



Oferta Warsztatów Uniwersytetu Ludowego Twórczych Inicjatyw

Elgnówko 13, 11-015 Olsztynek

698 250 363, 513 245 978

www.ulti.edu.pl

Oferta ULTI

Oferta jest skierowana dla grup min. 10 osób max 20 osób – w przypadku większych grup warunki ustalane indywidualnie (dla komfortu uczestników zalecamy podział na mniejsze zespoły i np. dwa warsztaty wymienne).

Warsztaty przeprowadzane są u klienta, bądź w siedzibie ULTI. Ceny są podawane w stawkach netto.

ŚWIECE WOSKOWE: czas trwania: 1 h każdy z uczestników wykona 1 świecę według własnego pomysłu. 80 zł/osoba

MYDŁKA GLICERYNOWE: czas trwania: 1h każdy z uczestników wykona 2-3 mydła (w zależności od wybranego wzoru, 200 g gliceryna na osobę) według własnego pomysłu. 40 zł/osoba

MGIEŁKI ZAPACHOWE: czas trwania: 1 h, każdy z uczestników wykona buteleczkę mgiełki zapachowej o pojemności 50 ml wg własnego pomysłu. 60 zł/osoba

ELIKSIRY AROMATERAPEUTYCZNE, ZAPACHOWE DO CIAŁA: (do wyboru: wytrzymałość, słoneczny dzień, na emocjonalny roller-coaster, na złamane serce). Praca z zapachami, praktyka uważności. Każdy z uczestników wykona 1 eliksir, pojemność 15 ml. Czas trwania: 1,5 h. 90 zł/osoba

ZIOŁA I KWIATY: do wyboru: mieszanka ziołowa w formie przypraw do kuchni, mieszanka herbat, kule do kąpeli-techniki masażu stóp, moczenie stóp i automasaż pod okiem naszej ekspertki. Podczas warsztatu serwujemy ziołową herbatę ze skrzypu polnego i pokrzywy. 60 zł/osoba

MAKRAMA: czas trwania: 3 h, każdy z uczestników otrzyma motek sznurka do makramy, pozna sposoby wiązania makramy oraz dowie się jak wykonać dekorację makramową. Uczestnik zabiera do domu rzecz, którą stworzył podczas warsztatu: np. kwietnik, pasek, itp. Nie wykorzystany sznurek uczestnik zabiera do domu do ćwiczeń. W warsztacie może uczestniczyć maksymalnie 15 osób. 120 zł/osoba

LAS W SŁOIKU: czas trwania: 3 h, każdy z uczestników dowie się jak stworzyć swój własny mały ekosystem oraz otrzyma wszystkie potrzebne do tego materiały. 160 zł/osoba





