

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 22 CZERWCA 2024 r.

Harmonogram zajęć stałych – CZERWIEC 2024 r.

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	8.30-12.30	spotkania informacyjne	z wyjątkiem 17.06
	11.30-12.30	Kurs mediacji/prawa/psychologii	
	13.00-14.00	Francuski dla seniora	wolontariat
środa 12 i 19.06	9.30-12.00	Warsztaty krawieckie	
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; 28.06 zajęcia w godz. 9.30-11.00
	11.00-12.00	Kreatywny senior – kurs plastyczny	28.06 zajęcia w godz. 11.00-13.00
	18.00-20.00	Klub Gracza	wolontariat: 7 i 21.06

Zajęcia dodatkowe w czerwcu 2024 r.

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
6 czerwca (czwartek)		wycieczka do Krzeszkowic; warsztaty w gospodarstwie Alpaca Home	zbiórka spod CAS-em: 8.45; konieczne wcześniejsze zapisy
8 czerwca (sobota)	11.00-16.00	Piknik Rodzinny przy Swoszowice Centrum	zapraszamy na wspólną z wnukami zabawę przy Swoszowice Centrum; wiele atrakcji dla dorosłych i dzieci (m.in. dmuchańce)
8 czerwca (sobota)	14.00-16.00	godz. 14.00-16.00: rodzinne warsztaty kreatywne z MyślNIK CORNER od g. 15.30: Przestrzeń Seniora – zajęcia gimnastyczne i konsultacje indywidualne	spotkania odbywają się w ramach Pikniku Rodzinnego
13 czerwca – 30 lipca		„Rękodzieło – moja pasja”. Wystawa prac uczestników krakowskich CAS-ów	wśród prac są także te wykonane przez nasze panie
19 czerwca (środa)	17.30	spotkanie integracyjne przy ognisku (z pieczeniem kielbasek)	na gościnnym terenie zielonym przy ul. Starowiejskiej; zapisy do dnia 12.06
24 czerwca (poniedziałek)	od 11.00	Święto Stroju Krakowskiego w Klubie Swoszowice	wystawy, warsztaty, zabawy z folklorem
25 czerwca (wtorek)	11.00	Spotkanie instruktażowe z fizjoterapeutą w parku Uzdrowiska Swoszowice	szkolenie w zakresie korzystania ze ścieżki zdrowia oraz siłowni na wolnym powietrzu; liczba miejsc ograniczona
27 czerwca (czwartek)	14.00	warsztaty kosmetyczne: pielęgnacja skóry dojrzałej	

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy!