

GODZINY OTWARCIA CAS Senior w Centrum

poniedziałek: 10:00 - 14:00

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

strona internetowa: **www.seniorwcentrum.pl**

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

ZAJĘCIA STAŁE:

Badminton

PONIEDZIAŁKI godz. 11:00 - 14:00

Zapraszamy do gry w badmintona na sali.

Zajęcia z obsługi urządzeń związanych z nowymi technologiami

PONIEDZIAŁKI godz. 18:00

Podstawy obsługi komputera.

Zajęcia Nordic Walking

WTORKI, godz. 9:45

miejsce spotkania: siedziba CAS Senior w Centrum, ul. Berka Joselewicza 28
*Zapraszamy na wspólny spacer z kijami wzdłuż Wisły. Zapewniamy kije dla uczestników. Trening poprowadzi wykwalifikowany instruktor: Dobrochna Wiater.
W razie niepogody zajęcia odbędą się na sali.*

Gadżety - pomoc czy frustracja?

Pomoc w obsłudze telefonów, tabletów i in. urządzeń elektronicznych.

WTORKI godz. 12:00 - 14:00

Gimnastyka

ŚRODY godz. 14:00 I grupa
 godz. 15:00 II grupa

Nauka języka angielskiego - grupa I - prowadzący: Joel Paisley

ŚRODY godz. 16:00
PIĄTKI godz. 16:00

Nauka języka angielskiego - grupa IIa - prowadzący: Robin Shep

PONIEDZIAŁKI godz. 12:45
PIĄTKI godz. 12:45

Nauka języka angielskiego - grupa IIb - prowadzący: Robin Shep

PONIEDZIAŁKI godz. 14:00
PIĄTKI godz. 14:00

Nauka języka angielskiego - grupa III - prowadzący: Paulina Zaleśna

PONIEDZIAŁKI godz. 10:30 - 11:15 - grupa IIIa
 godz. 11:30 - 12:15 - grupa IIIb

Kawiarenka Seniora

WTORKI godz. 11:30 - 13:30
ŚRODY godz. 14:30 - 16:30

Warsztaty wokalne

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.

Spotkanie brydżowe

PIĄTKI godz. 12:00

Kwiecień w CAS Senior w Centrum:

Bezpłatne porady prawne

Data: 1 kwietnia (piątek) godz.11:00 - 12:30

Miejsce: CAS Senior w Centrum

Indywidualne porady prawne.

Warsztaty Rękodzieła:

7 kwietnia (czwartek) godz.16:00

prowadzący: Ania Jop

Warsztaty bliżej sztuki

8 kwietnia (piątek) godz.10.00-14:00

Kontynuacja martwej natury.

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 do tych z Państwa którzy zawsze lubili świat plastyki ale brakowało na niego czasu.

*Zapraszam serdecznie,
Marta Ruszkowska*

Z filiżanką espresso prze Italię - spotkanie podróżnicze

13 kwietnia (środa) godz.12:00

Warsztaty Rękodzieła

14 kwietnia (czwartek) godz.15:00

prowadzący: Gosia Sobotka

Warsztaty Decoupage

18 kwietnia (poniedziałek) godz.18:00

prowadzący: Sylwia Barniak

Warsztaty fotograficzne

21 kwietnia (czwartek) godz.18:00