



**Magiczny  
Kraków**

## **Senior w Centrum w lutym**

2016-02-04

**LUTY 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.*

### **Zajęcia Nordic Walking**



**Magiczny  
Kraków**

**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 - UWAGA: OSTATNIE ZAJĘCIA 2 LUTEGO**

**WTOREK godz. 12:30**

**Gadżety - pomoc czy frustracja?**

**Pomoc w obsłudze telefonów, tabletów i urządzeń elektronicznych. PIERWSZE SPOTKANIE 9 LUTEGO**

**WTORKI godz. 12:00**

**Gimnastyka**

**ŚRODY            godz. 12:00 I grupa**

**godz. 13:00 II grupa**

**Nauka języka angielskiego - grupa podstawowa**

**ŚRODY            godz. 16:00**

**PIĄTKI            godz. 16:00**

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

**PONIEDZIAŁKI    godz. 9:00**

**PIĄTKI            godz. 12:45**



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

**PONIEDZIAŁKI**      **godz. 9:45**

**PIĄTKI**                      **godz. 14:00**

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

**PONIEDZIAŁKI**      **godz. 10:30 - 11:15 - grupa IIIa**

**godz. 11:20 - 12:05 - grupa IIIb**

**Kawiarenka Seniora**

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

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

**Warsztaty wokalne - UWAGA! ZMIANA TERMINU ZAJĘĆ!!!**

**ŚRODY**      **godz. 17:10 - 18:30**

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

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

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.

**LUTY w CAS Senior w Centrum:**

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

**4 lutego (czwartek) godz.11:00 - 12:30**

**18 lutego (czwartek) godz.11:00 - 12:30**



### **Budżet Obywatelski - czym jest? Jak można się włączyć?**

**10 lutego (środa) godz. 14:00**

Bardzo zależałoby nam na tym, aby seniorzy – uczestnicy CAS włączyli się w działania Budżetu Obywatelskiego na wszelkich możliwych poziomach. Czy to jako autorzy zgłaszanego projektu, czy inicjatorzy pomysłu czy choćby na początku tylko świadomi głosujący. Dlatego zapraszamy Państwa do udziału w spotkaniu dotyczącym Budżetu Obywatelskiego, w czasie którego będzie można uzyskać wszelkich informacji na ten temat.

Spotkanie jest zorganizowane przy udziale Urzędu Miasta Krakowa.

### **Warsztaty Rękodzieła**

**11 lutego (czwartek) godz.15:00**

**prowadzący:** Gosia Sobotka

### **Wyjście kulturalne: warsztaty w Galerii MCK**

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

**12 lutego (piątek) godz.11.00**

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

*Wyścig z czasem - początki fotografii*

*Podczas wykładu zostanie omówiona twórczość pionierów fotografii, takich jak Joseph Nicéphore Niépce, Louis Jacques Mandé Daguerre, William Henry Fox Talbot czy Eadweard Muybridge.*

### **Warsztaty “Jak nie odkładać rzeczy do zrobienia na później?”**

**15 lutego (poniedziałek) godz.12:00 - 16:00 - część I**



**Magiczny  
Kraków**

**16 lutego (wtorek)                    godz. 10:00 - 14:00 - część II**

**Warsztaty Rękodzieła: aninowyświat - walentynkowo :)**

**18 lutego (czwartek) godz.16:00                    prowadzący: Ania Jop**

**Warsztaty fotograficzne**

**18 lutego (czwartek)    godz.18:00 - 20:00**

**Wyjście kulturalne: MOCAK**

**25 lutego (czwartek)    godz.12:00 - 14:00**

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

**Warsztaty Decoupage**

**25 lutego (czwartek) godz.18:00**

**prowadzący:** Sylwia Barniak

**Warsztaty "Blżej sztuki"**

**26 lutego (piątek)    godz.10:30**

**miejsce:** Cas Senior w Centrum

*Studium martwej natury - kontynuacja*

*Po ostatnich zajęciach wiemy co lubimy, jakie są nasze możliwości rysunkowe.*

*Parzemy dobrą herbatę, kawę, w tle dobra muzyka i studiujemy martwą naturę dalej.*

*Zajęcia są skierowane [m.in](http://m.in) do tych z Państwa którzy zawsze lubili świat plastyki ale brakowało*



**Magiczny  
Kraków**

*na niego czasu.*

*Serdeczni zapraszam.*

*Marta Ruszkowska*

**Bezpłatne porady prawne**

**26 lutego 2015 (piątek) godz.12:00 - 13:00**

**miejsce:** CAS Senior w Centrum

**Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.**

**Ilość miejsc ograniczona.**

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

email: kontakt@seniorwcentrum.pl

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