

Centrum Aktywności Seniorów ZŁOTY WIEK

adres - ul. Kurczaba 25;

33-332 Kraków

kontakt: tel. 571 399 554

e-mail: casprokocim@gmail.com

<https://www.facebook.com/caszlotywiek>

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	10.00-14.00
wtorek	10.00-14.00
środa	10.00-14.00
czwartek	10.00-14.00
piątek	10.00-14.00

OBOWIĄZUJE OD 23 stycznia 2023r.

Harmonogram zajęć stałych – styczeń 2023:

dzień	godz. od – do	rodzaj zajęć	Uwagi
Poniedziałek			
16,23,30	10:00 – 14:00	Rekrutacja uczestników do CAS	CAS
16,23,30	10:00 – 14:00	Kawiarenka wolontariat 4h	Dyżury w kawiarence CAS
30	10:15 – 11:45	Gry stolikowe i ruchowe (45 min.) 2h	CAS https://forms.gle/naCqL3zRXuq8Vdkg8
23,30	12:00 – 13:30	Zajęcia taneczne (45 min.) 2h	https://forms.gle/9CAYndpEaSjGdEpr6
Wtorek			
17,24,31	10:00 – 14:00	Rekrutacja uczestników do CAS	CAS
17,24,31	10:00 – 14:00	Kawiarenka wolontariat 4h	Dyżury w kawiarence CAS
31	11:30 – 13:30	Trening pamięci 2h	https://forms.gle/qDc5iTfcSNZgGyYe8

Środa			
18,25	10:00 – 14:00	Rekrutacja uczestników do CAS	CAS
18,25	10:00 – 14:00	Kawiarenka wolontariat 4h	Dyżury w kawiarence CAS
25	12:00 – 14:00	Zajęcia wokalne (Piosenka Biesiadna) 2h	https://forms.gle/wtWiyM6wyQgCQUMs5
Czwartek			
19,26	10:00 – 14:00	Rekrutacja uczestników do CAS	CAS
19,26	10:00 – 14:00	Kawiarenka wolontariat 4h	Dyżury w kawiarence CAS
26	12:00 – 14:00	Historia sztuki 2h - wolontariat	Muzeum Podgórze, Limanowskiego 51 https://forms.gle/b1e4yMG Sz4rgYXRv8
Piątek			
20,27	10:00 – 14:00	Rekrutacja uczestników do CAS	CAS
20,27	10:00 – 14:00	Kawiarenka wolontariat 4h	Dyżury w kawiarence CAS
20	12:00 – 14:00	Obsługa urządzeń mobilnych 2h	https://forms.gle/A4dURRgPjnubUs2d8
27	10:30 – 11:30	Obsługa urządzeń mobilnych 2h	https://forms.gle/A4dURRgPjnubUs2d8

Zajęcia dodatkowe – styczeń 2023:

Data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Online – 24 h		Rekrutacja uczestników - wolontariat	Link do zapisu on-line: https://forms.gle/qAQfVeXTRx2RXwBu5
Od pon. do piątku 10:00-14:00			AS „Złoty Wiek” Jana Kurczaba 25
Środa 25	10:30 – 12:00	Spotkanie integracyjne, urodziny miesiąca	AS

**REKRUTACJA – stacjonarnie w CAS ZŁOTY WIEK, lub on-line przez formularz na stronie: <https://forms.gle/qAQfVeXTRx2RXwBu5>
Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy**