



**Magiczny
Kraków**

Programy Aktywności Lokalnej zapraszają rodziny na spotkania

2019-11-28

Serdecznie zapraszamy rodziny na spotkania organizowane w ramach Programów Aktywności Lokalnej MOPS.

Harmonogram wydarzeń w grudniu 2019 r. wraz z danymi kontaktowymi do PAL-i.

Program Aktywności Lokalnej „Jeziorko” ul. Jeziorko 42 E, Kraków, tel. 668 259 130

Środy, godz. 10.30-13.30 - Zajęcia tematyczne.

Środy, piątki - Zajęcia w siłowni, w zależności od zainteresowania.

Poradnictwo psychologiczne indywidualne - terminy do ustalenia.

Wyjście do instytucji kultury - obowiązują wcześniejsze zapisy.

1 grudnia (niedziela) godz.14.30 - Udział w wydarzeniu „Anioł w Dzielnicy XVII”.

13 grudnia (piątek) godz. 16.30 - Spotkanie świąteczne.

Program Aktywności Lokalnej „Ugorek” ul. Ugorek 1, Kraków, tel. 607 808 431, 660 637 859

Zajęcia odbywające się regularnie:

Wtorki, godz. 16.30-17.20 – język angielski poziom podstawowy.

Wtorki, godz. 17.30-18.30 – język angielski poziom średniozaawansowany.

Piątki, godz. 9.30-10.15 – język angielski poziom od podstaw.

Środy, godz. 10.00-13.00 - Warsztaty rękodzieła (decoupage, haft, szydełko itp.).

Czwartki, godz. 17.00-18.00 - Zajęcia ruchowe dla osób w każdym wieku.

4 grudnia (środa) godz.17.00 - Klub dyskusyjny „Kulturomania”.



**Magiczny
Kraków**

Program Aktywności Lokalnej „Na Olszy” ul. Brogi 26, Kraków, tel. 780 511 835

Poniedziałki, godz. 13.00-14.00 - Zajęcia sportowe: ping-pong.

Piątki, godz. 10.00-11.00 - Szachy.

Piątki, godz. 11-12.00 - Zajęcia sportowe: ping-pong.

2,9 grudnia (poniedziałki) godz. 12.00-13.00 - Zajęcia ruchowe: „Zdrowy kręgosłup”.

3 grudnia (wtorek) godz. 17.30-19.30 warsztaty edukacyjno - rozwojowe dla młodzieży.

4 grudnia (środa) godz. 14.30-15.30 zajęcia taneczne.

12 grudnia (czwartek) godz. 17.00-20.00 - Spotkanie świąteczne dla uczestników PAL.

17 grudnia (wtorek) godz. 17.00-19.00 - Akcja „Paczka dla dzieciaczka 2019” - pakowanie paczek świątecznych w PAL.

19 grudnia (czwartek), godz. 16.00-19.00 - Wyjście grupowe: wyjazd do Uniwersyteckiego Szpitala Dziecięcego w Prokocimiu.

Program Aktywności Lokalnej „Sami dla siebie” ul. ks. Siemaszki 31, Kraków, tel. 697 129 887, 726 204 039

Poniedziałek-piątek, godz. 13.00-16.00 - Zajęcia świetlicowe i pomoc w nauce. Pomoc przy odrabianiu zadań domowych z zakresu nauki w szkole podstawowej, a także wspólne granie w planszówki.

Poniedziałki, godz. 11.00 - „Czas dla malucha” warsztaty dla dzieci w wieku żłobkowym i przedszkolnym oraz ich rodziców – wspólne zabawy o charakterze ogólnorozwojowym.

Wtorki, godz. 11.00-12.00 - „Joga dla senierek” zajęcia z jogi prowadzone przez wykwalifikowaną instruktorkę. Na zajęcia obowiązują zapisy.

Czwartki, godz. 10.00-11.00 - „Joga dla senierek” zajęcia z jogi prowadzone przez wykwalifikowaną instruktorkę. Na zajęcia obowiązują zapisy.

Piątki, godz. 15.00-16.00 - „Warsztaty bębniarskie” realizowane w ramach projektu Budżetu Obywatelskiego. Warsztaty przeznaczone dla dzieci, młodzieży oraz dorosłych. Na warsztaty obowiązują zapisy.

12 grudnia (czwartek) godz. 15:00-17:00 - Warsztaty decoupage- warsztaty tworzenia



**Magiczny
Kraków**

świątecznych ozdób choinkowych.

18 grudnia (środa) godz. 16.00-19.00 - Spotkanie świąteczne dla uczestników PAL.

Program Aktywności Lokalnej „Azory” ul. Jaremy 1, Kraków, tel. 660 637 831, 695 802 278

Poniedziałek-piątek, godz. 9.00-11.00 - Punkt Informacji Obywatelskiej.

Poniedziałki, godz. 11.00-11.30 - Warsztaty „Kawa czy herbata” rozmowy z mieszkańcami.

Środy, godz. 14.00-17.00 - Spotkania międzykulturowe, międzypokoleniowe i międzynarodowe (konwersacje językowe).

Czwartki, godz. 10.00-12.00 - Mała szwalnia.

Piątki, godz. 9.00-11.00 - Ogród społeczny „Azory”, upiększanie terenu zielonego.

9 grudnia (poniedziałek) godz. 10.00-11.00 - Warsztaty wizażu - pokazy makijażu dla kobiet.

14 grudnia (sobota) godz. 10.00-13.00 - w SP nr 119.

