

## Centrum Aktywności Seniorów SWOSZOWICE CORNER

adres: ul. Myślenicka 133, 30-698 Kraków

kontakt: tel. 666 899 596

e-mail: [cas.swoszowice.corner@gmail.com](mailto:cas.swoszowice.corner@gmail.com)

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

poniedziałek	8.30-12.30
wtorek	8.30-12.30
środa	8.30-12.30
czwartek	8.30-12.30
piątek	8.30-12.30

W godzinach otwarcia CAS-u zapraszamy do kawiarenki.

### OBOWIĄZUJE OD 28 września 2022 r.

### Harmonogram zajęć stałych – WRZESIEŃ 2022 r.

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	8.30-12.30	spotkania informacyjne – dyżur	
	10.00-11.00	Francuski dla seniora	wolontariat
	14.00-15.00	Gimnastyka dla Seniora	zajęcia odbywają się w GymSpace, budynek Swoszowice Centrum; zajęciach ruszą 3.10
wtorek	18.00-19.00	Nordic Walking	zbiórka pod CAS-em; wolontariat

środa	11.30-12.15	Angielski dla seniora (kurs)	grupa średnio zaawansowana
	12.15-13.00	Angielski dla seniora (kurs)	grupa początkująca
czwartek	18.00-19.00	Informatyka dla seniora (kurs obsługi urządzeń związanych z nowymi technologiami)	
piątek	10.00-11.00	Spotkania tematyczne przy porannej kawie	pierwsze spotkanie we wrześniu: 9.09
	11.00-12.00	Kreatywny Senior – kurs plastyczny	pierwsze spotkanie we wrześniu: 9.09

### Zajęcia dodatkowe we wrześniu 2022 r.

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
3 września (sobota)	12.00-16.00	Rodzinny Piknik Ekologiczny Eko Vistula w ramach Plenerowych Spotkań Seniorów Krakowa (organizator: CAS Olimp)	otwarte spotkanie dla krakowskich seniorów; miejsce: Przystań Kolejowy Klub Wodny, ul. ks. Józefa 24A
<b>7 września (środa)</b>	<b>17.00-18.30</b>	<b>powakacyjne spotkanie informacyjno-integracyjne</b>	
19-20 września (wtorek-środa)		VII Mistrzostwa Krakowa Seniorów 65+ o Puchar Prezydenta Miasta Krakowa	szczegóły dostępne są w CAS-ie; zgłoszenia udziału w zawodach przyjmowane są do 13.09
21-22 września (środa-czwartek)		IX Międzynarodowe Senioralia w Krakowie	plan wydarzeń dostępny jest w CAS-ie
28 września	9.30-11.00	Angielski dla seniora (gr. zaawansowana)	odrabianie zajęć z 10 i 17 sierpnia
29 września	11.00-12.30	Angielski dla seniora (gr. zaawansowana)	odrabianie zajęć z 10 i 17 sierpnia

*Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.*