



Nowohucka Akademia Seniora: miejsce edukacji i integracji seniorów

2023-10-26

Wraz z początkiem roku akademickiego, nowy rok rozpoczyna także Nowohucka Akademia Seniora - pierwszy w Nowej Hucie i jeden z najstarszych uniwersytetów III wieku w Krakowie. Ośrodek Kultury Kraków-Nowa Huta przygotował dla seniorów bogatą i różnorodną ofertę edukacyjno-kulturalną.

Nowohucka Akademia Seniora, to inicjatywa, która powstała w efekcie wspólnego wysiłku Stowarzyszenia Przyjaciół Nowej Huty oraz Ośrodka Kultury Kraków-Nowa Huta. Od momentu swojego debiutu w lutym 2010 roku, ta wyjątkowa instytucja stała się ważnym miejscem edukacji, kultury i integracji dla seniorów nie tylko z Nowej Huty, ale także dla mieszkańców Krakowa i okolicznych gmin.

Warto podkreślić, że od roku akademickiego 2021/22 wyłącznym organizatorem zajęć jest Ośrodek Kultury Kraków-Nowa Huta. To właśnie dzięki ich zaangażowaniu i pasji Nowohucka Akademia Seniora może kontynuować swoją misję, oferując coraz bogatszy program zajęć dla seniorów.

Oferta Nowohuckiej Akademii Seniora

Nowohucka Akademia Seniora jest znana z różnorodności swojej oferty programowej. Dla seniorów, którzy pragną poszerzać swoją wiedzę i umiejętności, NAS oferuje wykłady, kursy oraz warsztaty. Tematyka zajęć jest zróżnicowana i obejmuje wiele dziedzin, co pozwala na znalezienie czegoś interesującego dla każdego uczestnika. Dla miłośników kultury, organizowane są wyjścia do instytucji kulturalnych, a także spacer z przewodnikami, które pozwalają na lepsze poznanie uroków Nowej Huty i Krakowa.

Rok akademicki w Nowohuckiej Akademii Seniora jest pełen fascynujących propozycji edukacyjno-kulturalnych. Program jest przygotowywany w formie dwumiesięcznych propozycji, które są dostępne na bieżąco do pobrania, dzięki czemu każdy może śledzić, co ciekawego dzieje się w NAS.

Wśród tegorocznych zajęć Nowohuckiej Akademii Seniora znajdziemy wiele atrakcyjnych propozycji. Dla tych, którzy interesują się historią swojej rodziny, organizowane są zajęcia z genealogii, które pozwalają odkryć korzenie i historię swojego rodu. Osoby lubiące tworzyć rękodzieła mogą uczestniczyć w zajęciach rękodzielniczych, gdzie zdobędą nowe umiejętności i poznają tajniki różnych technik artystycznych.

Dla seniorów, którzy chcą rozwijać swoje umiejętności językowe, Nowohucka Akademia Seniora oferuje kursy angielskiego i niemieckiego, co pozwala na poszerzenie zakresu komunikacji i możliwość podróżowania po świecie z większą pewnością siebie.

Ponadto, dla troski o zdrowie i dobre samopoczucie seniorów, organizowane są zajęcia ruchowe, takie jak joga, gimnastyka kręgosłupa i gimnastyka ogólnorozwojowa. To doskonała okazja do aktywnego spędzania czasu i dbania o kondycję fizyczną.

Aby zostać słuchaczem Nowohuckiej Akademii Seniora, należy postępować zgodnie z kilkoma prostymi krokami. Przede wszystkim warto zapoznać się z regulaminem NAS, który określa



**Magiczny
Kraków**

zasady uczestnictwa w zajęciach. Następnie, konieczne jest wypełnienie deklaracji słuchacza, która umożliwia zapisanie się na zajęcia.

Kolejnym etapem jest opłacenie opłaty wpisowej w wysokości 30 złotych na cały rok akademicki. To symboliczna kwota, która pozwala utrzymać działalność Akademii i kontynuować jej misję.

Osobiste zapisy przyjmowane są od 12 września i odbywają się w każdy poniedziałek, wtorek i środę w godzinach 9.00-12.00. To doskonała okazja, aby dowiedzieć się więcej o ofercie zajęć, zarejestrować się i dołączyć do inspirującego grona seniorów korzystających z edukacyjnych i kulturalnych możliwości Nowohuckiej Akademii Seniora.

Nowohucka Akademia Seniora to wyjątkowe miejsce, które oferuje seniorom nie tylko Nowej Huty, ale także całego Krakowa i okolicznych gmin możliwość rozwijania swoich zainteresowań, zdobywania nowej wiedzy i integrowania się z innymi osobami. Dzięki różnorodności zajęć i profesjonalnemu podejściu organizatorów, Nowohucka Akademia Seniora staje się ważnym ośrodkiem edukacji i kultury dla seniorów w regionie. Jeśli jesteś seniorem lub znasz kogoś, kto mógłby skorzystać z tych fascynujących propozycji, to warto rozważyć dołączenie do NAS i czerpanie radości z nauki i spotkań z innymi osobami.