



Centrum Aktywności Seniorów „Seniorzy nauczycielami życia”

adres - Kraków, os. Górali 23

kontakt – tel. 608 47 37 67

e-mail: cas@gaudiumetspes.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 01.10.2024 r.

data dzienna

Harmonogram zajęć stałych – na październik 2024 r.

miesiąc

dzień	Godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek	11,00 – 12,00 12,00 – 13,00	Kurs wiedzy obywatelskiej (szczególnie dot. spraw samorząd.) Grupa I Grupa II	Os. Górali 23 „Pod czołgiem”
	14,45 – 15,30 15,30 – 16,15	zajęcia ruchowe gimnastyka I grupa II grupa	Dom Utopii os. Szkolone 26 A

Poniedziałek	18,00 - 18,45 18,45 - 19,00	Zajęcia rozwojowe Kurs tańca Grupa I Grupa II	Aula Klasztoru Cystersów Parafia Matki Boskiej Częstochowskiej Os. Szklane Domy 7
Wtorek	14,00 – 15,00 15,00 – 16,00	Kurs obsługi nowych technologii Grupa początkowa Grupa zaawansowana	Os. Górali 23 „Pod czołgiem”
	16,15 - 17,00 17,15 – 18,00	Gry stolikowe i ruchowe	Os. Górali 23 „Pod czołgiem”
Środa	9,00 – 10,00 10,00 – 11,00	Kurs: Cywilizacja włoska i historia języka włoskiego - cykl wykładów	Os. Górali 23 „Pod czołgiem”
czwartek	8.00- 9.00 9.00-10.00	kurs nr 1 jęz. angielskiego grupa zaawansowana I grupa zaawansowana II	Os. Górali 23 „Pod czołgiem”
	10.15 -11.15 11.15-12.15	kurs nr 2 jęz. angielskiego grupa początkująca I grupa początkująca II	
	15,00 – 15,45 15,45 – 16,30	Nornic walking	Zbiórka Przed bud. Nowohuckiego Centrum Kultury
piątek	10,15 – 11,00	Basen	Pływalnia Com com zone Ul. Ptaszyckiego

Kawiarenka CAS czynna pół godziny przed, w trakcie i pół godziny po każdym zajęciach stacjonarnych oraz w trakcie wszystkich zajęć dodatkowych w siedzibie CAS os. Górali 23

Zajęcia dodatkowe w październiku 2024 r.:

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
01.10	9,30	„Weekend seniora z kulturą” - Seniorzy z wizytą u Jana Pawła II.	Centrum Jana Pawła II "Nie lękajcie się!" ul. Totus Tuus 32
02.10	19,30	Film „Drużyna A(A)”	Kino Sfinks

04.10	19,15	Spektakl „Pewnego długiego dnia”	Teatr Stary Ul. Jagiellońska 1
09.10	10,45	Wycieczka „Skała Kmity”	Przystanek MPK Bronowice Ska 06
09.10	18,00	Film „Marcello Mio”	Kino Sfinks
12/13.10	Wg harmonogramu	Noc poezji 2024	Wg harmonogramu
17.10	13,30	Spotkanie międzypokoleniowe	Os. Górali 23 „Pod czołgiem”
18.10	19,00	„Podróż do Buenos Aires” Monogram Gabrieli Muskały	Fortu Borek ul. Fortecznej 146.
21.10	12,00	Wystawa prac konkursowych II etapu konkursu KSA	Pałac Sztuki, Plac Szczepański 4,
23.10	12,00 – 18,00	Konkurs taneczny Krakowskie Spotkania Artystyczne	NCK
23.10	19,30	Koncert Pieśni "Leonarda Cohena"	Klub Buda Ul. Czapskich 2

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy