

Centrum Aktywności Seniorów – CAS Człowiekowi Człowiek

adres – ul. Jadwigi Majówny 62, 30-298 Kraków

kontakt – tel. 12 356-99-15 oraz 73-000-20-19

e-mail - cas@czlowiekowi.pl

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	10:00-15:00
Wtorek	10:00-15:00
Środa	10:00-15:00
czwartek	10:00-18:00
Piątek	10:00-15:00

OBOWIĄZUJE OD 12.04.2023r.

Harmonogram zajęć stałych – kwiecień 2023

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek (3,17,24)	10:00-12:00	Zajęcia taneczne	Siedziba Fundacji
	12:30 – 13:30	Zajęcia Fizyczne ze zdrowego trybu życia	
Wtorek (4,11,18,25)	10:00 – 11:00	Zajęcia artystyczne	Siedziba Fundacji
	12:00 – 14:00	Warsztaty Plastyczne	

Środa (5,12,19,26)	10:00 – 12:00	Kurs opieki nad osobą niepełnosprawną (12: 9:00-12:00)	Siedziba Fundacji
	13:00 – 14:00	Nordic - walking	
Czwartek (6,13,20,27)	10:00 – 11:00	Prelekcje zdrowego gotowania i odżywiania się	Siedziba Fundacji
	12:00 – 13:00	Kurs fotograficzno – filmowy (27: 12:00-14:00)	
	17:00 – 18:00	J. Angielski	
Piątek (7,14,21,28)	11:00-13:30	Gry stolikowe i ruchowe	Siedziba Fundacji
	13:00 – 14:00	Zajęcia edukacyjne z zakresu obsługi urządzeń	

Zajęcia dodatkowe w Kwietniu 2023:

Data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
13.04.2023r	11:00-13:00	Wolontariat seniorów na rzecz dzieci	
18.04.2023r	17:00-19:00	Wolontariat młodych osób na rzecz osób starszych i samotnych	

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.