

## Centrum Aktywności Seniorów Zabłocie-Grzegórzki

przy Fundacji Małopolska Izba Samorządowa

31-534 Kraków, al. I. Daszyńskiego 16, tel. 12 200 29 26, e-mail: cas@fundacjamis.org.pl

### CAS czynny 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

### Harmonogram zajęć stałych w październiku 2023 r.

obowiązuje od 18 października 2023 r.

dzień	godzina	temat zajęć	uwagi
poniedziałek	9:30 – 10:30	Trening zapamiętywania (zajęcia ruchowe i integrujące)	
wtorek	10:00 – 12:00	Pierwsze spotkanie ze smartfonem (zajęcia edukacyjne)	
środa	9:00 – 11:00	Spotkania ze sztuką Krakowa (Krótki kurs historii sztuki) (zajęcia edukacyjne) (zajęcia międzypokoleniowe)	tylko 11. października
	9:00 – 11:00	Katedra wawelska (wycieczka po Krakowie) (zajęcia edukacyjne) (zajęcia międzypokoleniowe)	tylko 18. października obowiązuje kolejność zgłoszeń: osobiście lub SMS 537 999 506 zbiórka przy wejściu do kas na wzgórzu wawelskim
	11:30 – 13:30	Cyfrowy Senior: #Czy moja komórka śledzi mnie? (zajęcia edukacyjne)	
	13:30 – 14:30	Gry planszowe (zajęcia ruchowe i integrujące)	obowiązuje kolejność zgłoszeń: osobiście lub SMS 537 999 506

czwartek	8:30 – 9:30	Język angielski Poziom A2 (zajęcia edukacyjne)	
	9:45 – 10:45	Język angielski Poziom B1 (zajęcia edukacyjne)	
	11:00 – 12:00	Język angielski Poziom A1 (zajęcia edukacyjne)	
piątek	9:00 – 10:45	Naucz mnie fotografować (zajęcia międzypokoleniowe)	w październiku tylko 13 i 27 obowiązuje kolejność zgłoszeń: osobiście lub SMS 537 999 506

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy telefoniczne (12 200 29 26 lub 537 999 506)  
lub z pomocą poczty elektronicznej (e-mail: [cas@fundacjamis.org.pl](mailto:cas@fundacjamis.org.pl)).

### Harmonogram zajęć dodatkowych w październiku 2023 r.

dzień	godzina	temat zajęć	uwagi
18 października (środa)	11:00 – 15:00	II Przegląd chórów i zespołów wokalnych „Rozśpiewany Kraków”	sala ARTZona, os. Górali 4.