWIE!” (10.04 - 31.12.2023)

- **6 szkoleń prozdrowotnych 2-godzinnych**
 - 3 spotkania o zdrowym odżywianiu połączone z pomiarem składu ciała, prowadzenie - Anna Kośmiejka, dietetyk z Poradni Odchudzania i Odżywiania OdNowa w Michałowicach
 - 3 spotkania o zdrowiu, kosmetykach naturalnych i suplementach z Magdaleną Sieklucką i Małgorzatą Radziszewską z firmy Organic Life
- **Miejsce szkolenia**
 - Warsztat (DDS) w Komorowie, ul. Ceglana 2d oraz siedziba firmy Organic Life, Al. Jerozolimskie 439 w Pruszkowie
- **Uczestnicy**
 - Mieszkańcy Gminy Michałowice - w każdym szkoleniu uczestniczyło od 12 do 24 osób
- **Koordynacja działania**
 - Opracowanie programu szkoleń, stworzenie listy uczestników, zapewnienie obsługi technicznej szkoleń
- **Promocja działania**
 - Opracowanie, druk i dystrybucja plakatów

Kółko Gospodyń Wiejskich

DZIEWCZYNY
Z KOMORÓWA



czwartek
28 grudnia

FM godz. 18



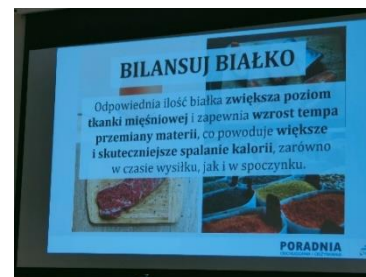
Spotkanie poprowadzi dietetyk Anna Kośmiejka z poradni odchudzania i odżywiania OdNowa w Michałowicach



ORGANIZATOR:
KOŁO GOSPODYŃ WIEJSKICH
DZIEWCZYZNY Z KOMOROWA



adrieta Gminy Michelonice
miejscowości dla organizo
rządowej



Wybieramy zdrowie!

Spotkanie w firmie Organic Life



AKTYWNIE I SPORTOWO (oferta uproszczona)



DOFINANSOWANE Z BUDŻETU
GMINY MICHAŁOWICE W RAMACH
DOTACJI DLA ORGANIZACJI
POZARZĄDOWYCH

„AKTYWNIE I SPORTOWO!” (02.08 - 31.10.2023)

- **8 zajęć na siłowni 1,5-godzinnych**
 - Ćwiczenia wzmacniające na siłowni w Klubie Impuls w Komorowie, 20 uczestników z Gminy Michałowice
- **8 treningów Aqua Aerobik**
 - Treningi z instruktorem na pływalni Kapry w Pruszkowie, 20 uczestników z Gminy Michałowice
- **5 treningów Tai Chi**
 - Gimnastyka rozciągająca i wzmacniająca kręgosłup Tai Chi w świetlicy sołeckiej w Pęcicach Małych, 22 uczestników z Gminy Michałowice
- **Koordinacja i promocja działania**
 - Opracowanie programu szkoleń, stworzenie listy uczestników, opracowanie, druk i dystrybucja plakatów

Aktywnie i sportowo

Treningi na siłowni



Aktywnie i sportowo Aqua Aerobik



Aktywnie i sportowo Treningi Tai Chi



UPOWSZECHNIANIE I WSPIERANIE KULTURY FIZYCZNEJ I SPORTU



DOFINANSOWANE Z BUDŻETU
GMINY MICHAŁOWICE W RAMACH
DOTACJI DLA ORGANIZACJI
POZARZĄDOWYCH

„SPORTOWO I TANECZNIE”

(01.04 - 31.12.2023)

