



Centrum Aktywności Seniorów
„Dojrzały smak życia”
ul. Rzeźnicza 2a

Centrum Aktywności Seniorów „Dojrzały smak życia”

adres: Kraków, ul. Rzeźnicza 2A

tel. 532 254 436

email: biuro@apz.org.pl

strona internetowa: www.apz.org.pl

**Decyzją Urzędu Miasta Krakowa od dnia 12 marca 2020 r.
wszystkie zajęcia stacjonarne zostają zawieszane do odwołania.**

**CAS pełni dyżur telefoniczny od poniedziałku do piątku
w godzinach 10:00 - 14:00**

Służymy w tym czasie radą, pomocą w miarę naszych możliwości, można zgłaszać potrzebę zrobienia zakupów, która zostanie przekazana wolontariuszom.

Zajęcia prowadzone online oraz na wolnym powietrzu

Harmonogram zajęć – ważny od 13 sierpnia 2020

Dzień	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
Poniedziałek 10.08.2020	11.00-12.00	Czas na kulturę „Przewodnik literacki po Krakowie cz.3”	Zajęcia na wolnym powietrzu Zbiórka przy Teatrze Bagatela
24.08.2020	11.00-12.00	Czas na kulturę „Stary Kazimierz”	Zajęcia na wolnym powietrzu Zbiórka przystanek tramwajowy róg ul. Starowiślniej i ul. Wawrzyńca
31.08.2020	11.00-12.30	Czas na kulturę „Najstarsze krakowskie książki i ich wydawcy”	Zajęcia na wolnym powietrzu Zbiórka na Plantach przed Collegium Novum
Poniedziałek 10.08.2020 17.08.2020 24.08.2020 31.08.2020	9.00-10.30	Język angielski gr 2	Zajęcia na wolnym powietrzu Zbiórka ul. Bałuckiego 6 „U Pana Cogito”

Wtorek 4.08.2020 11.08.2020 18.08.2020 25.08.2020	10.00-11.30	Nordic walking	Zajęcia na wolnym powietrzu Zbiórka ul. Rzeźnicza 2A
Wtorek 4.08.2020 11.08.2020 18.08.2020 25.08.2020	10.00-11.30	Język angielski gr 1	Zajęcia na wolnym powietrzu Zbiórka ul. Rzeźnicza 2A
Środa 5.08.2020 12.08.2020	10.00-15.00 10.00-15.00	Turystyka piesza Zalew Nowohucki – tężnia Opactwo Benedyktynów i okolice	Zbiórka ul. Rzeźnicza 2A Zbiórka godz.10.00 Rondo Grundwaldzkie, pętla autobusowa 112
Środa 5.08.2020 12.08.2020 19.08.2020 26.08.2020	9.00-10.30	Język angielski gr 2	Zajęcia na wolnym powietrzu Zbiórka ul. Bałuckiego 6 „U Pana Cogito”
Środa 5.08.2020 12.08.2020 19.08.2020 26.08.2020	14.00-15.30	Język hiszpański online	Grupa kontynuująca zajęcia stacjonarne. Wystarczy wysłać maila z prośbą o dostęp do zajęć, aby móc dołączyć do spotkań. Zajęcia odbywają się na platformie classroom.google.com https://classroom.google.com/c/OTI1NTc2NTAzNjBa
Środa 19.08.2020 26.08.2020	11.00-12.30	Trening mediacji „Odporność psychiczna w mediacjach w trudnych czasach. Jak dbać o siebie by dbać o innych.” - kontynuacja	Zajęcia na wolnym powietrzu Zbiórka o godz. 10.45 ul. Rzeźnicza 2A

Środa 5.08.2020 12.08.2020 19.08.2020	10.00-11.00	Zajęcia z zakresu gimnastyki	Rehabilitacja kręgosłupa ul. Skawińska Tylko osoby zapisane
Czwartek 6.08.2020 13.08.2020	10.30-12.00	Zajęcia z zakresu plastyki – malarstwo plenerowe	Zajęcia na wolnym powietrzu Dziedziniec Muzeum Czapskich
Czwartek 13.08.2020 27.08.2020	11.00-12.30	Zajęcia z zakresu plastyki Szydełkowa podstawka Supełek do supełka czyli makramowy obrazek	Zajęcia na wolnym powietrzu – Zabłocie Park Stacja Wisła Zbiórka ul. Rzeźnicza 2A
Czwartek 13.08.2020 20.08.2020 27.08.2020	13.00-14.30 11.00-12.30 13.00-14.30	Gry stolikowe	Zajęcia na wolnym powietrzu – Zabłocie Park Stacja Wisła
Czwartek 6.08.2020 13.08.2020 20.08.2020 27.08.2020	10.00-11.30	Język angielski gr 1	Zajęcia na wolnym powietrzu Zbiórka ul. Rzeźnicza 2A
Czwartek 27.08.2020	10.00-15.00	Turystyka piesza Klimaty starego Podgórze	Zajęcia na wolnym powietrzu Zbiórka róg ul. Limanowskiego i Powstańców Śląskich pod kapliczką Boga Ojca
Piątek 7.08.2020 14.08.2020 21.08.2020	10.00-11.00	Zajęcia z zakresu gimnastyki	Rehabilitacja kręgosłupa ul. Skawińska Tylko osoby zapisane

Piątek		Nordic walking	Zajęcia na wolnym powietrzu
7.08.2020	10.00-11.30		Zbiórka ul. Rzeźnicza 2A
14.08.2020			
21.08.2020			
28.08.2020			