

Centrum Aktywności Seniorów „Seniorzy nauczycielami życia”

adres - Kraków, os. Górali 23

kontakt – tel. 608 47 37 67

e-mail: cas@gaudiumetspes.pl

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	9.00 – 13.00
wtorek	9.00 – 13.00
środa	9.00 – 13.00
czwartek	9.00 – 13.00 (15.08.2019 r. CAS nieczynny)
piątek	9.00 – 13.00

OBOWIĄZUJE od 19.08.2019 r.

Harmonogram zajęć stałych – sierpień 2019

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	9.15-10.00 10.00-10.45	kurs tańca towarzyskiego I grupa II grupa	Zajęcia od 13.08 powracają do auli w Szkole Mech. os. Szkolne 37
	11.00-12.00 12.00 -13.00	kurs z obsługi nowych technologii nowa grupa grupa średnio zaawansowana	Os. Górali 23 „pod czotgiem”
	15.45-16.30 16.30 - 17.15	zajęcia rozwojowe; nordic walking I gr. II gr	W razie niepogody zajęcia w sali Zespołu Szkół Mechan. os. Szkolne 37 W Krakowie

wtorek	9.30 – 10.15	Zajęcia rozwojowe na basenie	Zajęcia będą odbywać się na basenie ul. Ptaszyckiego w Krakowie po wcześniejszym zgłoszeniu u koordynatora	
	10.00-11.00 11.00 - 12.00	kurs wiedzy obywatelskiej (szczególnie dot. spraw samorząd.) I II grupa	Os. Górali 23 „pod czołgiem”	
środa	10.00 - 11.00	Kurs plastyczny z elementami grafiki - I grupa	Os. Górali 23 „pod czołgiem”	
	11.00-12.00	kurs plastyczny z elementami grafiki - II grupa		
czwartek	8.30- 9.30 9.30-10.30	kurs nr 1 jęz. angielskiego grupa początkująca I grupa początkująca II	Os. Górali 23 „pod czołgiem”	
	10.30-11.30 11.30-12.30	kurs nr 2 języka angielskiego grupa zaawansowana I grupa zaawansowana II		
	15.45- 16.30	zajęcia rozwojowe zajęcia ruchowe I grupa		zajęcia będą odbywać się w sali Zespołu Szkół Mechanicznych nr 3 os. Szkolne 37 w Krakowie
	16.30-17.15	II grupa		
piątek	8.30 – 9.15 9.15 – 10.00	Zajęcia rozwojowe – grupa artystyczna	zajęcia będą odbywać się w sali Zespołu Szkół Mechanicznych nr 3 os. Szkolne 37 w Krakowie	
	9.30 – 11.00	Kurs opieki nad osobą niepełnosprawną i obłożnie chorą		Os. Górali 23 „pod czołgiem”

Zajęcia dodatkowe w sierpniu 2019

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
22.08.2019	8.30 – 12.30	Grupa języka angielskiego zwiedzanie Krakowa (Bielany, Kościół Norbertanek, Cmentarz Salwatorski, Kopiec Kościuszki)	
20.08.2019	16.00 – 19.00	„Taniec łączy” Spotkanie integracyjne grup kursu tańca towarzyskiego z seniorami oraz kołem gospodyń z Rzęski	Wspólna nauka tańca, prezentacja osiągnięć grupy tanecznej. Przygotowanie wspólnego poczęstunku w świetlicy osiedlowej w Rzęsce

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.