

**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 GRUDNIA 2024

data dzienna

Harmonogram zajęć stałych – GRUDZIEŃ 2024

Miesiąc

| dzień | godzina | rodzaj zajęć | uwagi |
|--------------|---------------|--|-----------------------|
| poniedziałek | 9:45 – 10:45 | Trening zapamiętywania (zajęcia ruchowe i integracyjne) | Tylko 2,9,16.12.2024 |
| | 13.30 – 15.00 | Spotkanie z historią sztuki (zajęcia edukacyjne) | Tylko 09.12.2024 |
| wtorek | 10:00 – 12:00 | Spotkanie ze smartfonem ciąg dalszy... (zajęcia edukacyjne) | Tylko 3,10,17.12.2024 |
| środa | 10:00 – 12:00 | Cyfrowy Senior: zajęcia z komputerem (zajęcia edukacyjne) | Tylko 11,18.12.2024 |
| czwartek | 8:30 – 09:30 | Język angielski (Poziom A2) (zajęcia edukacyjne) | Tylko 5,12,19.12.2024 |
| | 9:45 – 10:45 | Język angielski (Poziom B1) (zajęcia edukacyjne) | Tylko 5,12,19.12.2024 |
| | 11:00 – 12:00 | Język angielski (Poziom A1) (zajęcia edukacyjne) | Tylko 5,12,19.12.2024 |
| | 16.00 – 17.00 | Czytelniczy Klub Seniora – Grzegórzecki Klub Książki z gościnnym udziałem Katarzyny Kobylarczyk autorki książki Kobiety Nowej Huty Cegły, perły i petardy | Tylko 05.12.2024 |

| | | | |
|--------|---------------|---|--|
| piątek | 12.00 – 13.00 | Odporni Na Zimę... Wizyta w Krakowskiej Jaskini/ Grocie Solnej | Tylko 06.12.2024 Zapisy u Pani Iwony 537999706 |
| | 17.00 – 19.00 | Karpackie słuchowisko "Na świętego Andrzeja wszystkim pannom nadzieja" przy tworzeniu łańcucha choinkowego (zajęcia międzypokoleniowe) | Tylko 06.12.2024 |
| | 16.00 – 19.00 | Szopka świąteczna (zajęcia ruchowe i integrujące) | Tylko 13.12.2024 |

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.

Zajęcia dodatkowe w Grudniu 2024:

miesiąc

| data | godzina | rodzaj zajęć | uwagi |
|--------------------------|---------------|--|--|
| 05.12.2024 (czwartek) | 09.00 – 15.00 | Zdrowy Senior w Mikołajki | TAURON Arena Kraków, ul. Stanisława Lema 7 Mała Hala |
| 12.12.2024 (czwartek) | 11.30 – 13.30 | III Wernisaż IV Konkursu Fotograficznego „Kraków w obiektywie Seniora w 20. Rocznice przystąpienia Polski do Unii Europejskiej” | Hospicjum św. Łazarza ul. Fatimska 17 31-831 Kraków |
| 19.12.2024 | 12.00 – 15.00 | Seminarium podsumowujące projekt „Senioralne Granie (Silver Gaming) w rozwoju kompetencji cyfrowych” | Klaster Innowacji Społeczno- Gospodarczych Zabłocie 2022 ul. Zabłocie 20 Kraków |