Program Aktywności Lokalnej „Na Skarpie” os. Na Skarpie 35, Kraków, tel. 668 259 130

Poniedziałki, wtorki, godz. 10.00-14.00 - Tenis stołowy, bilard, piłkarzyki dla seniorów – lub w innym czasie (do ustalenia z animatorami).

1 grudnia (niedziela) godz. 14.30 - Udział w wydarzeniu „Anioł w Dzielnicy XVII”.

17 grudnia (piątek) godz. 16.30 - Spotkanie świąteczne.

Poradnictwo psychologiczne indywidualne - terminy do ustalenia.

Wyjście do instytucji kultury - termin do ustalenia.

Program Aktywności Lokalnej „Stworzyć miejsce dla siebie” ul. Dąbrówki 7/3-4, Kraków, tel. 780 511 839, 780 567 294, Program Aktywności Lokalnej „Rybitwy” - ul. Łutnia 1, tel. 780-511-837, Program Aktywności Lokalnej „Krzemieniecka” - ul. Krzemieniecka 63



**Magiczny
Kraków**

5 grudnia (czwartek) godz. 17.00 - Joga śmiechu & warsztaty bębniarskie - międzypokoleniowy dzień wolontariatu, ul. Berka Joselewicza 28.

7 grudnia (sobota) godz. 15.00-20.00 - Warsztaty tworzenia ozdób świątecznych PAL Rybitwy, Przewóz.

14 grudnia (sobota) godz. 15.00-20.00 - PAL Rybitwy, Przewóz wraz z Klubem Kultury Przewóz organizuje spotkanie podczas, którego, będzie wspólne ubieranie choinki i mały poczęstunek dla obecnych w Klub Przewóz ul. Łutnia 1.

9 grudnia (poniedziałek) godz. 17.00 - Warsztaty rękodzieła artystycznego; świąteczne ozdoby.

14 grudnia (sobota) godz. 14.00 - Warsztaty Ceramiczne PAL ul. Dąbrówki 7/3-4.

16 grudnia (poniedziałek) godz. 18.00 - Warsztaty ceramiczne PAL Krzemieniecka 63/11.

20 grudnia (piątek) godz. 17.00 - Sąsiedzka wigilia połączona z ubieraniem choinki PAL Dąbrówki 7/3-4.

23 grudnia (poniedziałek) godz. 17.00 - Warsztaty rękodzieła artystycznego, wykonywanie ozdób świątecznych i stroików oraz rodzinne sąsiedzkie ubieranie choinki PAL Krzemieniecka.

27, 30, 31 grudnia 7.00 -16.00 - PAL Dąbrówki 7/3-4 Klub młodych odkrywców i odkrywcyń.

Program Aktywności Lokalnej „Zesławice i Kantorowice”, ul. Morcinka 15, Kraków, tel. 780 511 834 oraz 660 637 861.

1 grudnia (niedziela) - PAL organizuje wydarzenie lokalne „Anioł w Dzielnicy XVII” dla osób niepełnosprawnych i ich rodzin oraz osób z otoczenia i mieszkańców dzielnic Nowej Huty. Wydarzenie odbywa się przy ul. Zakole (błonie).

Filia nr 1 Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej (os. Teatralne 24) zaprasza na kolejną edycję warsztatów kompetencji rodzicielskich w ramach projektu socjalnego „Miłość i Granice - Program Wzmacniania Rodziny-edycja III”. Program przeznaczony jest dla wszystkich rodzin, niezależnie od stopnia zagrożenia nastolatków problemami związanymi z używaniem substancji psychoaktywnych lub innymi zaburzeniami zdrowia psychicznego. Program realizowany jest w formie warsztatów odbywających się z częstotliwością spotkań jeden raz w tygodniu po 2 godziny. Podczas warsztatów poruszanych jest 7 bloków tematycznych. Program jest prowadzony metodą warsztatową w formie sesji dla rodziców, dla młodzieży i rodzinnych. Sesje dla rodziców i młodzieży odbywają się równolegle w tym samym czasie. Po ich zakończeniu rodziny wspólnie uczestniczą w sesji rodzinnej. Beneficjentami projektu będzie 10 rodzin wraz z dziećmi w wieku od 10 do 14 lat. Rodzice chcący wziąć udział w projekcie mogą zgłaszać się od



**Magiczny
Kraków**

poniedziałki do piątku w godz. 08.00-15.00 telefonicznie lub bezpośrednio do pracowników Filii nr 1 : Pani Moniki Krawczyk: nr. tel.: 538 270 788; Pana Stanisława Batko: nr. tel.: 668-267-968. Warsztaty szkoły dla rodziców w ramach projektu socjalnego „Kocham, wychowuję, wymagam” – edycja III. Projekt „Kocham, wychowuję, wymagam” został zaplanowany jako cykl 10 spotkań warsztatowych trwających 3 godziny zegarowe. Oparty jest na programie „Szkoły dla rodziców i wychowawców”. Jego głównym celem jest wspieranie rodziców w radzeniu sobie w codziennych kontaktach z dziećmi i młodzieżą. To także nauka dialogu i kształtowanie więzi opartych na wzajemnym szacunku. Spotkania odbywać się będą raz w tygodniu. Dzień i miejsce spotkań zostanie uzgodnione przez organizatorów, z przyszłymi uczestnikami. Odbiorcami będą rodzice zarówno korzystający ze wsparcia Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Krakowie, jak również nie korzystający z pomocy społecznej. Udział w warsztatach jest dobrowolny. Grupa warsztatowa przewiduje do 15 osób. Szczegółowe informacje można uzyskać u Pani Moniki Krawczyk - od poniedziałki do piątku w godz. 8.00-15.00. nr. telefonu 538 270 788.