

31 -109 Kraków, ul. Marszałka Józefa Piłsudskiego 6/9

Centrum Aktywności Seniorów CAS GALICYJSKI

adres: Kraków ul. Marszałka Józefa Piłsudskiego 6/9

telefon: 516 011 002

e-mail: cas.galicyjski@gce.krakow.pl

CAS czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	9.00-13.00
wtorek	9.00-13.00
środa	9.00-13.00
czwartek	9.00-13.00
piątek	9.00-13.00

OBOWIĄZUJE OD 23 stycznia 2023r.

Harmonogram zajęć stałych – styczeń 2023:

Dzień	Godzina	Rodzaj zajęć
poniedziałek	10.00 – 11.00	„Zdrowy senior” – cykl spotkań ze specjalistami z zakresu zdrowia i urody
	11.00 – 13.00	„Międzynarodowy klub przyjaciół” – seniorzy seniorom czyli wspólnie uczymy się polskiego
wtorek	10.00 – 12.00	„W męskim kręgu” czyli o majsterkowaniu, wędkarstwie, armii, itp.
	12.00 – 13.00	Poradnia psychologiczna dla seniora (spotkania grupowe i indywidualne)
środa	9.00 – 11.00	Klub gier stolikowych (szachy, brydż, itp.)
	11.00 – 13.00	„Senior w sieci” czyli poznajemy nowe technologie
czwartek	8.30 – 9.30	Pilates / zdrowy kręgosłup
	9.30 – 10.30	Gimnastyka na krzesłach

piątek	8.30 – 9.30	Język angielski
	13.00 – 14.00	Język francuski

Zajęcia dodatkowe – styczeń 2023:

Data	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
25.01.2023	10:00 – 11:00	Spotkanie organizacyjne	K-ów, ul. Piłsudskiego 6/9
31.01.2023	13:00 – 15:00	Wystawa „KIMONO. Nieprzebrane inspiracje”	Muzeum Manggha K-ów, ul. Konopnickiej 26

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.