

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

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 CZERWCA 2024

data dzienna

Harmonogram zajęć stałych – CZERWCA 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 – wykład (zajęcia edukacyjne)	Tylko 12.06.2024
	10:00 – 12:00	Spotkania ze sztuką Krakowa – Spacer Śladami Wyspiańskiego (zajęcia edukacyjne)	Tylko 26.06.2024
	10:00 – 12:00	Cyfrowy Senior: zajęcia z komputerem (zajęcia edukacyjne)	
	12:00 – 14:00	Cyfrowy Senior: zajęcia z komputerem (zajęcia edukacyjne)	Tylko 12.06.2024 i 26.06.2024

czwartek	8:30 – 09:30	Język angielski (Poziom A2) (zajęcia edukacyjne)	Bez 13.06.2024
	9:45 – 10:45	Język angielski (Poziom B1) (zajęcia edukacyjne)	Bez 13.06.2024
	11:00 – 12:00	Język angielski (Poziom A1) (zajęcia edukacyjne)	Bez 13.06.2024
piątek	8:30 – 09:30	Język angielski (Poziom A2) (zajęcia edukacyjne)	Tylko 21.06.2024
	9:45 – 10:45	Język angielski (Poziom B1) (zajęcia edukacyjne)	Tylko 21.06.2024
	11:00 – 12:00	Język angielski (Poziom A1) (zajęcia edukacyjne)	Tylko 21.06.2024
	16:00 – 19:00	Florystyczna biżuteria: bransoletka, wianek, broszka (zajęcia ruchowe i integrujące)	Tylko 07.06.2024

Zajęcia dodatkowe w CZERWCU 2024:

miesiąc

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Każdy piątek miesiąca	17:00-20:00	Potańcówka dla Seniorów	Disco Club, ul. Bracka 4
05.06.2024	17:00-20:00	Wykład „Sprawny umysł i ciało bez względu na wiek? Naturalnie!	Wstęp wolny! Centrum Kultury Podgórze ul. Sokolska 13, Kraków
08.06.2024	11.00-13.00	AKADEMIA KRAKÓW: W Krakowie nie wypada kłamać / spacer	Bilety w cenie 20 zł do nabycia na stronie https://bilety.mhk.pl
15.06.2024	18.00-21.00	Biblioteka Polskiej Piosenki „Potańcówki z polskimi oraz światowymi przebojami”	Wstęp wolny Fort nr 52 „Borek” ul Forteczna 146
20.06.2024	11.00-13.00	„Poranek w muzeum” oprowadzanie po Muzeum Dom Józefa Mehoffera ul. Krupnicza 26	Zgłoszenia udziału: rezerwacja@mnk.pl 12 43 35 744
22.06.2024	11.00-13.00	AKADEMIA KRAKÓW: Ludzie z marmuru. O budowniczych Nowej Huty z pierwszych lat jej powstania	Bilety w cenie 20 zł do nabycia na stronie https://bilety.mhk.pl

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.