

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 czynny 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 prowadzonych w styczniu 2022 r. obowiązuje od 17 stycznia 2022 r.

dzień	godzina	temat zajęć	uwagi
poniedziałek	10:30 – 11:30	Trening zapamiętywania (zajęcia ruchowe i integrujące)	
wtorek	13.45 – 14.45	Gimnastyka rehabilitacyjna (zajęcia ruchowe i integrujące)	
środa	10:00 – 12:00	Cyfrowy Senior (zajęcia edukacyjne)	
czwartek	8:30 – 9:30	Język angielski Poziom podstawowy (zajęcia edukacyjne)	
	9:45 – 10:45	Język angielski Poziom średniozaawansowany (zajęcia edukacyjne)	
	11:00 – 12:00	Język angielski; Poziom „0” (zajęcia edukacyjne)	
piątek	9:00 – 11:00	Rozwijanie umiejętności twórczych (zajęcia ruchowe i integrujące)	w styczniu 2022 r. tylko: 21. i 28.01.2022 r.
	12.30 – 14.30	Wycieczki po Krakowie (zajęcia edukacyjne)	w styczniu 2022 r. tylko: 21. i 28.01.2022 r.

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy telefoniczne (12 200 29 26 lub 537 999 506) lub za pomocą poczty elektronicznej (e-mail: cas@fundacjamis.org.pl).