Oferta Warsztatów Uniwersytetu Ludowego Twórczych Inicjatyw

Elgnówko 13, 11-015 Olsztynek

698 250 363, 513 245 978 www.ulti.edu.pl

- SZYDEŁKO:** czas trwania: 3 h, każdy z uczestników otrzyma motek włóczki i szydełko, pozna podstawowe elementy szydełkowe (słupek, półsłupek) oraz dowie się jak wykonać podstawką pod kubek.
Nie wykorzystaną włóczkę uczestnik zabiera do domu do ćwiczeń.
W warsztacie może uczestniczyć maksymalnie 15 osób. 100 zł/osoba
- TKANIE NA RAMKACH TKACKICH:** czas trwania: 2,5h, każdy uczestnik wykona podkładkę pod talerz lub zakładkę do książki ze sznurka bawełnianego lub włóczki. 100 zł/osoba
- SŁODKO I ZDROWO – KETO SŁODYCZE:** czas trwania: 2-3 h, 3 rodzaje słodyczy bez cukru i glutenu (krówka, kulka mocy, ptasie mleczko).
Do przeprowadzenia warsztatu potrzebny jest dostęp do kuchni, gdy warsztat robiony jest poza siedzibą ULTI. 95 zł/osoba
- WYKONYWANIE LNIANEJ BIŻUTERII:** 1,5-2 h, każda uczestniczka wykonana parę kolczyków, bransoletkę lub wisiorek, lub komplet biżuterii, które zabiera ze sobą po warsztacie (kolory dostępne: biały, karmel i czerwony).
110 zł/osoba
- SZYCIE SPÓDNIC:** 3 spotkania x 2,5-3 h, każda uczestniczka uszytą spódnicę po warsztatach zabiera ze sobą, wzór spódnicy dobierany indywidualnie z grupą, szycie maszynowe i ręcznie, materiał na spódnicę zawarty jest w cenie warsztatu. Grupa maks. 6 osób. Cena 390 zł/osoba za 3 spotkania.
- CERAMIKA:** czas trwania: 3h, każdy z uczestników otrzyma porcję gliny wystarczającą do przygotowania dekoracyjnego talerza. 100 zł/osoba
- Warsztat jest dostępny w kilku wersjach do wyboru:
1. Praca z gliną tradycyjną do wypalania – po warsztacie prace zostają do wypału. Odbiór prac po obróbce termicznej po 2-3 tygodniach.
W tym przypadku można dokupić kolejny warsztat (po wypale) z malowania wytworzonej ceramiki.
Należy jednak pamiętać, że część prac pęka podczas wypalania.
 2. Praca z gliną samoutwardzalną – praca pozostawiona na około 2-3 tygodnie w ciepłym miejscu (nie na słońcu czy kaloryferze) wysycha sama ale nie może mieć kontaktu z jedzeniem.
Taka glina sprawdza się przy wyrobach dekoracyjnych.





Oferta Warsztatów Uniwersytetu Ludowego Twórczych Inicjatyw

Elgnówko 13, 11-015 Olsztynek

698 250 363, 513 245 978 www.ulti.edu.pl

Uczestnicy zabierają od razu prace do domu i sami suszą.

Dopłata do gliny samoutwardzalnej 15,00 zł od osoby

W warsztacie może uczestniczyć maksymalnie 15 osób.

SURVIVAL:

czas trwania: 7,5-8 h, kurs przetrwania w lesie pod opieką dwóch lub trzech instruktorów w zależności od wielkości grupy. 240 zł/osoba

- orientacja w terenie za pomocą busoli, mapy,
- przygotowanie sprzętowe do wyjścia w teren,
- marsz na azymut,
- bytowanie w terenie przygodnym,
- budowanie schronień w terenie przygodnym,
- rozpalanie ognia,
- metody pozyskiwania wody pitnej,
- słuchanie muzyki płynącej z roślin.

Kurs przetrwania uczy pracy w grupie, uczy pracy wyznaczaniem i osiąganiem celów, uczy komunikacji międzyludzkiej i dostosowywania się do warunków otaczającej przyrody i warunków pogodowych, kurs stwarza warunki do wychodzenia ze strefy komfortu i kształtowania umiejętności społecznych (komunikacja, kreatywność).

W cenie – instruktorzy, wraz z udostępnieniem sprzętu (plandeki, kompas, krzesiwa, woda), obiad w postaci wojskowej racji żywnościowej, woda.

W kursie może uczestniczyć maksymalnie 30 osób.

SZKOLENIE STRZELECKIE (1 dzień od 10 do 17.00 z ogniskiem): Zajęcia będą prowadzić wykwalifikowani instruktorzy strzelectwa sportowego oraz bojowego. Szkolenie strzeleckie obejmuje zajęcia teoretyczne i praktyczne, zapoznanie się z typami broni, typami amunicji, przepisami prawa dotyczącymi posiadania broni oraz użycia broni, zasady bezpieczeństwa, pierwsza pomoc przedmedyczna.

Szkolenie praktyczne: obsługa broni palnej: chwyt na broń oraz postawy strzeleckie, warunki bezpieczeństwa, wymiana magazynka, praca na języku spustowym, wprowadzenie ognia do wyznaczonych celów, usuwanie zacięć.

Szkolenie będzie oparte na metodzie grundtvigiańskiej, gdzie uczący jest w centrum i uczy się razem z nauczycielem, nauczyciel jest uważny na potrzeby uczestników i dopasowuje tempo programu nauczania do możliwości słuchaczy.





