

## Centrum Aktywności Seniorów „Pasja”

adres: Kraków ul. Zakopiańska 62

telefon: 535 538 450

e-mail: [ester@strusiowo.pl](mailto:ester@strusiowo.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

### **OBOWIĄZUJE OD 15 listopada 2023**

### HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – listopad 2023

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	10.00 -12.00	Zajęcia komputerowe	
poniedziałek	12.00-13.00	Gimnastyka	
wtorek	11.00 -12.00	Spotkanie z koordynatorem	
wtorek	12.00 -14.00	Wiedza obywatelska	
środa	9.00 -10.30	Taniec w kręgu	
środa	11.00 -13.00	Zajęcia plastyczne	
czwartek	9.00 -10.00	Indywidualne porady obywatelskie	
czwartek	10.00 -12.00	Nordic walking	<b>Zbiórka przed wejściem do CAS – u lub w innym uzgodnionym miejscu</b>
czwartek	11.00 -13.00	Proekologia	
piątek	10.30 -12.30	Trening pamięci	<b>10,17.11</b>
piątek	10.00 – 12.00	Nauka gry w szachy	<b>24.11</b>

## ZAJĘCIA DODATKOWE – listopad 2023

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
15.11.2023	10.00	Lajkonikowy Turniej Remika	Miejsce CAS Borsuczek ul. Borsucza 12
23.11.2023	17.00	Senioralny Klub Filmowy projekcja filmu - Rytmy Casablanki, reż. Nabil Ayouch, Maroko/Francja 2021, 101' po projekcji dyskusja	Miejsce – sala widowiskowa CSW Solvay
28.11.2023	12.00 -13.00	Zajęcia ekologiczne - zdrowe odżywianie, dzikie zwierzęta w mieście oraz wpływ PEM na zdrowie człowieka	Miejsce -siedziba CAS Pasja

**Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.**