

**Centrum Aktywności Seniorów – CAS Człowiekowi Człowiek**

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

kontakt – tel. 12 356-99-15 oraz 73-000-20-19

e-mail - [cas@czlowiekowi.pl](mailto: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 09.05.2023r.**

**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 urzędzeń (26; 12:00-14:00)	

### Zajęcia dodatkowe w Maju 2023:

Data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
18.05.2023r.	17:00 – 20:00	Wolontariat seniorów na rzecz dzieci	
27.05.2023r.	15:00-19:00	Wolontariat młodych osób na rzecz osób starszych i samotnych	

*Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.*