

## 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 grudzień 2018 r OBOWIĄZUJE OD 03.12.2018 r.

Data		Rodzaj zajęć	Miejsce zajęć
1	sobota		
2	niedziela		
3	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
		19.00 - 20.30	Koncert "Nie tylko Strauss" ICE Kraków, ul. M. Konopnickiej 17
4	wtorek	17.00 -20.00	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
5	środa	17.00 - 21.00	Warsztaty plastyczne z elementami rękodzieła ul. Nad Fosą 32
			Poradnia obywatelska i Samopomocy Społecznej
6	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	Warsztaty kulinarne z elementami wiedzy o zdrowym żywieniu i higienie - zajęcia z kucharzem	ul. Nad Fosą 32
7	piątek	17.00 - 21.00	Poradnia obywatelska i Samopomocy Społecznej	ul. Nad Fosą 32
8	sobota	10.00 - 14.00	Warsztaty plastyczne z elementami rękodzieła	ul. Nad Fosą 32
		14.00 - 19.00	Spotkanie integracyjne z okazji Dnia św. Mikołaja	ul. Nad Fosą 32
9	niedziela			
10	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
11	wtorek	17.00 -20.00	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 -19.00	Spotkanie ze sztuką - klub dyskusyjny	ul. Nad Fosą 32
12	środa	17.00 - 21.00	Warsztaty plastyczne z elementami rękodzieła	ul. Nad Fosą 32
			Poradnia obywatelska i Samopomocy Społecznej	
13	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 - 20.00	Warsztaty kulinarne z elementami wiedzy o zdrowym żywieniu i higienie - zajęcia ze specjalistą ds. żywienia	ul. Nad Fosą 32
14	piątek	17.00 - 21.00	Warsztaty kulinarne z elementami wiedzy o zdrowym żywieniu i higienie - zajęcia z kucharzem	ul. Nad Fosą 32
15	sobota			
16	niedziela			
17	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
18	wtorek	17.00 -20.00	ZAJĘCIA KOMPUTEROWE ORAZ Z OBSŁUGI NOWYCH TECHNOLOGII: Warsztaty komputerowe – warsztaty z zakresu korzystania z nowoczesnych technologii - II edycja	Szkoła Podstawowa, ul. Tuchowska 113



		10.00 - 12.00	Zajęcia rekreacyjno - sportowe – I grupa	Park Wodny, ul. Dobrego Pasterza 126
		15.45 - 17.45	Zajęcia rekreacyjno - sportowe – II grupa	
19	środa	17.00 - 21.00	Warsztaty plastyczne z elementami rękodzieła	ul. Nad Fosą 32
			Poradnia obywatelska i Samopomocy Społecznej	
20	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 - 20.00	ZAJĘCIA KOMPUTEROWE ORAZ Z OBSŁUGI NOWYCH TECHNOLOGII: Warsztaty komputerowe – wariant podstawowy i zaawansowany	ul. Nad Fosą 32
21	piątek	16.00 - 21.00	Spotkanie integracyjne świąteczno - noworoczne	ul. Nad Fosą 32

**Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.**

**Zapraszamy do korzystania z Kawiarenki Rajsco  
czynnej codziennie, pn. – pt., w godz. 12.00 -16.00.**