

Kurzy pro seniory

Pravidelné kurzy a aktivity pro seniory 2019/2020

IT KURZY

1. Prácheň s PC
2. Prácheň s digitální technikou
3. Prácheň tabletem/smartphonem

JAZYKOVÉ KURZY

1. Španělský jazyk
2. Anglický jazyk
3. Německý jazyk
4. Anglický konverzace
5. Německý konverzace

POHYBOVÉ KURZY

1. Joga
2. Stolní tenis
3. Tai-chi
4. Zdravotní gymnastika
5. Kondiční cvičení
6. Zdravotní cvičení

PODPORA KULTURNÍ SPOLEČENSKÉHO ŽIVOTA

1. Taneční soubor Marietta
2. Hudební odpoledne pro seniory
3. Představení, besedy a komponované představení, koncerty, divadelní představení

DĚLNÝ A WORKSHOPY PRO DĚTI A MLÁDEŽ I SENIORY

1. Výtvarné dělny pro děti a mládež
2. Výtvarné workshopy pro seniory
3. Tematická dělna + workshop pro seniory

POZNÁVACÍ VYCHÁZKY A VĚLETY

1. Celodenní poznávací vĚlet mimo Prahu
2. Výcházka po Praze

Kurzy pro seniory Komunitního centra Prádelna jsou realizovány v rámci projektu „Podpora komunitního života v Městské části Praha 5“ č. CZ.07.3.63/0.0/0.0/17_051/0000737 spolufinancovaného z operačního programu Praha – růst.