



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

**poniedziałek: 10:00 - 14:00**

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

**środa: 10:00 - 14:00**

**czwartek: 10:00 - 14:00**

**piątek: 10:00 - 14:00**

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

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)**

## **Program obowiązuje od 14 lutego 2018 r.**

### **LUTY - zajęcia stałe**

**Nauka języka angielskiego** - prowadzący: Paulina Zaleśna

**PONIEDZIAŁKI** godz. 9:00 poziom podstawowy - kontynuacja IIIb

godz. 10:00 grupa początkująca

godz. 11:15 poziom podstawowy - kontynuacja IIIa

**W dniu 12 lutego wszystkie zajęcia z angielskiego są odwołane. Przepraszamy.**

**Nauka języka angielskiego** grupa I - prowadzący Joel Paisley

**ŚRODY** godz. 14:00

**PIĄTKI** godz. 13:00

**Nauka języka angielskiego** - prowadzący Robin Shep

**CZWARTKI** godz. 14:30 - grupa Intermediate

godz. 15:30 - grupa PreIntermediate

**Z powodu choroby osoby prowadzącej zajęcia z j. ang. w dniu 15 lutego są odwołane. Przepraszamy.**

### **Gimnastyka**

**ŚRODY** godz. 11:00

#### **UWAGA:**

- Zajęcia z dnia 14 lutego przełożone będą na poniedziałek 12 lutego o godz. 12:00
- Zajęcia z dnia 21 lutego przełożone będą na PIĄTEK 23 lutego o godz. 11:30

### **Gimnastyka z elementami tańca**

**ŚRODY** godz. 12:00

#### **UWAGA:**

- Zajęcia z dnia 14 lutego przełożone będą na poniedziałek 12 lutego o godz. 13:00
- Zajęcia z dnia 21 lutego przełożone będą na PIĄTEK 23 lutego o godz. 12:30

### **Kurs obsługi tabletów**

**ŚRODY      godz. 14:30**

*Zapraszamy na zajęcia z obsługi tabletów. Zajęcia będą trwały do końca marca. Dysponujemy tabletami, tak więc wystarczają chęci do nauki.*

### **Gimnastyka**

**CZWARTKI      godz. 10:00**

#### **UWAGA:**

- Zajęcia z dnia 15 lutego przełożone będą na poniedziałek 12 lutego o godz. 10:00
- Zajęcia z dnia 22 lutego przełożone będą na PIĄTEK 23 lutego o godz. 9:30

### **CZWARTKI**

**godz. 11:00**

#### **UWAGA:**

- Zajęcia z dnia 15 lutego przełożone będą na poniedziałek 12 lutego o godz. 11:00
- Zajęcia z dnia 22 lutego przełożone będą na PIĄTEK 23 lutego o godz. 10:30

### **Kawiarenka Seniora**

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

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

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

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

## **Warsztaty twórczego myślenia**

**Piątki      godz. 10:30 - 11:30**

*Twórcze myślenie to warsztaty, które umożliwiają poprawę pamięci, koncentracji, logicznego myślenia i kreatywności w przyjemnej atmosferze i w formie zabawy. Każde zajęcia są inne i każde dostarczają bodźców do samodzielnych ćwiczeń w domu. To także doskonała sposobność, żeby się przekonać, iż szare komórki można kształtować tak, jak mięśnie na siłowni.*

**Dnia 23 lutego warsztaty twórczego myślenia są odwołane z powodu nieobecności osoby prowadzącej. W miarę możliwości zostaną one odrobione w marcu.**

## **Gadżety - pomoc czy frustracja?**

**PIĄTKI godz. 11:30 - 13:00**

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

## **LUTY - zajęcia dodatkowe**

### **Warsztaty rękodzieła - maski karnawałowe**

6 lutego (wtorek) godz. 16:30

### **Warsztaty decoupage**

19 lutego (poniedziałek) godz. 18:00

### **Wakacyjne podróże - Jesień w górach**

21 lutego (środa) godz. 11:00

### **Bezpłatne porady prawne**

23 lutego (piątek) godz. 11:00

### **Wyjście do Muzeum Narodowego:**

#### **zwiedzanie wystawy "Wyspiański"**

27 lutego (wtorek) zbiórka o godz. 12:15

**miejsce:** Gmach Główny MNK

Al. 3 Maja 1