

Centra Zdrowego i Aktywnego Seniora już otwarte

02.07.2020 9:16 Katarzyna Jarosińska / Oddział ds. Polityki Senioralnej

kategoria: **Seniorzy**

Koronawirus

1 lipca, po przymusowym zawieszeniu spowodowanym pandemią, zostały ponownie otwarte Centra Zdrowego i Aktywnego Seniora przy ul. Libelta 16 i Szpitalnej 6. Od środy ruszają Wasze ulubione zajęcia, ale z zachowaniem obowiązujących norm sanitarnych.



fot. , Radosław Żydowicz

Kilka ważnych informacji dot. udziału w zajęciach:

- zapisy na zajęcia są możliwe tylko telefonicznie: 42 655 30 39,
- w zajęciach gimnastycznych może uczestniczyć maksymalnie 6 osób,
- w zajęciach tematycznych może brać udział 8 osób

Więcej informacji o CZAS:

<https://uml.lodz.pl/seniorzy/projekty/centra-zdrowego-i-aktywnego-seniora/>

SZKOLENIA KOMPUTEROWE "SENIOR W SIECI"

Wraz z otwarciem Centrów wznawiamy realizację szkoleń komputerowych "Senior w Sieci" realizowanych w ramach projektu „Gmina na czasie” realizowanego w ramach Programu Operacyjnego Polska Cyfrowa na lata 2014-2020, Oś Priorytetowa nr 3 „Cyfrowe kompetencje społeczeństwa” Działanie nr 3.2. „Działania szkoleniowe na rzecz rozwoju kompetencji cyfrowych”.

Zapraszamy do udziału, naprawdę warto.

Podczas szkoleń uczestnicy dowiedzą się jak prawidłowo:

- wgrywać zdjęcia do komputera oraz wykorzystać ogólnodostępne programy graficzne;
- telefonować i prowadzić rozmowy przez Internet (np. wideo rozmowy, rozmowy grupowe, w mediach społecznościowych);
- działać w grupach dyskusyjnych;
- korzystać ze szkoleń online;
- wyszukiwać treści związane z rozwojem zainteresowań, platform z zasobami do nauki dla osób dorosłych;
- wyszukiwać informacje o towarach, usługach;
- zakładać, personalizować i prowadzić profil na Facebooku, YouTube, Twitterze, Instagramie i innych;
- korzystać z e-administracji (profil zaufany oraz usługi ePuap);
- instalować oprogramowanie lub aplikacje.

Szkolenia odbywają się w małych grupach.

Uczestnicy mają zapewnioną opiekę wykwalifikowanej kadry, materiały informacyjne oraz

poczęstunek.

Szkolenia odbywają się w Centrach Zdrowego i Aktywnego Seniora przy ul. Szpitalnej 6 i ul. Libelta 16.

Informacje i zapisy:

Oddział ds. Polityki Senioralnej UMŁ

ul. Zachodnia 47 , p. 132

Tel.: 42 638 47 30

E-mail: dlaseniorow@uml.lodz.pl

Powiązane aktualności

- 29.06.2020 / [Trwają przygotowania do uruchomienia placówek dziennego pobytu w Łodzi](#)