



NOWOCZESNA BABCIA I DZIADEK

2017-01-16

Uniwersytet Pedagogiczny w Krakowie zaprasza do wzięcia udziału w cyklu zajęć „Nowoczesna Babcia i Dziadek” przygotowanych w ramach oferty Europejskiego Centrum Kształcenia Ustawicznego i Multimedialnego.

W skład oferty wchodzi następujące zajęcia:

- warsztaty techniczne - 2 godz. dydaktyczne /każda technika,
- rękodzielnictwo, szydełkowanie
- decoupage – podstawy
- decoupage z elementami sos peso
- decoupage na tkaninie
- filcowanie na mokro
- filcowanie na sucho,
- bransoletka techniką makramy
- papierowa wiklina
- cardmaking metodą quilling
- cardmaking metodą haftu matematycznego
- cardmaking metodą irisfolding
- warsztaty „Nie bój się komputera” czyli jak korzystać z nowych technologii,
- warsztaty „ E-Babcia i E-Dziadek” – czyli jak z wnukiem/wnuczką wykorzystywać komputer, notebook, tablet,
- zdrowe odżywianie, czyli zbilansowana dieta w prostych krokach,
- zajęcia fitness:
- pilates – zestaw ćwiczeń gimnastycznych m.in. poprawiających samopoczucie, sylwetkę, wzmacniających kręgosłup,
- zumba - aerobik w formie prostych kroków tanecznych zainspirowanych latynoskimi rytmemi.
- kuchnia molekularna – gotowanie w zadziwiającej formie z wykorzystaniem naturalnych składników i nowoczesnych technologii,
- edukacja globalna – przedstawienie m.in. zjawisk i współzależności globalnych, wyzwań współczesnego świata.

W okresie od maja do września przyrodnicze zajęcia terenowe.

Można uczestniczyć we wszystkich proponowanych zajęciach (całym cyklu), bądź też wybranych indywidualnie. Istnieje możliwość przygotowania zajęć w blokach w dogodnych dla słuchaczy terminach. Dla grup zorganizowanych jest możliwość przygotowania odrębnej oferty cenowej, w tym możliwość zakupu karnetu miesięcznego.

Pojedyncze zajęcia obejmują 2 godziny dydaktyczne (2 x 45 minut). Koszt udziału to 10 zł/45 minut (promocyjna cena do czerwca 2017r.).

Zajęcia odbywają się w siedzibie ECKUM przy ul. **Jęczmiennej 9** w Krakowie. Terminy zajęć zostaną ustalone po zebraniu odpowiedniej liczby uczestników.



**Magiczny
Kraków**

Kontakt:

- telefoniczny: 12 662 7007

- mailowy: eckum@up.krakow.pl

Więcej informacji o kursach, szkoleniach oferowanych przez Europejskie Centrum Kształcenia Ustawicznego i Multimedialnego na naszej stronie internetowej <http://eckum.up.krakow.pl>