- **11 treningów tańca towarzyskiego w parach**
 - 11 treningów 2-godzinnych tańca swingowego w Warsztacie przy ul. Ceglanej 2d w Komorowie, uczestniczyło 16 mieszkańców GM
- **2 wycieczki rowerowe 1-dniowe**
 - Komorów-Raszyn-Falenty-Komorów, 16 września 2023, uczestniczyło 16 mieszkańców GM
 - Komorów-Żółwin-Radonie-Podkowa Leśna-Komorów, 6 października 2023, uczestniczyło 14 mieszkańców GM
- **3 treningi gimnastyczne z elementami jogi**
 - Treningi 2-godzinne w świetlicy sołeckiej w Pęcicach Małych, uczestniczyło 14 mieszkańców GM
- **Działania promocyjne**
 - Opracowanie, druk i dystrybucja plakatów informacyjnych
 - Prowadzenie komunikacji i obsługi strony Dziewczyny z Komorowa na Facebooku

Treningi tańca towarzyskiego w parach



Wycieczka rowerowa Raszyn - Falenty



DOFINANSOWANE Z BUDŻETU
GMINY MICHAŁOWICE W RAMACH
DOTACJI DLA ORGANIZACJI
POZARZĄDOWYCH



**SOBOTA
16 WRZEŚNIA
2023**

WYCIECZKA ROWEROWA RASZYN - FALENTY

START → KOMORÓW GODZ. 10:00
UL. PODHALAŃSKA 1 PRZY DELIKATESACH RAJ

PROGRAM

- Przejazd z Komorowa do Raszyna
- Reduta Raszynska
- Austeria i kościół w Raszynie
- Miejsce brzozy pod Raszynem
- Rezerwat Słowy Raszynskie
- Pałac w Falentach (bez wjazdu)
- Obiad
- Powrót do Komorowa ok. 15:00
- Cała trasa ok. 23 km

Przewodnikami będą członkowie Stowarzyszenia Projekt Raszyn i dr Krzysztof Bajala

Organizator wycieczki:
Kółko Gospodyń Wiejskich
Dziewczyny z Komorowa
Zapraszamy 982 340 477

Wycieczka jest dofinansowana z budżetu Gminy Michałowice. Organizatorzy nie ponoszą odpowiedzialności za szkody i uszkodzenia mienia uczestników. Wycieczka jest przeznaczona dla osób dorosłych. Wycieczka jest przeznaczona dla osób dorosłych. Wycieczka jest przeznaczona dla osób dorosłych.



Wycieczka rowerowa Żółwin - Radonie (Żółwin)



**PIĄTEK
6.10.2023**

WYCIECZKA ROWEROWA

**PODKOWA LEŚNA
ŻÓŁWIN - RADONIE**

**START → KOMORÓW GODZ. 9:30
PARKING PRZY BIOCANE
UL. 3 MAJA 2 (PRZY SPACEROWEJ)**

PROGRAM

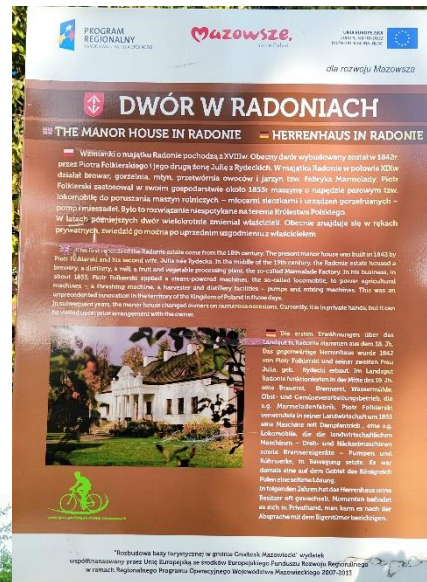
- Przejazd rowerami z Komorowa do Pałacu w Żółwinie
- Zwiedzanie dworu w Radoniu
- Obiad w Podkowie Leśnej
- Powrót do Komorowa ok. 16:00 (WKO lub rowerami)
- Długość trasy - 2 warianty
 - 1 - całość rowerami ok. 35 km
 - 2 - rowerami i powrót WKO ok. 25 km

Organizator wycieczki:
Kółko Gospodyń Wiejskich
Dziwczyny z Komorowa
Zapraszamy! 060 402 340 477

