



Centrum Aktywności Seniorów
„Dojrzały smak życia”

ul. Rzeźnicza 2a

telefon: 12294 81 35 532 254 436

Centrum Aktywności Seniorów „Dojrzały smak życia”

adres - Kraków, ul Rzeźnicza 2A

kontakt – tel. 12 294 81 35, 532 254 436

e-mail biuro@apz.org.pl

CAS czynne 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 |

O B O W I A Z U J E O D 1

Harmonogram zajęć stałych – Październik 2023

| dzień | godzina | rodzaj zajęć | uwagi |
|---------------------|-------------|--|-------|
| Poniedziałek | | | |
| 2 | 11.00-13.00 | Czas na kulturę Urodzinowe spotkania | |
| 9 | 11.00-13.00 | Zajęcia międzypokoleniowe z cyklu „Spotkajmy się” Kobiety dyktatorów cz I | |
| 9 | 13.00-15.00 | Czas na kulturę Jesienna kolekcja ubrań z naszych szaf | |
| 16 | 11.00-13.00 | Czas na kulturę Aromaterapia | |
| 23,30 | 11.00-13.00 | Seminarium z zakresu historii i sztuki Krakowa | |

| | | | |
|-----------------|--------------|--|----------------------|
| Wtorek | | | |
| 3,10,17,24,31 | 10.00-12.00 | Lektorat z języka francuskiego | |
| 10,17,24 | 10.00.-12.00 | Zajęcia z zakresu fotografii i cyfrowej obróbki obrazu i filmu gr1 | |
| 10 | 11.30-13.30 | Seminarium psychologiczne Trening pamięci | |
| Środa | | | |
| 4,11,18,25 | 9.00-11.00 | Lektorat z języka angielskiego gr2 | |
| 4,11,18,25 | 12.30-14.30 | Lektorat z języka angielskiego gr1 | |
| 4,11,18,25 | 11.00-13.00 | Lektorat z języka hiszpańskiego | |
| Czwartek | | | |
| 12,26 | 11.00-13.00 | Seminarium z literatury i filmu Ayobani Adebayo „Zostań ze mną” Claire Keegan „Drobiazgi takie jak te” | |
| 19 | 11.00-13.00 | Zajęcia międzypokoleniowe z cyklu „Spotkajmy się” Kobiety dyktatorów cz II | |
| 12,19,26 | 10.00.-12.00 | Zajęcia z zakresu fotografii i cyfrowej obróbki obrazu i filmu gr1 | |
| 12,19 | 12.00-14.00 | Zajęcia artystyczne z elementami rękodzieła | |
| Piątek | | | |
| 6,13 | 11.00-13.00 | Zajęcia ruchowe nordic walking | |
| 6,13,20,27 | 12.30-13.15 | Zajęcia z aqua aerobiku | Tylko osoby zapisane |

Zajęcia dodatkowe w październiku 2023:

| data | godzina | rodzaj zajęć | uwagi |
|------|---------|--------------|-------|
| | | | |

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy