



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 19.07.2022

data dzienna

Harmonogram zajęć stałych –Lipiec 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
	17:45-18:30	Taniec- układ	
wtorek	08:00-10:00	Kącik porad – sprawy codzienne	Informacja i zapisy w CAS
	09:00-10:00	Historia ze sztuką – gr początkująca	BEZ 5.07 12.07 PODWÓRKA 19.07 Podwórka cz2- rynek 26.07 Muzeum Muffo – fotografii – rakowicka- uwaga od 10:00
	10:00-11:00	Historia ze sztuką - gr. Zaawansowana	BEZ 5.07 12.07 PODWÓRKA 19.07 Podwórka cz2 26.07 Muzeum Muffo – fotografii – rakowicka , uwaga od 11:00
środa	09:00-10:00	Język angielski on-line	Angielski z lektorem https://meet.google.com/qjb-vfuu-dfu-
	09:00-10:00	Nordicwalking	20.07 zmiana godziny na 10:30
	11:00-12:00	Dźwiękoterapia	Bez 6.07, 20.7

czwartek	10:00-11:00	Kraków w plenerze	Odwołane 14.07 i 21.07
	11:00-12:00	Z obiektywem w tle (warsztaty fotograficzne)	Odwołane 14.07 i 21.07
piątek	10:05-11:05	Pilates	Sala lub plener Zapisy: 784 545 453, biuro@pracowniakulturalna.pl
	11:15-13:15	Gry planszowe – społeczność od 22.07	22.07, 29.07

Zajęcia dodatkowe w lipiec 2022:

miesiąc

Data	godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
05.07.2022		Piknik senioralny nad park jermanowskich odwołany	Zapraszam chętnych wolontariuszy do współpracy – info u Miłki
08-07-2022	09:00-18:00	Wycieczka międzypokoleniowa - Małopolska	
14-07-2022	14:00-15:00	Kurs witrażu teoria- wykład	
14-07-2022	15:00-16:00	Witraż – praca rękodzielnicza	Bagrowa, zapisy obowiązkowe
20.07.2022	09:30-10:30	Joga	Joga na trawie, maty z pracowni
21.07.2022	09:30-11:30	Spacer edukacyjno-przyrodniczy	Lasek Borkowski, weźcie kijki 😊 zapisy u Miłki
28-07-2022	09-18:00	Wycieczka integracyjna śladami Żeleńskiego Małopolska	
Pon-piątek	10:30-11:30	Kajaki na Bagrach	Dwuosobowe, plaża Bagry, zapis u Miłki
Soboty: 9, 16,	09:30-11:30	Marszobiegi i bule w Parku Jordana	Bez 23, 30.