

Centrum Aktywności Seniorów – CAS Człowiekowi Człowiek

adres – ul. Jadwigi Majówny 62, 30-298 Kraków

kontakt – tel. 12 356-99-15 oraz 73-000-20-19

e-mail - cas@czlowiekowi.pl

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	10:00-15:00
wtorek	10:00-15:00
środa	10:00-15:00
czwartek	10:00-18:00
piątek	10:00-15:00

OBOWIĄZUJE OD 11.01.2023r.

Harmonogram zajęć stałych – styczeń 2023

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek (2,9,16,23,30)	10:00-11:00	Zajęcia taneczne	Siedziba Fundacji
	11:30 – 12:30	Zajęcia Fizyczne ze zdrowego trybu życia	
Wtorek (3,10,17,24,31)	11:00 – 12:00	Zajęcia artystyczne	Siedziba Fundacji
	13:00 – 14:00	Warsztaty Plastyczne	
Środa (4,11,18,25)	11:00 – 12:00	Kurs opieki nad osobą niepełnosprawną	Siedziba Fundacji
	13:00 – 14:00	Nordic - walking	

Czwartek (5,12,19,26)	11:00 – 12:00	Prelekcje zdrowego gotowania i odżywiania się	Siedziba Fundacji
	13:00 – 14:00	Kurs fotograficzno – filmowy	
	17:00 – 18:00	J. Angielski <i>(12.01.2023-zajęcia nie odbędą się)</i>	
Piątek (13,20,27)	11:00-12:00	Gry stolikowe i ruchowe	Siedziba Fundacji
	13:00 – 14:00	Zajęcia edukacyjne z zakresu obsługi urządzeń	

Zajęcia dodatkowe w Styczniu 2023:

Data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
13.01.2023	17:00-20:00	Wolontariat młodych osób na rzecz osób starszych i samotnych	Siedziba Fundacji

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.