

## 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 22 MARCA 2023 r.

### Harmonogram zajęć stałych – MARZEC 2023 r.

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	8.30-12.30	spotkania informacyjne – dyżur	
	12.30-13.30	Francuski dla seniora	wolontariat
	14.10-15.00	Gimnastyka dla seniora	Grupa I: 6 i 20.03 Grupa II: 13 i 27.03
wtorek 7 i 21.03	19.30-20.30	Basen	zajęcia odbywają się w KSOS, ul. Wysłouchów 34a; istnieje możliwość skorzystania z groty 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: 9 i 23.02; grupa początkująca: 2, 16 i 30.02 po zajęciach w marcu odbywają się konsultacje indywidualne dla osób, które się zgłosiły
piątek	9.30-10.30	Klub Czytelnika	podczas zajęć szeroko pojęta tematyka książkowa jest m.in. podstawą do treningu umysłu
	11.00-12.00	Kreatywny senior – kurs plastyczny	
	17.00-18.00	Kurs mediacji/prawa/psychologii	24.03 – w związku ze spotkaniem „Badam piersi...” – zajęcia nie odbędą się

### Zajęcia dodatkowe w marcu 2023 r.

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
7 marca (wtorek)	11.00-12.30	Dzień Kobiet – spotkanie integracyjne	
14 marca (wtorek)	I grupa: g. 11.00 II grupa: g. 12.00	Wycieczka do Muzeum Bursztynu	zbiórka: ul. św. Jana 2, grupy według wcześniejszych zapisów
24 marca (piątek)	17.00	„Badam piersi – dbam o siebie!”. Spotkanie informacyjno-edukacyjne	spotkanie ze specjalistami ze Szpitala Specjalistycznego im. Jana Pawła II w Krakowie <b>spotkanie nie odbędzie się</b>
27 marca (poniedziałek)	11.00	Wycieczka do Salonu Ekonomicznego NBP – zwiedzanie wystawy z przewodnikiem	zbiórka: ul. Basztowa 20

***Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy!***