

**Piedāvājums
visiem, kam ir
65+!**



NESTEIDZĪGĀS dzīves skola

Ja Jums ir 65+, nāciet uz **Nesteidzīgās dzīves skolu**, kur neformālā gaisotnē Jums būs iespēja apgūt jaunas prasmes, vaļaspriekus vai pilnveidot esošos, iegūt sarunu biedrus, stiprināt dzīves kvalitāti, trenēt atmiņu un intelektuālās spējas, gūstot prieku no darbošanās un kopā būšanas!

Runā angļiski ar prieku!

(bez priekšzināšanām)

21.02. - 11.04.

otrdienās, plkst. 10.00 - 11.30

Nepiespiestā gaisotnē pilnveidosiet prasmi sazināties angļu valodā vienkāršās ikdienas situācijās iesācēju valodas prasmes līmenī.

Runā angļiski un iedvesmojies!

(ar priekšzināšanām)

15.02. - 05.04.

trešdienās, plkst. 10.00 - 11.30

Nepiespiestā gaisotnē apgūsiet ikdienas sarunvalodas prasmi. Virtuāli apceļosiet Lielbritāniju, tās skaistākās vietas un iepazīsiet slavenākos mūsdienu Lielbritānijas cilvēkus un vietas.

Runā vāciski ar prieku!

(bez priekšzināšanām)

11.01. - 01.03.

trešdienās, plkst. 15.00-16.30

Var svešvalodu mācīties, strikti pieturoties pie gramatikas likumiem un stingriem priekšrakstiem, taču var valodu mācīties arī interesanti.

Runā vāciski un iedvesmojies!

(ar priekšzināšanām)

11.01. - 01.03.

trešdienās, plkst. 15.00-16.30

Nepiespiestā gaisotnē apgūsiet ikdienas sarunvalodas prasmi. Virtuāli apceļosiet Vāciju, tās skaistākās vietas un iepazīsiet slavenākos mūsdienu Vācijas cilvēkus un vietas.

Informācija un pieteikšanās

63082101, 63012158, 26602618

e-pasts: talakizglitiba@zrkac.jelgava.lv;

Svētes iela 33, Jelgava, LV-3001, www.zrkac.lv

Teksta dokumentu izveide

un saglabāšana

13.01. - 03.02.

piektdienās, plkst. 10.00 - 11.30

Ja esat apguvis datorprasmes ABC tad sniegsim jums iespēju nesteidzīgā tempā apgūt pamata datorprasmes, lai ikdienā varētu bez uztraukumiem un stresa noformēt dokumentu MS Word vidē.

Datorprasmju ABC iesācējiem

16.03. - 06.04.

ceturtdienās, plkst. 10.00 - 11.30

Ja jums ir dators, tad sniegsim jums iespēju nesteidzīgā tempā apgūt pamata datorprasmes, lai ikdienā varētu bez uztraukumiem un stresa lietot savu datoru.

Interneta un e-pasta lietošana

12.01. - 09.02.

ceturtdienās, plkst. 10.00-11.30

Ja jums ir dators un vēlaties iemācīties interneta un e-pasta pamata lietošanas principus, tad sniegsim jums iespēju nesteidzīgā tempā apgūt pamatprasmes, lai ikdienā varētu bez uztraukumiem un stresa atrast nepieciešamo informāciju internetā un sūtīt e-pastus.

Sociālie mediji ikdienas saziņai

16.02. - 09.03.

ceturtdienās, plkst.10.00 -11.30

Ja jums ir dators un/vai viedtālrunis un pamata datorprasmes, tad sniegsim jums iespēju nesteidzīgā tempā apgūt nepieciešamās datorprasmes, lai ikdienā varētu bez uztraukumiem izmantot sociālos tīklus.

Dzīvespēka darbnīca I

15.02. - 08.03.

trešdienās, plkst.10.00 - 11.30

Meklēsim atbildes uz jautājumiem, kā mainīt ikdienas ieradumus, lai dzīve būtu krāsaināka.

Nodarbību tēmas: 1.nodarbība - kopā būšanas spēks; 2.nodarbība - komunikācijas spēks; 3.nodarbība - izziņas spēks; 4.nodarbība - emociju spēks.

Dzīvespēka darbnīca II

11.01. - 01.02.

trešdienās, plkst.10.00 - 11.30

Meklēsim atbildes uz jautājumiem, kas ir dzīvespēks un kā mainīt ikdienas ieradumus, lai dzīve būtu krāsaināka.

Dāvanu meistars

23.03. - 13.04.

ceturtdienās, plkst.10.00 - 11.30

Nesteidzīgi apgūsim tehnikas, kā pašrocīgi izgatavot mazas dāvaniņas - skaistas apsveikumu kartiņas, kārbīņas, ziedus un citus apsveikuma vai dekoratīvus priekšmetus, ar ko iepriecināt sevi un sev tuvus cilvēkus.

Izkrāso pasauli!

20.01. - 10.02

piektdienās, plkst.10.00 - 11.30

Aicinām uz akvareļu un guašas krāsu darbnīcu "Izkrāso pasauli", kur talantīgas pasniedzējas vadībā attīstīsiet savu radošumu un iemācīsieties radīt mākslu.

Mācības notiek klātienē.
Mācību ilgums 1/2 mēneši
1 nodarbības ilgums - 90 minūtes.

Maksa:
vienai personai mēnesī par katru tēmu:
EUR 10.00