

Centrum Aktywności Seniorów SWOSZOWICE CORNER

adres: ul. Myślenicka 133, 30-698 Kraków

kontakt: tel. 666 899 596

e-mail: 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 18 KWIEŚNIA 2024 r.

Harmonogram zajęć stałych – KWIECIEŃ 2024 r.

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	8.30-12.30	spotkania informacyjne	bez 1.04 (Poniedziałek Wielkanocny)
	11.30-12.30	Kurs mediacji/prawa/psychologii	bez 1.04 (Poniedziałek Wielkanocny); zajęcia nie odbędą się 29.04
	13.00-14.00	Francuski dla seniora	wolontariat
wtorek	13.30-14.30	Joga dla seniora	zajęcia odbywają się w GymSpace (budynek obok CAS-u) zajęcia nie odbędą się 23.04 ze względu na wycieczkę
środa	11.00-11.45	Angielski dla seniora (kurs)	grupa średnio zaawansowana 24.04 zajęcia nie odbędą się

	11.45-12.30	Angielski dla seniora (kurs)	grupa początkująca 24.04 zajęcia nie odbędą się
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; 26.04 zajęcia w godz. 9.30-11.00
	11.00-12.00	Kreatywny senior – kurs plastyczny	5.04 zajęcia w godz. 11.00-13.00
	18.00-19.00	Klub Gracza	12.04 oraz 26.04

Zajęcia dodatkowe w kwietniu 2024 r.

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
13 kwietnia (sobota)	17.00	piracko-hawajska potańcówka dla seniorów	hala sportowa SP 89, os. Piastów 34a; udział we własnym zakresie, info z CAS-ie
13 kwietnia (sobota)	start: 13.30	Czaniecki Cracovia Walkathon	impresa towarzysząca 21. Cracovia Maratonowi, dla wielbicieli Nordic Walking, dystans 4,2 km; udział we własnym zakresie
16 kwietnia (wtorek)	18.00	Śpiewajmy razem! Muzyczne spotkanie seniorów	Klub Akademicki ARKA ul. Z. Klemensiewicza 3; udział we własnym zakresie
18 kwietnia (czwartek)	9.45-ok. 12.30	wycieczka miejska z przewodnikiem: „Rynek – serce Krakowa. Dzieje znane i mniej znane”	zbiórka 9.45 pod pomnikiem Mickiewicza; zapisy w CAS-ie do 10.04
23 kwietnia (wtorek)		wycieczka: Miasteczko Galicyjskie w Nowym Sączu – Stary Sącz – piknik w Czchowie	zapisy do 9.04 lub do wyczerpania miejsc; szczegóły w CAS-ie
25 kwietnia (czwartek)	13.30-15.00	warsztaty kosmetyczne	tematyka: wokół pielęgnacji skóry twarzy

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy!