



FUNDACJA  
GERIATRICS

## Centrum Aktywności Seniorów Geriatrics

adres: ul. Drożdżowa 2, 30-898 Kraków

telefon: 798921638, 667248065

e-mail: [e.zytynskachwast@interia.pl](mailto:e.zytynskachwast@interia.pl)

### Kawiarenka Seniora CAS Geriatrics czynna

od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	15.30-20.30
wtorek	15.30-20.30
środa	15.30-20.30 (03.07.2019r, 17.07.2019r, 31.07.2019 Kawiarenka Seniora nie będzie czynna ze względu na zajęcia w Muzeum Geologicznym, Filmowy Klub Seniora- zajęcia w Kinie KIKA)
czwartek	15.30-20.30
piątek	15.30-20.30

### HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH –lipiec 2019r

OBOWIĄZUJE OD 01.07.2019r

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	16.00-18.00	Warsztat zdrowego żywienia	Warsztaty odbywają się co drugi tydzień. Będą odbywać się:



PROJEKT JEST WSPÓŁFINANSOWANY  
ZE ŚRODKÓW MIASTA KRAKOWA



CENTRUM AKTYWNOŚCI  
SENIORÓW



			<b>01.07.2019r</b> <b>15.07.2019r</b> <b>29.07.2019r</b> <u>Obowiązują zapisy.</u>
	16.00-18.00	Warsztaty wiedzy obywatelskiej i wiedzy o samorządzie –grupa podstawowa A1	Warsztaty odbywają się co drugi tydzień. Będą odbywać się: <b>08.07.2019r</b> <b>22.07.2019r</b> <u>Nadal trwają zapisy.</u>
	18.00-20.00	Gry stolikowe	Spotkania –gry stolikowe odbywają będą się: <b>01.07.2019r</b> <b>08.07.2019r</b> <b>15.07.2019r</b> <b>22.07.2019r</b> <b>29.07.2019r</b> <u>Obowiązują zapisy.</u>
wtorek	17.00-19.00	Trening pamięci-grupa podstawowa A1	Trening pamięci -grupa podstawowa A1; zajęcia odbywają się: <b>09.07.2019r</b> <b>16.07.2019r</b> <b>23.07.2019r</b> <b>30.07.2019r</b> <u>Obowiązują zapisy</u>
środa	16.00-18.00	Warsztaty nauki o ziemi i jej dziejach-grupa podstawowa A1	Warsztaty odbywają się, co drugi tydzień w <b>Muzeum Geologicznym w Krakowie, ul. Senacka 3.</b> Odbędą się:



			<b>17.07.2019r</b> <b>31.07.2019r</b> <u>Obowiązują zapisy.</u>
	15.30-17.30	Wielopokoleniowe warsztaty decoupage	Warsztaty odbywają się raz w miesiącu. Odbędą się: <b>10.07.2019r</b> <u>Obowiązują zapisy.</u>
	19.00-21.00	Filmowy Klub Seniora <b>03.07.2019r</b> – Nietykalni, reż. Olivier Nakache, Eric Toledano <b>17.07.2019r</b> – Toni Erdmann, reż. Maren Ade <b>31.07.2019r</b> - Za jakie grzechy, dobry Boże, (Qu'est-ce qu'on a fait au Bon Dieu?) reż. Philippe de Chauveron, Francja 2014.	Spotkania Klubu Seniora odbywają się co drugi tydzień w <b>Kinie Kika, ul. Ignacego Krasickiego 18, w Krakowie.</b> Odbędą się: <b>03.07.2019r</b> <b>17.07.2019r</b> <b>31.07.2019r</b> <u>Obowiązują zapisy</u>
	17.30-19.30	Warsztaty malarskie – grupa podstawowa A1	Warsztaty odbędą się <b>02.07.2019r</b> -(wyjątkowo wtorek) <b>10.07.2019r</b> <b>24.07.2019r</b> <u>Nadal trwają zapisy.</u>
czwartek	16.00-17.00	Zajęcia ogólnoruchowe (nordic-walking)	Zajęcia odbędą się: <b>04.07.2019r</b> <b>11.07.2019r</b> <b>18.07.2019r</b> <b>25.07.2019r</b> <u>Nadal trwają zapisy.</u>
	17.00-19.00	Kurs mediacji i negocjacji- grupa A1	Zajęcia odbędą się: <b>11.07.2019r</b>



			<b>18.07.2019r</b> <b>25.07.2019r</b> <u>Nadal trwają zapisy.</u>
piątek	17.00-19.00	Warsztaty rozwoju osobistego	Zajęcia odbędą się: <b>05.07.2019r</b> <b>12.07.2019r</b> <b>19.07.2019r</b> <u>Nadal trwają zapisy.</u>
	17.00-19.00	Spotkanie sympatyków Wzgórza Kaim w Krakowie	Spotkanie odbędzie się <b>26.07.2019r</b>

### ZAJĘCIA DODATKOWE –czerwiec 2019

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
04.07.2019r	17.00-19.00	Spotkanie koordynatora projektu CAS Geriatrics z osobami realizującymi projekt i wolontariuszami	
06.07.2019r (sobota)	16.00-20.00	<b>Zabawa integracyjna dla seniorów przy ognisku/grillu</b> (każdy uczestnik zabiera z sobą coś na grilla i napoje)	Zabawa integracyjna odbędzie w Krakowie, ul. Drożdżowa 2 <u>Obowiązują zapisy</u>
20.07.2019r (sobota)	6.00-20.00 (godziny mogą ulec zmianie)	<b>Wycieczka do Mszany</b> (PKS/pociąg)	Wycieczka jest podsumowaniem projektu „ <b>Klub Aktywnego Seniora</b> ” współfinansowanego przez Fundację PZU.



			Są jeszcze wolne miejsca. <u>Obowiązują zapisy.</u>
06-07.2019r	8.00-21.00	<b>Zbiórka finansowa w Tecso</b> <b>pt. „W późnej dorosłości nie ma samotności”, nr zbiórki 2019/1401/OR.</b>	Serdecznie zapraszamy wszystkich seniorów do włączenia się w zbiórkę jako wolontariusz (zabrane środki częściowo zostaną przeznaczone na dofinansowanie seniorom zabawy Andrzejkowej w Mszanie Dolnej) <u>Obowiązują zapisy</u>
29.09.2019r- 11.10.2019r		Wyjazd sanatoryjny wraz z 3 zabiegami leczniczymi - <b>Dniepro-Beskid w Truskawcu –Ukraina.</b> (autokar z siedziby Fundacji Geriatrics w Krakowie, ul. Drożdżowa 2)	Koszt sanatorium pokrywają seniorzy. Ilość miejsc ograniczona. <u>Nadal trwają zapisy.</u>
30.11.2019- 01.12.2019		<b>Przebierana zabawa Andrzejkowa</b> wielopokoleniowa z Fundacją Geriatrics <b>w rytmach lat 60-tych w Mszanie Dolnej</b> (autobus z siedziby Fundacji Geriatrics w Krakowie, ul. Drożdżowa 2)	Koszt zabawy pokrywają seniorzy. Ilość miejsc ograniczona( 40 osób). <b><u>Od 01.07.2019r- 15.09.2019r trwają zapisy</u></b> (liczy się kolejność zgłoszeń)
20.12.2019r	17.00-21.00	<b>Wigilia dla uczestników CAS</b>	Wigilię organizują wspólnie wszyscy uczestnicy



		<b>Geriatrics i ich sympatyków</b>	
--	--	--	--

**Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.**

