

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 stałych w maju 2022 r. obowiązuje od 10 maja 2022 r.

dzień	godzina	temat zajęć	uwagi
poniedziałek	9:45 – 10:45	Trening zapamiętywania (zajęcia ruchowe i integrujące)	w maju 2022 r. bez 2 i 9.05.2022 r.
	11:00 – 13:00	Fotograficzne spotkania ze studyjnym portretem „Model i Fotograf” (zajęcia edukacyjne)	w maju 2022 tylko 16.05.2022 r. zajęcia w siedzibie CAS
wtorek	15.45 – 16.45	Gimnastyka rehabilitacyjna (zajęcia ruchowe i integrujące)	w maju 2022 r. bez 3, 10 i 17.05.2022 r.
	16:30 – 17:30		w maju 2022 r. tylko 10.05.2022 r.
	13:45 – 14:45		w maju 2022 r. tylko 17.05.2022 r.
środa	10:00 – 12:00	Cyfrowy Senior: #poznaje wirtualny świat (zajęcia edukacyjne)	
	13:00 – 15:00	Fotograficzne spotkania ze studyjnym portretem „Model i Fotograf” (zajęcia edukacyjne)	w maju 2022 r. tylko 18 i 25.05.2022 r. zajęcia w atelier Zespołu Szkół Poligraficzno-Medialnych (os. 1000-lecia 38)
	13:00 – 14:30	Spacery nordic-walking (zajęcia ruchowe i integrujące)	zbiórka w FMIS w razie deszczu – odwołamy w przeddzień

czwartek	8:30 – 9:30	Język angielski Poziom A2 (zajęcia edukacyjne)	w maju 2022 r. bez 5.05.2022 r.
	9:45 – 10:45	Język angielski Poziom B1 (zajęcia edukacyjne)	w maju 2022 r. bez 5.05.2022 r.
	11:00 – 12:00	Język angielski Poziom A1 (zajęcia edukacyjne)	w maju 2022 r. bez 5.05.2022 r.
piątki	14:00 – 16:00	Skuteczna komunikacja międzyludzka (zajęcia edukacyjne)	

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).