

Centrum Aktywności Seniorów RAJSKO

Fundacja Pomocy Potrzebującym Nasz Dom im. Św. Brata Alberta

ul. Nad Fosą 32, Kraków, kontakt: 511971797, 508 660 299, e-mail: casrajsko@o2.pl

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	12.00 – 16.00
wtorek	12.00 – 16.00
środa	12.00 – 16.00
czwartek	12.00 – 16.00
piątek	12.00 – 16.00

Harmonogram zajęć zaplanowany na m-c listopad 2018 r

OBOWIĄZUJE OD 05.11.2018 r.

Data		Rodzaj zajęć	Miejsce zajęć
1.	czwartek		
2.	piątek		
3.	sobota		
4.	niedziela		
5.	poniedziałek	17.00 -21.00	Warsztaty kulinarne z elementami wiedzy o zdrowym żywieniu i higienie - zajęcia z kucharzem
		17.00-20.30	ZAJĘCIA KOMPUTEROWE ORAZ Z OBSŁUGI NOWYCH TECHNOLOGII: Warsztaty komputerowe – wariant podstawowy i zaawansowany
6.	wtorek	17.00 -20.30	ZAJĘCIA KOMPUTEROWE ORAZ Z OBSŁUGI NOWYCH TECHNOLOGII: Warsztaty komputerowe – warsztaty z zakresu korzystania z nowoczesnych technologii - II edycja
		17.00 -20.00	Spotkanie ze sztuką - klub dyskusyjny
7.	środa	17.00 - 21.00	Warsztaty plastyczne z elementami rękodzieła
			Poradnia obywatelska i Samopomocy Społecznej
8.	czwartek	10.00 - 12.00	Zajęcia rekreacyjno - sportowe – I grupa
		15.45 - 17.45	Zajęcia rekreacyjno - sportowe – II grupa
		17.00 - 21.00	Klub majsterkowicza
			Park Wodny, ul. Dobrego Pasterza 126
			ul. Nad Fosą 32

9.	piątek	17.00 - 20.00	Seminarium z zakresu wiedzy obywatelskiej	ul. Nad Fosą 32
10.	sobota			
11.	niedziela			
12.	poniedziałek	17.00 -21.00	Warsztaty kulinarne z elementami wiedzy o zdrowym żywieniu i higienie - zajęcia z kucharzem	ul. Nad Fosą 32
		17.00-20.30	ZAJĘCIA KOMPUTEROWE ORAZ Z OBSŁUGI NOWYCH TECHNOLOGII: Warsztaty komputerowe – wariant podstawowy i zaawansowany	ul. Nad Fosą 32
13	wtorek	17.00 -20.30	ZAJĘCIA KOMPUTEROWE ORAZ Z OBSŁUGI NOWYCH TECHNOLOGII: Warsztaty komputerowe – warsztaty z zakresu korzystania z nowoczesnych technologii - II edycja	Szkoła Podstawowa, ul. Tuchowska 113
		17.00 -20.00	Spotkanie ze sztuką - klub dyskusyjny	ul. Nad Fosą 32
14.	środa	17.00 - 21.00	Warsztaty plastyczne z elementami rękodzieła	ul. Nad Fosą 32
			Poradnia obywatelska i Samopomocy Społecznej	
15.	czwartek	10.00 - 12.00	Zajęcia rekreacyjno - sportowe – I grupa	Park Wodny, ul. Dobrego Pasterza 126
		15.45 - 17.45	Zajęcia rekreacyjno - sportowe – II grupa	
		17.00 - 21.00	Klub majsterkowicza	ul. Nad Fosą 32
16.	piątek	17.00 - 20.00	Seminarium z zakresu wiedzy obywatelskiej	ul. Nad Fosą 32
17.	sobota			
18.	niedziela	19.00 - 20.30	Koncert Waldemara Malickiego	ICE KRAKÓW
19.	poniedziałek	17.00 -21.00	Warsztaty kulinarne z elementami wiedzy o zdrowym żywieniu i higienie - zajęcia z kucharzem	ul. Nad Fosą 32
		17.00-20.30	ZAJĘCIA KOMPUTEROWE ORAZ Z OBSŁUGI NOWYCH TECHNOLOGII: Warsztaty komputerowe – wariant podstawowy i zaawansowany	ul. Nad Fosą 32
20.	wtorek	17.00 -20.30	ZAJĘCIA KOMPUTEROWE ORAZ Z OBSŁUGI NOWYCH TECHNOLOGII: Warsztaty komputerowe – warsztaty z zakresu korzystania z nowoczesnych technologii - II edycja	Szkoła Podstawowa, ul. Tuchowska 113
		17.00 -20.00	Spotkanie ze sztuką - klub dyskusyjny	ul. Nad Fosą 32
21	środa	17.00 - 21.00	Warsztaty plastyczne z elementami rękodzieła	ul. Nad Fosą 32
			Poradnia obywatelska i Samopomocy Społecznej	
22.	czwartek	10.00 - 12.00	Zajęcia rekreacyjno - sportowe – I grupa	Park Wodny, ul. Dobrego Pasterza 126
		15.45 - 17.45	Zajęcia rekreacyjno - sportowe – II grupa	
		17.00 - 21.00	Klub majsterkowicza	ul. Nad Fosą 32
23.	piątek	17.00 - 21.00	Poradnia obywatelska i Samopomocy Społecznej	ul. Nad Fosą 32

		17.00 - 19.00	Spotkanie ze sztuką - wyjście do kina	al.. Z.Krasińskiego 34
24.	sobota			
25.	niedziela			
26.	poniedziałek	17.00 - 21.00	Warsztaty kulinarne z elementami wiedzy o zdrowym żywieniu i higienie - zajęcia z kucharzem	ul. Nad Fosą 32
		17.00 - 20.30	ZAJĘCIA KOMPUTEROWE ORAZ Z OBSŁUGI NOWYCH TECHNOLOGII: Warsztaty komputerowe – wariant podstawowy i zaawansowany	ul. Nad Fosą 32
27.	wtorek	17.00 - 20.30	ZAJĘCIA KOMPUTEROWE ORAZ Z OBSŁUGI NOWYCH TECHNOLOGII: Warsztaty komputerowe – warsztaty z zakresu korzystania z nowoczesnych technologii - III edycja	Szkoła Podstawowa, ul. Tuchowska 113
		17.00 - 19.00	Spotkanie ze sztuką - klub dyskusyjny	ul. Nad Fosą 32
28.	środa	17.00 - 21.00	Warsztaty plastyczne z elementami rękodzieła	ul. Nad Fosą 32
			Poradnia obywatelska i Samopomocy Społecznej	
29.	czwartek	10.00 - 12.00	Zajęcia rekreacyjno - sportowe – I grupa	Park Wodny, ul. Dobrego Pasterza 126
		15.45 - 17.45	Zajęcia rekreacyjno - sportowe – II grupa	
		17.00 - 21.00	Klub majsterkowicza	ul. Nad Fosą 32
30.	piątek	17.00 - 21.00	Poradnia obywatelska i Samopomocy Społecznej	ul. Nad Fosą 32

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.

Zapraszamy do korzystania z Kawiarenki Rajska

czynnej codziennie, pn. – pt., w godz. 12.00 -16.00.