

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 marcu 2022 r. obowiązuje od 25 marca 2022 r.

dzień	godzina	temat zajęć	uwagi
poniedziałek	9:45 – 10:45	Trening zapamiętywania (zajęcia ruchowe i integrujące)	
wtorek	10:00 – 11:00	Cyfrowy Senior (zajęcia edukacyjne)	w marcu 2022 r. tylko 1.03.2022 r.
	13.45 – 14.45	Gimnastyka rehabilitacyjna (zajęcia ruchowe i integrujące)	
	15:15 – 16:15	Trening umiejętności przydatnych w codziennym życiu (zajęcia ruchowe i integrujące)	w marcu 2022 r. tylko 29.03.2022 r. (zajęcia za 25.03.2022 r.)
środa	10:00 – 12:00	Cyfrowy Senior: #świadomy i bezpieczny w sieci (zajęcia edukacyjne)	
czwartek	8:30 – 9:30	Język angielski Poziom A2 (zajęcia edukacyjne)	
	9:45 – 10:45	Język angielski Poziom B1 (zajęcia edukacyjne)	
	11:00 – 12:00	Język angielski Poziom A1 (zajęcia edukacyjne)	
piątek	14:00 – 15:00	Trening umiejętności przydatnych w codziennym życiu (zajęcia ruchowe i integrujące)	w marcu 2022 r. bez 25.03.2022 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).