

Centrum Aktywności Seniorów „Super Senior”

adres: os. Tysiąclecia 42
telefon: 722 102 173
watchesaap 722 102 173
e-mail: mscasy@poczta.fm

CAS czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

Poniedziałek	11:30 -14:30, 17:30 -18:30
Wtorek	8:30 – 14:00
Środa	8:30 -13:30
Czwartek	9:30- 13:00
Piątek	12:30 -17:00, 7.04 CAS jest nieczynny

OBOWIĄZUJE OD 21 Kwietnia 2023

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH Kwiecień 2023

Dzień tygodnia	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
Poniedziałek	12:00 -13:00 13:00 – 14:00	Nowe technologie poziom zaawansowany Poziom podstawowy	CAS
Poniedziałek	17:45-18:30	Zumba	CAS
Poniedziałek 17	9:00 -11:30	Wędrówki piesze- Wzdłuż Wisły, Jacht Klub Polski	Zbiórka 9:00 -9:15 Pl. Centralny koło Apteki Zico. Zapisy Ryszard 515 771 067
Wtorek	8:30 -10:00	Kawiarenka Seniora Gry planszowe, karty	CAS
Wtorek	10:00 -10:45 10:45 -11:30	Gimnastyka I gr Gimnastyka II gr	CAS
Wtorek	11:30 -12:30	Cyfrowe SOS	CAS

Wtorek	12:30 -14:00	Warsztaty wokalne, chór	CAS 18.04 nie ma zajęć.
Środa	9:00 -11:00	Nowe technologie Smartfony	CAS
Środa	12:00-13:30	Taniec w kręgu, taniec liniowy	CAS
Środa 12	16:00 – 18:00	Spotkanie Wiosenne, Jajeczko	CAS Wolontariat
Czwartek 13	9:45-10:30 10:30 -11:15 16:00 -16:45 16:45- 15:30	Gimnastyka I grupa Gimnastyka II grupa Gimnastyka I grupa Gimnastyka II grupa	CAS
Czwartek 6,20,27 13	11:15 -13:15 15:30-16:30	Zajęcia proekologiczne JestemEko	CAS
Czwartek 27	16:30 – 17:30 17:30 -18:30 18:30 – 19:30	j. angielski podstawa j.hiszpański j.angielski średni	CAS Odrabiamy za 7.07
Piątek	12:45 -13:45 13:45 -14:45 14:45 -15:45	j. angielski podstawa j. hiszpański j. angielski średni	CAS 7.04 nie ma zajęć
Piątek	16:00 -17:00	Dyżur	CAS Wolontariat 7.04 nie ma dyżuru

Zajęcia dodatkowe kwiecień 2023

Dzień tygodnia	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
Sobota 1,15,22,29	12:45 -13:30	Basen	Handlowe 4

Piątek 28	9:00 -11:00	Centrum Edukacji Klimatycznej „Bądź Eko w swoim mieście”	Zbiórka 8:30 koło Barbakanu
Środa 5.04	10:00 -	Forum Seniora w Audytorium Maximum UJ	Tylko dla osób, które się zapisały.
Środy 5,19,26	11:00 -12:00	Koncerty Capella Cracoviensis Aula Akademii Sztuk Pięknych, bilety w cenie 5 zł	Link do zakupu https://www.eventim.pl/artist/capeillacracoviensis lub w punktach Media Markt
Czwartek 6	7:00 -8:00 11:00-13:00	Odbiór produktów i przygotowywanie paczek żywnościowych Wydawanie paczek	CAS Wolontariat
Sobota 22	11:00 – 19:00	Dzień Ziemi – gry, muzyka, warsztaty eko	Przy NCK
Środa 26	16:00 -19:00	Potańcówka	CAS Wolontariat
		Zbiórka czystych puszek np. po groszku, fasolce, konserwach będą wykorzystane jako lampki w okopach w Ukrainie	Zbiórka trwa do 30 kwietnia Biblioteka ul. Rajskiej

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy