



## Centrum Aktywności Seniorów Pracownia Kulturalna

adres - Ul. Bagrowa 80/43

kontakt – tel. 784 545 453

e-mail [biuro@pracowniakulturalna.pl](mailto:biuro@pracowniakulturalna.pl)

### CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	16:00-20:00
wtorek	08:00-13:00
środa	08:00-11:00 13:00-14:00
czwartek	12:30-16:30
piątek	10:00-14:00

### OBOWIĄZUJE OD 23.03.2022

*data dzienna*

### Harmonogram zajęć stałych – marzec 2022

*miesiąc*

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	16:45-17:45	Taniec użytkowy	Obowiązują zapisy Zajęcia w plenerze lub na Sali ul. Bagrowa 80/43
	17:00-18:30	Pogotowie informatyczne	Spotkania indywidualne
wtorek	08:00-10:00	Kącik porad – sprawy codzienne	Informacja i zapisy w CAS
	10:00-11:00	Historia ze sztuką – gr początkująca	Spotkania z przewodnikami – zapisy, miejsca biletowane
	11:00-12:00	Historia ze sztuką - gr. Zaawansowana	Spotkania z przewodnikami- – zapisy, miejsca biletowane
środa	09:00-10:00	Język angielski on-line	Angielski z lektorem <a href="https://meet.google.com/qjb-vfuu-dfu-">https://meet.google.com/qjb-vfuu-dfu-</a>
	12:00-13:00	Nordic walking z gimnastyką	Nie masz kojów- daj znać.- zmiennie miejsca zbiórek
czwartek	13:30-14:30	Joga	Joga z gimnastyką , Bagrowa
	14:30 -15:30	Warsztaty rękodzielnicze/kurs rysunku/malarstwa/ceramika	Bagrowa
	15:30-17:30	Gry stolikowe i karty	

piątek	11:00-12:00	Pilates	Pilates/gimnastyka Zapisy: 784 545 453, biuro@pracowniakulturalna.pl
--------	-------------	---------	--

### Zajęcia dodatkowe w *Marzec* 2022:

*miesiąc*

Data	godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
01.03.2022 (wtorek)	Cały dzień	Zbiórka rzeczy dla Lwowa/ Wolontariat	Przewóz rzeczy, zbiórka w punkcie Pracowni Kulturalnej, kontakt z Miłką
08.03.2022 (piątek)	19:00-21:00	Piwnica pod Baranami	
11.03.2022	12-14:00	Rękodzieło – Marzanna	
14.03.2022 (poniedziałek)	10:00-12:00	Spacer z historią w tle	Zbiórka pod pomnikiem Boga Ojca, Stary Cmentarz Podgórski, obok przystanek Ska Podgórze
17.03.2022 (czwartek)	10:00-11:00	Kraków w plenerze	Z przewodnikiem, Zbiórka o 10.00 główne wejście pod Kościołem Najświętszego Salwatora, obok pętli Salwator Kraków w plenerze
17.03.2022 (czwartek)	11:00-12:00	Z obiektywem w tle ( warsztaty fotograficzne)	Zapisy u p. Miłki
18.03.2022 (piątek)	15:30-18:30	Kurs informatyczny- cykl zamknięty	Zapisy u p. Miłki
24.03.2022	10:00-11:00	Z obiektywem w tle ( warsztaty fotograficzne)	Plener Lasek Wolski
24.03.2022 (czwartek)	11:00-12:00	Kraków w Plenerze - spotkanie przyrodniczo- edukacyjne	Plener Lasek Wolski
25.03.2022 (piątek)	12:45-16:00	Wolontariat senioralny	Zbiórka Biblioteka na Rajskiej, cięcie, wyplatanie siatek maskujących – Zapisy U Miłki
28.03.2022 (poniedziałek)	18:00-20:00	Kurs informatyczny- cykl zamknięty	Zapisy u Miłki