



Seniorzy XXI wieku

2014-08-27

Fundacja Oświatowa im. ks. S. Konarskiego zaprasza seniorów do udziału w projekcie "Seniorzy XXI wieku"

„Seniorzy XXI wieku” 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 .

Celem projektu jest zwiększenie dostępu seniorów do edukacji pozaformalnej. poprzez organizację bezpłatnych, różnorodnych zajęć, w terminie 06.10- 30.12. 2014 ze szczególnym uwzględnieniem osób zagrożonych wykluczeniem społecznym.

W projekcie mogą uczestniczyć osób powyżej 60 roku życia mieszkający na terenie Dzielnicy Prądnik Czerwony oraz w dzielnicach z nią sąsiadujących. Zajęcia będą prowadzone przez profesjonalistów ale pomagać w nich będą również wolontariusze Fundacji. Zajęcia odbywać się będą popołudniami po godzinie 16:00.

TERMIN REKRUTACJI: 22.08.2014- 25.09.2014

ROZPOCZĘCIE ZAJĘĆ: 06.10.2014 r.

PROPONUJEMY NASTĘPUJĄCE ZAJĘCIA :

KURS JĘZYKA ANGIELSKIEGO – zajęcia prowadzone przez doświadczoną nauczycielkę. Poziom zajęć dostosowany do umiejętności i wiedzy uczestników. Kurs ukierunkowany głównie na podstawowe komunikowanie się, na przykład podczas podróży. (30 h)

ZAJĘCIA PLASTYCZNE Z ELEMENTAMI DECOUPAGE’U - różne techniki plastyczne, praca na różnych materiałach tj. drewno, styropian, szkło. Poziom zajęć dostosowany jest do umiejętności uczestników (16h) .

ZAJĘCIA KOMPUTEROWE

- **poziom podstawowy** - obejmie tematykę tj. uruchamianie programów, poznawanie klawiatury komputera oraz myszy, podstawowe elementy systemu operacyjnego, podstawy pracy z edytorem tekstu Word, pliki i foldery, obsługa Internetu, w tym programu Skype, i poczty elektronicznej (30h);
- **poziom średniozaawansowany** - obejmie tematykę tj. podstawy programu Excel , zaawansowana praca z edytorem tekstu Word, obsługa konta bankowego on-line, portale społecznościowe, wyszukiwanie informacji, zakupy w internecie, (30h).

NORDIC WALKING - zajęcia obejmować będą praktyczną naukę techniki chodzenia , a także dobór odpowiednich kijków dla każdego z uczestników (20h).

WARSZTATY FOTOGRAFICZNE - to zajęcia dla posiadaczy aparatów cyfrowych bądź



**Magiczny
Kraków**

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 (12h).

WYKŁADY DOTYCZĄCE ZDROWEGO ŻYWIENIA ORAZ AKTYWNEGO SPEDZANIA CZASU

- skupią się przede wszystkim na profilaktyce i zapobieganiu poprzez aktywny i zdrowy tryb życia. Wykłady będą połączone z formą warsztatową i poprowadzą je różnorodni zaproszeni goście: instruktorzy sportu/trenerzy, lekarze itp. (10h).

WYKŁADY O WOLONTARIACIE I PRACY SPOŁECZNEJ - skupiać się będą na tym czym jest wolontariat, gdzie można go podejmować oraz na tym jak może wyglądać praca na rzecz społeczności lokalnej. Wykłady połączone będą z warsztatami prowadzonymi przez wolontariuszy Fundacji, którzy podzielą się z uczestnikami swoimi doświadczeniami (4h).

Udział w zajęciach jest bezpłatny !!!!

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@pjarzy.pl

strona internetowa : www.oswiatowa.pjarzy.pl