

## 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.

### OBOWIAZUJE OD 1 MARCA 2024 r.

### Harmonogram zajęć stałych – MARZEC 2024 r.

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	8.30-12.30	spotkania informacyjne	
	11.15-12.45	Kurs mediacji/prawa/psychologii	
	13.00-14.00	Francuski dla seniora	wolontariat
wtorek	13.30-14.30	Gimnastyka dla seniora	zajęcia odbywają się w GymSpace (budynek obok CAS-u); zajęcia nie odbędą się 19.03
środa	11.00-11.45	Angielski dla seniora (kurs)	grupa średnio zaawansowana
	11.45-12.30	Angielski dla seniora (kurs)	grupa początkująca

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; 22.03 zajęcia w godz. 9.30-11.00 29.03 zajęcia nie odbędą się, zostaną odrobione 8.03 w godz. 10.30-11.30
	11.00-12.00	Kreatywny senior – kurs plastyczny	29.03 zajęcia nie odbędą się
	18.00-19.00	Klub Gracza	8.03 oraz 22.03

### Zajęcia dodatkowe w marcu 2024 r.

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
5 marca (wtorek)	11.00	spotkanie integracyjne w Jamie Michalika z okazji Dnia Kobiet	ul. Floriańska 45; spotkaniu będzie towarzyszył wykład o kawiarniach krakowskich i bohemie artystycznej Krakowa XIX/XX w.
7 marca (czwartek)	11.00-12.30	„Tajniki numerologii (2)” – wykład numerolożki	
11-20 marca		zbiórka darów dla bezdomnych kotów – zaproszenie fundacji Stawiamy na Łapy	mile widziane: karma, żwirek, zabawki, legowiska
14 marca (czwartek)	od g. 7.00	badania profilaktyczne w ramach programu Profilaktyka 40+	zostaną przeprowadzone w siedzibie naszego CAS-u przez Centrum Ortopedyczno-Diagnostyczne ProZdrowie z Proszowic
19 marca (wtorek)	12.00	wycieczka do Muzeum Etnograficznego	pl. Wolnica 1; zbiórka na miejscu o godz. 11.55

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