

Centrum Aktywności Seniorów

przy Fundacji Małopolska Izba Samorządowa

31-534 Kraków, al. I. Daszyńskiego 16, tel. 12 200 29 26, e-mail: cas@fundacjamis.org.pl

CAS czynny 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

Harmonogram zajęć stałych prowadzonych w marcu 2023 r. obowiązuje od 4 kwietnia 2023 r.

dzień	godzina	temat zajęć	uwagi
poniedziałek	9:30 – 10:30	Trening zapamiętywania (zajęcia ruchowe i integrujące)	bez 10. kwietnia
	11:00 – 12:00	Gimnastyka rehabilitacyjna Grupa A (zajęcia ruchowe i integrujące)	bez 10. Kwietnia 24. zajęcia w sali CAS
	12:00 – 13:00	Gimnastyka rehabilitacyjna Grupa B (zajęcia ruchowe i integrujące)	bez 10. Kwietnia 24. kwietnia zajęcia w sali CAS
wtorek	10:00 – 12:00	Pierwsze spotkanie ze smartfonem (zajęcia edukacyjne)	
	12:30 – 14:30	Akademia dobrych umiejętności (zajęcia ruchowe i integrujące)	tylko 4 i 18 kwietnia

środa	9:00 – 11:00	Spotkania ze sztuką Krakowa (Krótki kurs historii sztuki) (zajęcia edukacyjne) (zajęcia międzypokoleniowe)	tylko 26. kwietnia
	9:00 – 11:00	Gotycki kościół Pałac Bpa Ciołka: sztuka dawna (wycieczka po Krakowie) (zajęcia edukacyjne) (zajęcia międzypokoleniowe)	tylko 12. kwietnia
	11:30 – 13:30	Cyfrowy Senior: # tworzy własną stronę internetową (zajęcia edukacyjne)	
czwartek	8:30 – 9:30	Język angielski Poziom A2 (zajęcia edukacyjne)	tylko 6. 13. I 20. kwietnia (zajęcia z 27. przeniesione na 28. kwietnia)
	9:45 – 10:45	Język angielski Poziom B1 (zajęcia edukacyjne)	tylko 6. 13. I 20. kwietnia (zajęcia z 27. przeniesione na 28. kwietnia)
	11:00 – 12:00	Język angielski Poziom A1 (zajęcia edukacyjne)	tylko 6. 13. I 20. kwietnia (zajęcia z 27. przeniesione na 28. kwietnia)
piątek	8:30 – 9:30	Język angielski Poziom A2 (zajęcia edukacyjne)	tylko 28. kwietnia
	9:45 – 10:45	Język angielski Poziom B1 (zajęcia edukacyjne)	tylko 28. kwietnia
	11:00 – 12:00	Język angielski Poziom A1 (zajęcia edukacyjne)	tylko 28. kwietnia
	14:00 – 16:00	Osobowość i charakter, jako narzędzia umożliwiające poprawę jakości życia	od 14. kwietnia

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy telefoniczne (12 200 29 26 lub 537 999 506) lub z pomocą poczty elektronicznej (e-mail: cas@fundacjamis.org.pl).

Harmonogram zajęć dodatkowych prowadzonych w marcu 2023 r. obowiązuje od 4 kwietnia 2023 r.

dzień	godzina	temat zajęć	uwagi
(środa) 5 kwietnia 2023 r	19:00	Koncert w ramach festiwalu „Misteria Paschalia”	w kościele Św. Katarzyny