



Centrum Aktywności Seniorów Pracownia Kulturalna

adres - Ul. Bagrowa 80/43

kontakt – tel. 784 545 453

e-mail 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 16.06.2022

data dzienna

Harmonogram zajęć stałych –Czerwiec 2022

miesiąc

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	16:45-17:45	Taniec -kurs salsa	Obowiązują zapisy Zajęcia w plenerze lub na Sali ul. Bagrowa 80/43
	18:30-20:30	KURS KOMPUTEROWO-SMARTFONOWY	Kurs 6, 13.06 POGOTOWIE KOMPUTEROWE 22, 27.06
	18:00-19:00	Taniec- układ	22.27.06 dodatkowo 6,13 17:45-18:30
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 https://meet.google.com/qjb-vfuu-dfu-
	12:00-13:00	Nordicwalking	
czwartek	10:00-11:00	Kraków w plenerze	Zmienne miejsca zbiórki 2 czerwiec – lasek Witkiewicki, 9 czerwiec nie. 23.06 Lasek Rusiecki, 30.06 Lasek wolski

	11:00-12:00	Z obiektywem w tle (warsztaty fotograficzne)	<i>Bez Bożego Ciała</i>
	13:20-14:20	Joga	Joga z gimnastyką , Bagrowa
	14:20 -15:20	Warsztaty rękodzieła/ warsztaty dietetyczno-kucharskie	Tylko 9 i 23.06
	15:30-17:30	Gry stolikowe i karty	
piątek	10:05-11:05	Pilates	Sala lub plener Zapisy: 784 545 453, biuro@pracowniakulturalna.pl

Zajęcia dodatkowe w czerwiec 2022:

miesiąc

Data	godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
07.06.2022	10-14:00	Piknik senioralny nad Zalewem Nowohuckim	Zapraszam chętnych wolontariuszy do współpracy – info u Miłki
08.06.2022	18:00-20:00	Kurs komputerowy	
15.06.2022	10:30-12:00	Dźwiękoterapia	Proszę zabrać dodatkowy koc/poduszkę
18.06.2022	09:00-11:00	Sportowo – ringo, bule, nordicwalking	Zbiórka Park Jordana
27.06.2022	10-11:00	Małopolska w terenie- pola lawendowe	
27.06.2022	11:00-12:00	Warsztaty- Ziółolecznictwo – pola lawendowe	