Wycieczka rowerowa Żółtwin - Radonie (Radonie)



DOFINANSOWANE Z BUDŻETU
GMINY MICHAŁOWICE W RAMACH
DOTACJI DLA ORGANIZACJI
POZARZĄDOWYCH



Treningi z elementami jogi





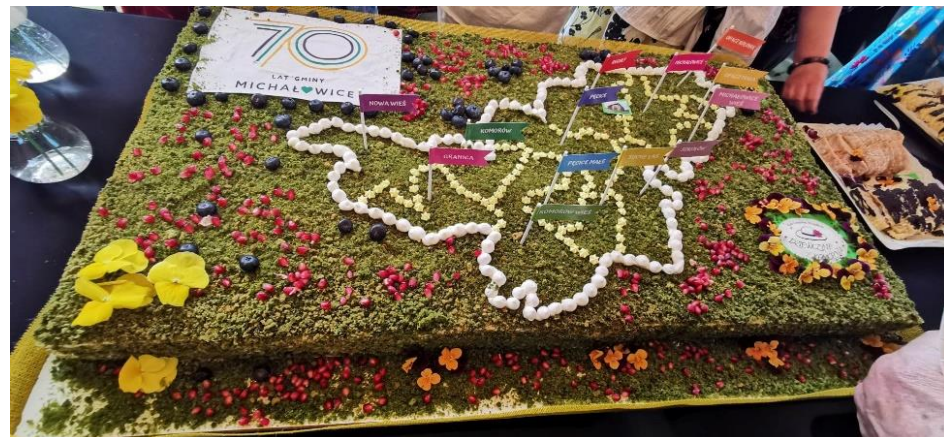
**INNE DZIAŁANIA
KOŁA GOSPODYŃ WIEJSKICH
DZIEWCZYN Y Z KOMOROWA
W 2023 ROKU**

Imieniny Wojciecha Młynarskiego organizowane przez TPMOK Komorowianie 22.04.2023, Komorów Ciasta, ciasteczka, obsługa bufetu



Obchody 70-lecia Gminy Michałowice - 17.06.2023

Tort jubileuszowy, ciasta, rekwizyty



Dni Gminy Michałowice - Granica

03.09.2023, warsztaty koralików,
piórników szkolnych i koło fortuny





Gminny Kiermasz Bożonarodzeniowy

Reguły 03.12.2023

Warsztaty „Lampiony świąteczne”



Wieczór Kubański organizowany przez ZOK - Komorów 17.06.2023 Stylizacje, dekoracja i bufet



Impreza „Lata 20-te” organizowana przez ZOK, Komorów 08.10.2023

Stylizacje, dekoracja i bufet



Kiermasz bożonarodzeniowy Komorów 16.12.2023 Organizacja i koordynacja, promocja



Akcja charytatywna - zbiórka pieniędzy na rehabilitację Maćka Reisch 16.12.2023, Komorów



MOŻESZ

Pomóc,

Przekaż 1,5% PODATKU, KRS: 0000124097 Cel
Szczegółowy :MACIEJ REISCH

Jestem Maciek. Powitałem ten świat jako wcześniak w 1997r. Nie mogłem samodzielnie oddychać, więc pomagała mi w tym specjalna maszyna-respirator. Minęło wiele miesięcy (5) zanim ze szpitalnego łóżka mogłem na stałe zamieszkać w rodzinnym domu z rodzicami, bratem i ukochaną Babcią. Młody człowiek jak każdy z Was mający swe marzenia z respiratorem pod "pachą". Choruję na bardzo rzadką chorobę-miopatię centronuklearną, niedorozwój mięśni. Tej choroby nie da się na dzień dzisiejszy wyleczyć, ale można ją powstrzymać. Poruszam się na wózku inwalidzkim z pomocą drugiej osoby.



DZIĘKUJEMY ZA UWAGĘ

**Zapraszamy
do wspólnych działań !**