



## Centrum Aktywności Seniorów „Srebrzysta Krowodrza”

adres: MDK Dom Harcerza, ul. Reymonta 18

telefon: tel. 793 293 999

e-mail: regina@fundacjaanma.org.pl

### CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	9.00-14.00
wtorek	10.30-13.30, 16.00-18.00
środa	9.00-12.00, 16.30-18.30
czwartek	9.00-14.00
piątek	10.00-16.00

**OBOWIĄZUJE OD 31.07.2018**

### HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – LIPIEC 2018

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	11:00-14:00	KASYNO RETRO (klub gracza – brydż, szachy, gry, gry planszowe)	
wtorek	11:00-12:00	ZDROWY KRĘGOSŁUP (gimnastyka dla seniora)	
	12:00-13:30	KRAKÓW NA KIJACH (NordicWalking)	
	12:00 – 17:00	MŁODOŚĆ TO STAN UMYSŁU	Zajęcia indywidualne w dniu 24.07.2018 oraz 31.07.2018
środa	10:30-11:30	MŁODOŚĆ TO STAN UMYSŁU (trening osobisty, grupa 1+2)	
	12:00-13:00	ŚWIATŁA RAMPY (zajęcia taneczne i teatralne, grupa 1+2)	<b>UWAGA</b> Zajęcia 4 lipca nie odbędą się; zamiast nich – odbędą się zajęcia 9 lipca, w poniedziałek o godz. 12.00
	12:00 – 20:00	MŁODOŚĆ TO STAN UMYSŁU	Zajęcia indywidualne w dniu 25.07.2018

<b>piątek</b>	<b>11.00-16.00</b>	<b>OPOWIEŚCI KROWODERSKIE</b> (realizacja filmów dokumentalnych)	<b>miejsce ustalane indywidualnie</b>
---------------	--------------------	---	---------------------------------------

### **ZAJĘCIA DODATKOWE – LIPIEC 2018**

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
05.07.2018	13.30 – 16.30	<b>KLUB PASJONATA TEATRU – 31</b> Festiwal Teatrów Ulicznych	Zbiórka: Plac Szczepański
10.07.2018	9:00-18:00	<b>TAJEMNICE MAŁOPOLSKI –</b> wycieczka do Dworu w Stryzowie i Lanckorony	Zbiórka: MDK Dom Harcera, ul. Reymonta 18
14.07.2018	18.00-22.00	<b>MUZYKA WŚRÓD DRZEW – Noc</b> Jazzu Pasquale Stafano & Gianni lorio (Włochy) Hanna Banaszak z zespołem PBUG (Wielka Brytania)	MAŁY RYNEK
19.07.2018	20.30-22.30	<b>SENIOR NIE ZGRED JUNIOR NIE</b> <b>DIABEŁ – spotkanie</b> międzypokoleniowe	Ogród przy Instytucie Austriackim ul. Krupnicza

**Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.**