Oferta Warsztatów Uniwersytetu Ludowego Twórczych Inicjatyw

Elgnówko 13, 11-015 Olsztynek

698 250 363, 513 245 978 www.ulti.edu.pl

Nauka strzelania poprawia kondycję fizyczną, uczy koncentracji i prawidłowej reakcji na stres, kształtuje wiarę w siebie i we własne możliwości, buduje poczucie własnej wartości. Strzelanie znakomicie relaksuje i poprawia humor. Cena ustalana indywidualnie.

WIENIEC DOŻYNKOWY: czas trwania: 4-5 h, 3 doświadczonych trenerów, w trakcie warsztatu grupa tworzy wieniec dożynkowy w zgodności z tradycją w zakresie kompozycji, formy, użytych materiałów i techniki wykonania, który zabiera ze sobą, warsztat dla grupy 20 osób.
4 500 zł grupa

PALMA WIELKANOCNA: czas trwania: 4-5 h, w trakcie warsztatu grupa tworzy palmę w zgodności z tradycją w zakresie kompozycji, formy, użytych materiałów i techniki wykonania, którą zabiera ze sobą, warsztat dla grupy 10-20 osób. 2000 zł/grupa

WARSZTATY PLECIONKARSKIE Z WIKLINY: czas trwania: 2 h, w trakcie warsztatu każdy z uczestników wyplata własnoręcznie koszyczek z wikliny o średnicy około 12 cm, warsztat dla grupy 15 osobowej, przeprowadzany jest w siedzibie ULTI. 100 zł/osoba

WARSZTATY KULINARNE prowadzone przez doświadczoną szefową kuchni.
Czas trwania i cena do ustalenia w zależności od potrzeb grupy.

W ofercie posiadamy także:

1. Kurs języka angielskiego online dla początkujących i zaawansowanych, grupy od 4 do 6 osób w trybie dwa razy w tygodniu po 60 minut.
2. Szkolenia weekendowe, stacjonarne dla grup od 12 do 15 osób w naszej siedzibie (dla pracowników firm, instytucji, organizacji pozarządowych, Kół Gospodyń Wiejskich).

Piątek, godz. 18.00 przyjazd,

Niedziela godzina 15.00 wyjazd.

Tematyka:

- Budowanie zespołu (role grupowe, współpraca w grupie, rozwiązywanie konfliktów) – warsztat w sali szkoleniowej
- Budowanie zespołu: Kurs survival, kurs strzelecki – warsztat w terenie
- Zarządzanie zmianą, planowanie celów, analiza potrzeb
- Asertywność, komunikacja w zespole, komunikacja bez przemocy





Oferta Warsztatów Uniwersytetu Ludowego Twórczych Inicjatyw

Elgnówko 13, 11-015 Olsztynek

698 250 363, 513 245 978 www.ulti.edu.pl

- Kreatywność i design thinking
- Lokalna diagnoza i pisanie projektów
- Jak budować potencjał organizacji i potencjał zespołu
- Total Immersion czyli zanurzenie się w języku angielskim, praktyczne szkolenie z języka angielskiego.

Pobyty weekendowe można połączyć z przedstawioną ofertą, np. od godz 9.00 do 14.00 szydełkowanie i wykonanie kul do kąpeli z automasażem stóp, po obiedzie czas wolny na spacer po lesie w Elgnówku, niedziela od 9.30 do 13.30 wybrane warsztaty.

Cena za nocleg i wyżywienie, weekend:

490 zł od osoby

Pobyty w pokojach 3 –osobowych.

Cena wyżywienia na warsztat jednodniowy: od 2 do 4 godzin

Kawa, herbata, ciasto, 25 zł /osoba

Obiad: zupa, drugie danie, kompot, deser/65 zł /osoba

Obiad: jednogarnkowy, kompot, deser/40 zł/osoba

INFORMACJE DODATKOWE:

1. Warsztaty mogą odbywać się także z dojazdem trenera do siedziby klienta w formie jedno- lub dwudniowej, w zależności od potrzeb klienta.
2. W ofercie weekendowej można skorzystać z sauny, masaży, szerokiej oferty warsztatów za dodatkową opłatą.
3. W ramach naszej oferty przyjmujemy także grupy 10-20 osobowe na jednodniowe wizyty studyjne.
4. **Podane ceny są cenami netto.**
5. Przerwa kawowa (kawa, herbata, domowe ciasto) 20 zł/osoba.