



**Magiczny
Kraków**

OFERTA 2016/2017 NOWOHUCKIEJ AKADEMII SENIORA

2016-09-22

Zapisy do NAS rozpoczęły się 1 września br. Zainteresowanych seniorów zapraszamy do biura na os. Centrum A 6a (12 644 68 10 wew. 26), od poniedziałku do piątku, w godz. 9.00-15.00.

Bezcenny czas pozwala seniorom na osobisty rozwój, nawiązywanie nowych, ciekawych znajomości, realizację hobby i zainteresowań oraz poznawanie nieznanych, interesujących dziedzin wiedzy i sztuki. Właśnie przejście na emeryturę może zwielokrotnić taką aktywność i daje możliwość podjęcia różnorodnych ról społecznych. A to pozwala dłużej zachować optymizm i radość życia. Pomoże w tym Nowohucka Akademia Seniora (NAS), prowadzona przez Stowarzyszenie Przyjaciół Nowej Huty oraz Ośrodek Kultury Kraków-Nowa Huta.

W październiku rozpoczyna się kolejny, siódmy już rok działalności Akademii. W ofercie zajęć znajdują się kursy językowe: angielski, niemiecki, włoski, zajęcia ruchowe: gimnastyka i joga oraz pierwsza pomoc i samoobrona, kursy artystyczne: rękodzieło i rysunek, a także nowe zajęcia – warsztaty literackie i warsztaty stylu. Na zajęcia literackie zapraszamy zarówno osoby piszące własne utwory, jak i zainteresowane dobrą lekturą i dyskusją nad nią. Na warsztatach stylu projektantka ubioru i kapeluszy, stylistka i autorka książek o modzie pomoże kobietom i mężczyznom świadomie kształtować i poprawiać własny wygląd. Dwa razy w miesiącu organizowane będą wykłady oraz spotkania z kulturą – wyjścia do instytucji kultury oraz wycieczki z przewodnikiem po ciekawych miejscach w Krakowie.

Zapisy do NAS rozpoczęły się 1 września br. Zainteresowanych seniorów zapraszamy do biura na os. Centrum A 6a (12 644 68 10 wew. 26), od poniedziałku do piątku, w godz. 9.00-15.00. Warunkiem uczestnictwa jest podpisanie deklaracji i opłacenie jednorazowego wpisowego.

Kontakt:

Nowohucka Akademia Seniora
os. Centrum A 6a, 31-923 Kraków
tel. 12 644 68 10 w. 26

[do pobrania](#)