



Centrum Aktywności Seniorów – CAS SALWATOR

ul. Morawskiego 5/416 Budynek BIPROCEMWAP

Kontakt: tel. 797 377 808

e-mail: biuro@faes.org.pl

CAS czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	16:00 do 20:00
wtorek	16:00 do 20:00
środa	16:00 do 20:00
czwartek	16:00 do 20:00
piątek	16:00 do 20:00

OBOWIĄZUJE OD 24.10.2022 r.

HARMONOGRAM ZAJĘĆ – PAŹDZIERNIK 2022 r.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	UWAGI
Poniedziałek	18:00-19:30	Smartfon bez tajemnic - warsztaty z obsługi smartfona	lokal CAS SALWATOR zapisy: 797 377 808
Wtorek	12:30-13:30	Gimnastyka w wodzie	Obowiązkowe zapisy: Miejsce: Ul. Ludwinowska 11, poziom -1 Zajęcia w dniu 11.10, 25.10



Wtorek	11:00-13:00	Spotkania rekrutacyjne	lokal CAS SALWATOR
Środa	11:00-14:00	Historia sztuki w praktyce- cykl spotkań dla pasjonatów piękna pn. "Otwórz oczy na swoje miasto"	Obowiązkowe zapisy 797 377 808 Zajęcia w październiku odbywają się tylko w dniu 05.10.2022 r.
	13:00-14:30	Chodźże potańczyć! Taniec towarzyski dla seniorów grupa początkująca +	Krasińskiego 10/Sala taneczna zapisy: 797 377 808
	14:30-15:30	Kawiarenka	lokal CAS SALWATOR
	15:30 - 17:00	Tańcz w dobrym stylu Taniec solo i w parach - grupa początkująca	Krasińskiego 10/Sala taneczna lokal CAS SALWATOR zapisy: 797 377 808
Czwartek	10:00-11:30	Czas na sztukę - warsztaty z rysunku i malarstwa	lokal CAS SALWATOR zapisy: 797 377 808
	12:30-14:00	Rozwiń z Nami swój język! - Zajęcia z j. angielskiego dla seniorów	lokal CAS SALWATOR zapisy: 797 377 808
	12:00 - 13:00	Akademia Nordic Walking Chodź z Nami!	spotkanie o godz. 11:50 w CAS SALWATOR zapisy: 797 377 808

Piątek	12:00-13:00	Pilates dla początkujących Świadoma praca z ciałem	Krasińskiego/Sala taneczna zapisy: 797 377 808
	11:00 -13:00	Spotkania rekrutacyjne	lokal CAS SALWATOR

Zajęcia dodatkowe w październiku 2022 r.:

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
7-8.10.2022		Noc poezji 2022	Oferta zgodnie z informacjami https://krakowskienoce.pl/
17.10.2022	18:00	Śniła mi się połonina - projekcja filmu o twórcy "Chatki Puchatka" Ludwiku Pińczuku. Projekcję poprzedzi spotkanie z reżyserem p. Robertem Żurakowskim	Obowiązkowe zapisy do 7.10.2022 Ilość miejsc ograniczona tel 797 377 808
21.10.2022	11:00-12:30	Czułym okiem - warsztaty fotograficzne	Obowiązkowe zapisy do dnia 10.10.2021 Ilość miejsc ograniczona tel 797 377 808 Miejsce : MuFo Józefitów, ul. Józefitów 16.
25.10.2022	7:30 - 18:30	Wycieczka do Żywca. W programie zwiedzanie miasta z przewodnikiem, w tym: zwiedzanie Starego Zamku (muzeum), spacer po mieście, zwiedzanie Browaru	Obowiązkowe zapisy Tel. 797 377 808 Ilość miejsc ograniczona
26.10.2022	10:00-12:00	Łempicka	Obowiązkowe zapisy tel 797 377 808 Ilość miejsc ograniczona Muzeum Narodowe w Krakowie
27.10.2022	18:00	Salon książki krakowskiej: „Plac Centralny. W poszukiwaniu centrum”. publikacja towarzyszy wystawie czasowej prezentowanej w Muzeum Nowej Huty, przybliżając historię najmłodszej dzielnicy miasta.	Miejsce: Muzeum Nowej Huty, os. Centrum E 1

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.