

Centrum Aktywności Seniorów – CAS Człowiekowi Człowiek

adres – ul. Jadwigi Majówny 62, 30-298 Kraków

kontakt – tel. 12 356-99-15 oraz 730-002-019

e-mail - cas@czlowiekowi.pl

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	10:00-15:00
Wtorek	10:00-15:00
Środa	10:00-15:00
czwartek	10:00-18:00
Piątek	10:00-15:00

OBOWIĄZUJE OD 01.05.2023r.

Harmonogram zajęć stałych – maj 2023

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek (8,15,22,29)	10:00-12:00	Zajęcia taneczne	Siedziba Fundacji
	12:00 – 13:30	Zajęcia Fizyczne ze zdrowego trybu życia	
Wtorek (2,9,16,23,30)	10:00 – 11:00	Zajęcia artystyczne (2,9,16,30)	Siedziba Fundacji
	12:00 – 13:00	Warsztaty Plastyczne (2,9,16,23)	
Środa (10,17,24,31)	10:00 – 12:30	Kurs opieki nad osobą niepełnosprawną	Siedziba Fundacji
	13:00 – 14:30	Nordic - walking	

Czwartek (4,11,18,25)	10:00 – 11:00	Prelekcje zdrowego gotowania i odżywiania się (11,18,25)	Siedziba Fundacji
	12:00 – 13:00	Kurs fotograficzno – filmowy	
	17:00 – 18:00	J. Angielski (4,11; 17:00-19:00)	
Piątek (5,12,19,26)	11:00-13:00	Gry stolikowe i ruchowe (26; 10:00-13:00)	Siedziba Fundacji
	13:00 – 14:00	Zajęcia edukacyjne z zakresu obsługi urządzeń (26; 12:00-14:00)	

Zajęcia dodatkowe w maju023:

Data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
27.05.2023r.	15:00-19:00	Wolontariat młodych osób na rzecz osób starszych i samotnych	

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.