

Centrum Aktywności Seniorów

przy Fundacji Małopolska Izba Samorządowa

31-534 Kraków, al. I. Daszyńskiego 16, tel. 12 200 29 26, e-mail: cas@fundacjamis.org.pl

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

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

Harmonogram zajęć stałych – marzec 2019 r.

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	10:00 – 14:00	Klub Seniora / kawiarenka	
	11:00 – 12:00	Bezpieczny Senior na drodze	w marcu 2019 r. tylko 4.03.2019 r.
	16:00 – 17:00	Gimnastyka dla Seniorów	w sali gimnastycznej XLIII LO, ul. Limanowskiego 62-64
wtorek	10:00 – 14:00	Klub Seniora / kawiarenka	
	13:30 – 15:00	Kurs: „Oswoić nowe technologie”	
środa	10:00 – 14:00	Klub Seniora / kawiarenka	
	17:30 – 19:00	Zajęcia plastyczne Wiosenne ozdabianie przestrzeni – doniczki ceramiczne w nowej odsłonie. Posadzimy kwiaty w ozdobionej doniczce.	
czwartek	10:00 – 14:00	Klub Seniora / kawiarenka	
	10:00 – 11:30	Kurs fotografowania dla Seniorów	

piątek	10:00 – 14:00	Klub Seniora / kawiarenka	
	11:00 – 13:00	Cykl: „Moje prawa...” „Prawo do wypoczynku. Jak skutecznie wypoczywać?”	w marcu 2019 r. tylko 8.03.2019 r.
niedziela	12:00 – 14:00	Wycieczki historyczne po Krakowie „Czas przełomu – Sztuka awangardy w Europie Środkowej 1908 – 1929”	w marcu 2019 r. tylko 10.03.2019 r. zbiórka w hallu Międzynarodowego Centrum Kultury, Rynek Gł. 25 o godz. 11:50

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.

Zajęcia dodatkowe – marzec 2019 r.

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
28.03.2019		I. przegląd dorobku artystycznego CAS i Festiwal nalewek	Fundacja „Uskrzydleni wiekiem”

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.