

## Centrum Aktywności Seniorów „Źródło”

adres - Kraków, ul. G. Zapolskiej 42

kontakt – tel. 535 538 450

e-mail [ester@strusiowo.pl](mailto:ester@strusiowo.pl)

### CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

|              |             |
|--------------|-------------|
| poniedziałek | 9.00 -14.00 |
| wtorek       | 9.00 -14.00 |
| środa        | 9.00 -14.00 |
| czwartek     | 9.00 -14.00 |
| piątek       | 9.00 -14.00 |

### **OBOWIĄZUJE OD 1 lipca 2022**

*data dzienna*

### Harmonogram zajęć stałych – lipiec 2022

*miesiąc*

| dzień        | godzina       | rodzaj zajęć                                       | uwagi   |
|--------------|---------------|--|---|
| poniedziałek | 10.00 -13.00  | Gry stolikowe                                      |   |
| poniedziałek | 14.00 -15.00  | Obsługa urzędzeń związanych z nowymi technologiami | Zajęcia online, wchodzimy na spotkanie przez <a href="#">link</a> |
| wtorek       | 10.00 – 12.00 | Zajęcia teatralne                                  |   |
| wtorek       | 12.00 -14.00  | Szycie i haftowanie                                |   |
| środa        | 10.00 -12.00  | Wiedza obywatelska                                 |   |
| środa        | 12.00 -14.00  | Zdrowy tryb życia                                  |   |
| czwartek     | 10.00 -12.00  | Nordic walking                                     | Zbiórka pod siedzibą CAS -u                                       |
| czwartek     | 12.00 -14.00  | Zajęcia wokalne                                    |   |
| piątek       | 9.00 -11.00   | Zdrowe gotowanie                                   |   |

|  |               |                    |  |
|--|---------------|--------------------|--|
|  | 11.00 – 13.00 | zajęcia plastyczne |  |
|--|---------------|--------------------|--|

### Zajęcia dodatkowe w czerwcu 2022:

| data       | godzina      | rodzaj zajęć  | uwagi  |
|------------|--------------|---|--|
| 20.07.2022 | 9.00 – 17.00 | Wyjazd do puszczy niepołomickiej na warsztaty „Kąpiel leśna”, grill | Zadanie realizowane z Fundacją Symbioza, obowiązują zapisy |
| 1.07.2022  | Cały miesiąc | Udział w imprezach organizowanych przez Miasto                      | Uczestnicy zdecydują o wyborze imprez, wyjścia grupowe     |