

## 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 13 stycznia 2023 r.

### Harmonogram zajęć stałych – STYCZEŃ 2023 r.

| dzień tygodnia       | godzina     | rodzaj zajęć                   | uwagi  |
|----------------------|-------------|--------------------------------|--|
| poniedziałek         | 8.30-12.30  | spotkania informacyjne – dyżur |  |
|                      | 12.30-13.30 | Francuski dla seniora          | wolontariat; pierwsze spotkanie w tym roku 9 stycznia  |
| wtorek<br>10 i 24.01 | 19.30-20.30 | basen                          | zajęcia odbywają się w KSOS, ul. Wysłouchów 34a; istnieje możliwość skorzystania z grotty solnej |

|          |             |   |   |
|----------|-------------|---|---|
| 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) | grupa średnio zaawansowana:<br>12 i 26 stycznia<br><br>grupa początkująca<br>5 i 19 stycznia  |
| piątek   | 9.30-10.30  | Klub Czytelnika   | podczas zajęć szeroko pojęta tematyka książkowa jest m.in. podstawą do treningu umysłu;<br>w dniach 13 i 20.01 zajęcia będą trwały po 1,5 godz. (odrabianie zajęć z 6.01) |
|          | 11.00-12.00 | Kreatywny Senior – kurs plastyczny  |   |
|          | 17.00-18.00 | Kurs mediacji/prawa/psychologii   | pierwsze spotkanie 13 stycznia;<br>w związku z niedostępnością osoby prowadzącej zajęcia z 13.01 zostaną odrobione 27.01 o godz. 18.00                                    |

### Zajęcia dodatkowe w styczniu 2023 r.

| data                    | godzina     | rodzaj zajęć  | uwagi   |
|-------------------------|-------------|---|---|
| 10 stycznia (wtorek)    | 11.00-13.00 | Spotkanie oplatkowe                                   |   |
| 21 stycznia (sobota)    | 19.00-22.00 | Potańcówka dla dorosłych, czyli Dzień Babci i Dziadka | Fort nr 52 Borek (ul. Forteczna 146); wstęp wolny   |
| 24 stycznia (wtorek)    | 10.00-11.00 | Aromaterapia – czym jest i jak z niej korzystać       | spotkanie ze specjalistką w dziedzinie aromaterapii |
| 29 stycznia (niedziela) |             | Final Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy           | przekazanie ciast w piątek 27 stycznia w CAS-ie     |

*Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy!*