



**Magiczny  
Kraków**

## **Senior w Centrum w styczniu**

2016-01-05

**Styczeń w CAS Senior w Centrum:**

### **GODZINY OTWARCIA CAS Senior w Centrum**

**poniedziałek: 9:00 - 13:00**

**wtorek: 10:00 - 14:00**

**środa: 12:00 - 16:00**

**czwartek: 12:00 - 16:00**

**piątek: 12:00 - 16:00**

**nr tel. 733 131 638, 12 265 65 53**

adres: ul. Berka Joselewicza 28, Kraków

(wejście od drugiej strony budynku)

email: **[kontakt@seniorwcentrum.pl](mailto:kontakt@seniorwcentrum.pl)**

strona internetowa: **[www.seniorwcentrum.pl](http://www.seniorwcentrum.pl)**

**Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy. Ilość miejsc ograniczona.**

[Harmonogram do pobrania](#)

### **ZAJĘCIA STAŁE:**

#### **Zajęcia z obsługi urządzeń związanych z nowymi technologiami**

**PONIEDZIAŁKI godz. 18:00**

*Podstawy obsługi komputera. Grupa początkująca.*

*Najbliższe zajęcia 11 stycznia.*

#### **Zajęcia Nordic Walking**

**WTORKI, godz.10:00**

**miejsce spotkania:** siedziba CAS Senior w Centrum, ul. Berka Joselewicza 28



*Zapraszamy na wspólny spacer z kijami wzdłuż Wisły. Zapewniamy kije.*

**Podstawy obsługi iPada**

**WTORKI godz. 12:30**

**Gimnastyka**

**ŚRODY godz. 12:00 I grupa**

**godz. 13:00 II grupa**

**Nauka języka angielskiego** - grupa podstawowa

**ŚRODY godz. 15:00**

**PIĄTKI godz. 15:00**

Najbliższe zajęcia 13 stycznia.

**Nauka języka angielskiego** - grupa IIa - średnio zaawansowana

**PONIEDZIAŁKI godz. 9:00**

**PIĄTKI godz. 13:00**

Najbliższe zajęcia 4 stycznia.

**Nauka języka angielskiego** - grupa IIb - zaawansowana

**PONIEDZIAŁKI godz. 9:45**

**PIĄTKI godz. 13:45**

Najbliższe zajęcia 4 stycznia.

**Nauka języka angielskiego** - grupa podstawowa - polski lektor

**2 x w miesiącu PONIEDZIAŁKI godz. 10:30 -12:00**

drugi i czwarty poniedziałek miesiąca (**11.01, 25.01**)

*(wolne miejsca, trwają zapisy!!!)*

**Kawiarenka Seniora**

**WTORKI godz. 11:00 - 13:00**



**ŚRODY            godz. 13:00 - 15:00**

**Warsztaty wokalne**

**CZWARTEK            godz. 13:00 - 14:30**

Najbliższe spotkanie 7 stycznia. Zapraszamy.

**Gramy, gramy, gramy.... - gry planszowe i stolikowe**

**PIĄTKI            godz. 12:00 - 14:00**

Rozpoczynamy cykl regularnych spotkań z grami planszowymi. Zapraszamy nie tylko miłośników planszówek, ale też tych, którzy dawno albo nigdy nie grali w żadną grę. W tym czasie można przyjść do naszego CAS-u i przy kawie lub herbacie miło spędzić czas grając w jedną z udostępnionych gier.

**STYCZEŃ w CAS Senior w Centrum:**

**Warsztaty Bliżej Siebie - warsztaty pracy z ciałem i głosem**

**7 stycznia (czwartek) godz.11:00 - 12:30**

**21 stycznia (czwartek) godz.11:00 - 12:30**

**Wyjście kulturalne: warsztaty w Galerii MCK**

*Warsztaty dla seniorów w Galerii MCK w ramach cyklu Dojrzała sztuka.*

**8 stycznia (piątek) godz.11.00**

**miejsce spotkania:** Międzynarodowe Centrum Kultury, Rynek Główny 25

**Warsztaty fotograficzne**

**14 stycznia (czwartek) godz.18:00 - 20:00**

**miejsce:** Cas Senior w Centrum

**Wyjście kulturalne: MOCAK**

**19 stycznia (wtorek) godz.12:00 - 14:00**

**miejsce:** Muzeum Sztuki Współczesnej w Krakowie MOCAK, ul.Lipowa 4, Kraków

**Warsztaty Rękodzieła - aninowyświat**



**19 stycznia (wtorek) godz.16:00**

*W ramach zajęć aninowyświat tworzymy różne piękne rzeczy z przeróżnych materiałów. Tym razem będziemy ozdabiać maski karnawałowe.*

**Warsztaty Decoupage**

**21 stycznia (czwartek) godz.18:00**

**prowadzący:** Sylwia Barniak

**Warsztaty Rękodzieła: dekoracje z filcu**

**28 stycznia (czwartek) godz.15:00**

**prowadzący:** Gosia Sobotka

**Warsztaty "Blżej sztuki"**

**29 stycznia (piątek) godz.10:00**

**miejsce:** Cas Senior w Centrum

*Zapraszam Państwa na kolejne zajęcia "Blżej Sztuki". Rozpoczynamy nowy cykl zajęć - studium martwej natury. Odkryjemy że np. zwykły kubek to wcale nie taka prosta sprawa by go narysować i że w ołówku jest mnóstwo możliwości. Studium martwej natury będzie kontynuowane przez parę kolejnych godzin zajęciowych.*

*Zapraszam zwłaszcza tych z Państwa którzy zawsze chcieli uczyć się rysować, lub mieli ochotę spróbować a nigdy nie było na to czasu.*

*Ważna uwaga! By przyjść na zajęcia nie trzeba być profesjonalnym plastykiem!!!:)*

*Zajęcia mają być dla Państwa dobrą przygodą! a przy okazji można czegoś się nauczyć :)*

*Gwarantujemy doborowe towarzystwo, dobrą muzykę w tle i pyszną herbatę lub kawę w trakcie rysowania.*

*Ci z Państwa którzy mają problemy z dłońmi też są mile widziani przy tej dobrej herbacie.*

*Marta Ruszkowska*

**Spotkanie z prawnikami**



**Magiczny  
Kraków**

**29 stycznia 2015 (piątek) godz.12:00 - 13:00**

**miejsce:** CAS Senior w Centrum

Spotkanie na temat sporządzania testamentu, tworzenia umów.

**Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.**

**Ilość miejsc ograniczona.**

**nr tel. 12 265 65 53, 733 131 638**

email: **[kontakt@seniorwcentrum.pl](mailto:kontakt@seniorwcentrum.pl)**

strona internetowa: **[www.seniorwcentrum.pl](http://www.seniorwcentrum.pl)**