

**Centrum Aktywności Seniorów Zabłocie Grzegórzki**

**przy Fundacji Małopolska Izba Samorządowa**

adres – al. Ignacego Daszyńskiego 16, 31-534 Kraków

kontakt – tel. 12 200 29 26 lub 537 999 506

e-mail – [cas@fundacjamis.org.pl](mailto:cas@fundacjamis.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

**OBOWIĄZUJE OD 1 MAJA 2024**

*data dzienna*

**Harmonogram zajęć stałych – MAJ 2024**

*Miesiąc*

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	9:30 – 10:30	Trening zapamiętywania (zajęcia ruchowe i integracyjne)	
wtorek	10:00 – 12:00	Spotkanie ze smartfonem ciąg dalszy... (zajęcia edukacyjne)	
	13:30 – 15:00	Gimnastyka rehabilitacyjna (zajęcia ruchowe i integracyjne)	
środa	10:00 – 12:00	Spotkania ze sztuką Krakowa Dom Jana Matejki (zajęcia edukacyjne)	Tylko 15.05.2024
	10:00 – 12:00	Cyfrowy Senior: zajęcia z komputerem (zajęcia edukacyjne)	

czwartek	8:30 – 09:30	Język angielski (Poziom A2) (zajęcia edukacyjne)	Tylko 9.05.2024 i 16.05.2024
	9:45 – 10:45	Język angielski (Poziom B1) (zajęcia edukacyjne)	Tylko 9.05.2024 i 16.05.2024
	11:00 – 12:00	Język angielski (Poziom A1) (zajęcia edukacyjne)	Tylko 9.05.2024 i 16.05.2024
	12:15 – 14:15	Spotkania ze sztuką Krakowa (zajęcia edukacyjne)	Tylko 09.05.2024
piątek	8:30 – 09:30	Język angielski (Poziom A2) (zajęcia edukacyjne)	Tylko 17.05.2024
	9:45 – 10:45	Język angielski (Poziom B1) (zajęcia edukacyjne)	Tylko 17.05.2024
	11:00 – 12:00	Język angielski (Poziom A1) (zajęcia edukacyjne)	Tylko 17.05.2024
	10:00 – 12:00	Spotkania ze sztuką Krakowa Muzeum Narodowe Sukiennice (zajęcia edukacyjne)	Tylko 24.05.2024
	16:00 – 19:00	Szklane prezenty w stylu decoupage (zajęcia ruchowe i integrujące)	Tylko 24.05.2024

### Zajęcia dodatkowe w MAJU 2024:

*miesiąc*

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Każdy piątek miesiąca	17:00-20:00	<b>Potańcówka dla Seniorów</b>	Disco Club, ul. Bracka 4
12.05.2024	12.00-14.00	<b>Koncert Zespół Pieśni i Tańca ŚLĄSK - A to Polska właśnie</b>	Bilety Nowohuckie Centrum Kultury, al. Jana Pawła II 232, 31-913 Kraków
18.05.2024	11.00-13.00	<b>AKADEMIA KRAKÓW: Gdzie kręcono „Listę Schindlera”? / spacer</b>	Szczegóły i zapisy: <a href="https://muzeumkrakowa.pl/cykle/akademia-krakow-wiosna-2024">https://muzeumkrakowa.pl/cykle/akademia-krakow-wiosna-2024</a>
24.05.2024	11.00-13.00	<b>Muzeum Stanisława Wyspiańskiego III odsłona, pl. Sikorskiego 6</b>	Zgłoszenie udziału: rezerwacja@mnk.pl, 12 43 35 744

*Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.*