

edycja II

SENIORZY XXI WIEKU- edycja II

Seniorzy XXI wieku- edycja II” to projekt organizowany przez Fundację Oświatową im. ks. S. Konarskiego współfinansowany ze środków otrzymanych od Ministerstwa Pracy i Polityki Społecznej w ramach Rządowego Programu na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych na lata 2014-2020 .

ZAJĘCIA ORAZ WSZELKIE WYCIECZKI I WYJŚCIA KULTURALNE SĄ BEZPŁATNE

KTO MOŻE UCZESTNICZYĆ :

- Osoby powyżej 60 roku życia
- Mieszkańcy Krakowa oraz powiatów z nim sąsiadujących.

UWAGA : dana osoba może zapisać się tylko na jeden wybrany kurs. W przypadku wolnych miejsc możliwe będzie dołączenie do kolejnego kursu. W wycieczkach i wyjściach kulturalnych pierwszeństwo udziału mają uczestnicy kursów.

I TERMIN REKRUTACJI : 27.04.2015- 20.05.2015

ROZPOCZĘCIE ZAJĘĆ : 18.05.2015 r.

PROponujemy następujące zajęcia :

KURS JĘZYKA ANGIELSKIEGO POZIOM PODSTAWOWY– Kurs ukierunkowany głównie na podstawowe komunikowanie się, na przykład podczas podróży. Zajęcia odbywać się będą od maja do grudnia z

Zajęcia organizowane w ramach projektu „Seniorzy XXI wieku-edycja II” są współfinansowane ze środków otrzymanych od Ministerstwa Pracy i Polityki Społecznej w ramach Rządowego Programu na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych na lata 2014-2020

edycja II

wyłączeniem okresu wakacyjnego (40 h). Od maja do czerwca odbywać się będą w poniedziałki od 16:00-17:30.

KURS JĘZYKA ANGIELSKIEGO POZIOM ŚREDNIOZAAWANSOWANY –

Kurs ukierunkowany głównie na komunikowanie się oraz zwiększenie umiejętności w pisaniu i czytaniu. Zajęcia odbywać się będą od maja do grudnia z wyłączeniem okresu wakacyjnego (40 h). Od maja do czerwca odbywać się będą w poniedziałki od 17:45-19:15.

KURS JĘZYKA NIEMIECKIEGO POZIOM PODSTAWOWY– Kurs

ukierunkowany głównie na podstawowe komunikowanie się na przykład podczas podróży. Zajęcia odbywać się będą od maja do grudnia z wyłączeniem okresu wakacyjnego (40 h). Od maja do czerwca odbywać się będą w środy od 16:00-17:30.

ZAJĘCIA KOMPUTEROWE POZIOM PODSTAWOWY- obejmie tematykę związaną z podstawową umiejętnością obsługi komputera i Internetu . Zajęcia odbywać się będą od maja do grudnia z wyłączeniem okresu wakacyjnego (40h). Od maja do czerwca odbywać się będą w środy od 16:00-17:30.

ZAJĘCIA KOMPUTEROWE POZIOM ŚREDNIOZAAWANSOWANY -

obejmie tematykę związaną z obsługą edytora tekstu, programu Excel oraz zaawansowanej obsługi Internetu . Zajęcia odbywać się będą od maja do grudnia z wyłączeniem okresu wakacyjnego (40 h). Od maja do czerwca odbywać się będą w środy od 17:30-19:00.

NORDIC WALKING- zajęcia obejmować będą praktyczną naukę techniki chodzenia , a także dobór odpowiednich kijków dla każdego z uczestników. Zajęcia realizowane od maja do lipca w poniedziałki i czwartki od 10:00 - 11:15 (15 spotkań).

Zajęcia organizowane w ramach projektu „Seniorzy XXI wieku-edycja II” są współfinansowane ze środków otrzymanych od Ministerstwa Pracy i Polityki Społecznej w ramach Rządowego Programu na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych na lata 2014-2020

edycja II

ZAJĘCIA NA SIŁOWNI – zajęcia polegać będą na

wykonywaniu ćwiczeń na siłowni pod okiem wykwalifikowanego instruktora.. Zajęcia odbywać się będą od maja do grudnia z wyłączeniem okresu wakacyjnego w soboty od godziny 8;30 do 10:00 (36 h).

WYCIECZKI TURYSTYCZNE- organizowane od maja do lipca w różne atrakcyjne turystycznie miejsca na terenie Województwa Małopolskiego np. do Doliny Chochołowskiej

II TERMIN REKRUTACJI : 01.08. 2015- 28.09.2015

ROZPOCZĘCIE ZAJĘĆ : 05.10.2015 r.

PROPONUJEMY NASTĘPUJĄCE ZAJĘCIA :

WARSZTATY FOTOGRAFICZNE - to zajęcia dla posiadaczy aparatów cyfrowych bądź nowoczesnych telefonów komórkowych z wbudowanym aparatem, dzięki niemu będzie można dowiedzieć się m.in. jak posługiwać się aparatem cyfrowym, wykonać podstawowe operacje na zdjęciach. Zajęcia będą zakończone wewnętrznym konkursem fotografii autorstwa uczestników kursu, o zwycięzcy zdecyduje prowadzący. Zajęcia odbywać się będą od października do grudnia (16h).

RĘKODZIEŁO ARTYSTYCZNE- to zajęcia obejmujące różnorodne techniki artystyczne od kolażu i makramy do wyrabiania sztucznej biżuterii i ozdób świątecznych. Program dostosowany będzie do potrzeb i zdolności uczestników. Zajęcia odbywać się będą od października do grudnia (20h).

ZAJĘCIA TANECZNE- to zajęcia obejmujący zarówno eleganckie tańce salonowe np. walc angielski, tango, slowfox jak i tańce latynoamerykańskie np. cha-cha, jive czy salsa. Program zajęć skonstruowany będzie tak aby mogły w nim wziąć udział zarówno pary jak

Zajęcia organizowane w ramach projektu „Seniorzy XXI wieku-edycja II” są współfinansowane ze środków otrzymanych od Ministerstwa Pracy i Polityki Społecznej w ramach Rządowego Programu na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych na lata 2014-2020

edycja II

i pojedyncze osoby. Zajęcia odbywać się będą od października do grudnia (16h).

WARSZTATY BEZPIECZEŃSTWA OSOBISTEGO I PIERWSZEJ POMOCY

- zajęcia dotyczące zasad bezpieczeństwa, umiejętności zachowania się w sytuacji zagrożenia oraz udzielania pierwszej pomocy. Zajęcia odbywać się będą w listopadzie w trybie weekendowym.

WYJŚCIA KULTURALNE - organizowane od października do grudnia do różnych instytucji kulturalnych na terenie Krakowa np. teatr, filharmonia

ZAPISY / SZCZEGÓŁOWE INFORMACJE:

Fundacja Oświatowa im. ks. S. Konarskiego,
ul. Akacjowa 5,
31-466 Kraków

tel. 12 411 07 95

Kom. 784043896

e-mail: kursy@pijarzy.pl

strona internetowa : www.oswiatowa.pijarzy.pl

Zajęcia organizowane w ramach projektu „Seniorzy XXI wieku-edycja II” są współfinansowane ze środków otrzymanych od Ministerstwa Pracy i Polityki Społecznej w ramach Rządowego Programu na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych na lata 2014-2020