



W wehikule czasu - edukacyjne zajęcia dla seniorów

2016-10-06

Akademia Pełni Życia zaprasza seniorów na bezpłatne zajęcia w ramach projektu "W wehikule czasu: przeszłość, teraźniejszość, przyszłość - edukacyjne zajęcia dla seniorów". Wykłady, warsztaty wspomagające działanie pamięci, zajęcia plastyczne, kursy komputerowe i wiele innych ciekawych spotkań.

Przy wsparciu finansowym Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej w ramach Rządowego Programu na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych na lata 2014-2020 realizujemy projekt skierowany do osób powyżej 60 roku życia z terenu Małopolski, głównie grup defaworyzowanych. Celem projektu jest zwiększenie różnorodności i poprawa jakości oferty edukacyjno-kulturalnej dla osób starszych oraz promowanie działań na rzecz zwiększenia aktywności edukacyjnej i społecznej seniorów.

W ramach projektu będziemy poruszać się jak w wehikule czasu łącząc dotychczasowe doświadczenia seniorów z poznawaniem współczesnego świata, uczyć się jak o tym, co dla osób starszych ważne, mówić wykorzystując nowe środki przekazu, oparte na nowoczesnych technologiach.

W ramach realizacji projektu zorganizowanych zostanie:

- **cykl wykładów „Wehikuł czasu - podróże między przeszłością a współczesnością”**

Tematykę wykładów stanowi cykl zajęć obejmujący zagadnienia szczególnie ważne dla osób starszych w tym: przygotowanie i adaptacja do starości we współczesności; aktywność w starszym wieku – jak twórczo spędzać wolny czas; znaczenie osób starszych w społeczeństwie na przestrzeni wieków, życie seniorów dawniej i dziś; pamięć seniorów – jak się zmienia i jak z niej korzystać; nowoczesne technologie w służbie pamięci; komunikacja międzypokoleniowa i z wykorzystaniem współczesnych środków przekazu; miejsca szczególnie ważne dla seniorów w Krakowie

- **zajęcia komputerowe - „Współczesność w służbie przeszłości”**

Celem zajęć komputerowych jest z jednej strony przeciwdziałanie wykluczeniu społecznemu i cyfrowemu seniorów poprzez wyposażenie ich w kompetencje niezbędne do sprawnego posługiwania się komputerem i Internetem. Zajęcia te zaprojektowane zostały w ten sposób, by pozwoliły seniorom nabyć umiejętności lepszego i ciekawszego pokazywania przeszłości młodszemu pokoleniu:

„Komputer bez barier” – kurs podstawowy obsługi komputera,

„Internet nie tylko dla młodych” – kurs obsługi Internetu,

„Uchronić od zapomnienia” – kurs komputerowy cyfrowej obróbki zdjęć,

„Pamiętnik nowoczesnego seniora” – komputerowy kurs tworzenia blogów.



„Rok z bliskimi” – warsztaty komputerowe tworzenia kalendarzy ze zdjęciami rodzinnymi.

„Sięgnijmy do korzeni” – komputerowe warsztaty tworzenia drzewa genealogicznego.

- **warsztaty fotograficzne „Zatrzymaj chwilę obiektywem”**

Przeznaczone dla osób, które chcą nauczyć się jak lub udoskonalić swoją technikę wykonywania fotografii pod okiem instruktora

- **„Twórcze posiadły - warsztaty plastyczne z niespodzianką”**

To spotkania, na których seniorzy zachęceni będą do wspólnego tworzenia, wykonywania określonych prac plastycznych i artystycznych, które mają jednak być zarazem okazją do wspólnej rozmowy, wspomnienia, opowiadania ważnych dla siebie historii.

- **„Krakowskie podróże w czasie i przestrzeni - terenowe warsztaty kognitywno - sentymentalne”**

Zorganizowane zostaną wyjścia pozwalające z jednej strony zwiedzić różne miejsca w Krakowie, z drugiej wykonać różnorodne zadania przywołujące wspomnienia związane z tymi miejscami

- **spotkania dyskusyjne „Jak za dawnych lat...”**

Mają na celu zgromadzić seniorów, w szczególności starszych wiekiem, na wspólnych rozmowach o ważnych dla nich tematach, dzieleniu się wspomnieniami i życiowymi historiami.

- **autorskie warsztaty pamięciowo autobiograficzne „Reminiscencje przez miejsca przywołane”**

Odbywające się w różnych miejscach Krakowa, mających zachęcać seniorów do przywoływania określonych wspomnień i dzielenia się nimi z innymi.

- **warsztaty autobiograficzne „Zbierzmy okruchy przeszłości w księgę wspomnień”**

Celem jest przyjrzenie się różnym etapom naszego życia i ich podsumowanie poprzez wykonanie określonych zadań i ćwiczeń.



**Magiczny
Kraków**

- **"Opera - wehikuł doznań"**

to wspólne wyjście seniorów do Opery Krakowskiej na jedną z proponowanych tam oper.

Czas realizacji projektu: 01-06-2016 do 31-12-2016

Informacje o projekcie i zapisy do wyczerpania wolnych miejsc przyjmowane są w Punkcie Informacyjnym działającym przez czas trwania projektu w poniedziałki i środy od godziny 9.00 do 12.00 w siedzibie Stowarzyszenia - ul. Rzeźnicza 2a lub tel. 12 294 81 35 lub mailowo biuro@apz.org.pl.

Dane kontaktowe:

Stowarzyszenie Akademia Pełni Życia, ul. Rzeźnicza 2a, Tel. 12 294-81-35

--	--