

## 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 1 LIPCA 2023 r.

### Harmonogram zajęć stałych – LIPIEC 2023 r.

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	17.00-18.00	Klub Gracza	od 24.07
wtorek	8.30-12.30	spotkania informacyjne – dyżur	
środa	11.30-12.15	Angielski dla seniora (kurs)	grupa średnio zaawansowana (od 12.07)
	12.15-13.00	Angielski dla seniora (kurs)	grupa początkująca (od 12.07)

czwartek	18.00-19.00	Informatyka dla seniora (kurs obsługi urządzeń związanych z nowymi technologiami)	
piątek	9.30-10.30	Klub Czytelnika	podczas zajęć szeroko pojęta tematyka książkowa jest m.in. podstawą do treningu umysłu;  zajęcia nie odbędą się 28.07

### Zajęcia dodatkowe w lipcu 2023 r.

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
7, 14, 21, 28 lipca (piątek)	17.00-19.00	trening gry w bule	miejsce: bulodrom na os. Avia, ul. Stelli Sawickiego 4; konieczne wcześniejsze zgłoszenia – namiar dostępny w CAS-ie
6 lipca (czwartek)	od g. 10.00	MiędzyCASowy Turniej Gry w Mólkky	DPS, ul. Kluzeka 6; udział we własnym zakresie – tam także nauka gry
8 lipca (sobota)	16.00	otwarcie wystawy wspomnieniowej PRL-u (m.in. eksponaty uczestników różnych CAS-ów)	ul. Floriańska 22 (w podwórku); udział we własnym zakresie
18 lipca (wtorek)	10.00-14.00	Spotkanie Plenerowe Seniorów Krakowa w parku Krakowskim	w planie m.in.: stanowiska tematyczne, gry, zabawy, instruktaż nordic walking, spacer z przewodnikiem, poczęstunek; udział we własnym zakresie
28 lipca (piątek)	10.00-14.00	zorganizowany spacer plenerowy dla seniorów nad Zalewem Nowohuckim	udział we własnym zakresie
wszystkie wakacyjne soboty	11.00-14.00	otwarte bezpłatne zajęcia ruchowe dla seniorów organizowane przez AWF	Garden Arena przy Tauron Arenie (od strony parku)

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