



## Centrum Aktywności Seniorów – CAS SALWATOR

ul. Morawskiego 5/416 Budynek BIPROCEMWAP

Kontakt: tel. 797 377 808

e-mail: [biuro@faes.org.pl](mailto:biuro@faes.org.pl)

CAS czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

<b>poniedziałek</b>	<b>16:00 do 20:00</b>
<b>wtorek</b>	<b>16:00 do 20:00</b>
<b>środa</b>	<b>14:30 do 18:30</b>
<b>czwartek</b>	<b>16:00 do 20:00</b>
<b>piątek</b>	<b>14:00 do 19:00</b>

**OBOWIAZUJE OD 24.09.2024 r.**

### HARMONOGRAM ZAJĘĆ – WRZESIEŃ 2024 r.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	UWAGI
Poniedziałek	17:00-18:00	<b>Smartfon bez tajemnic</b> - warsztaty z obsługi smartfona	lokal CAS SALWATOR zapisy: 797 377 808 <b>W dniu 16.09.2024 r. zajęcia odwołane</b>
	16:00 – 18:00	<b>Jesienne grafiki z natury</b> – dwudniowe warsztaty artystyczne	lokal CAS SALWATOR zapisy: 797 377 808 <b>Zajęcia w dniu 16.09.2024</b>
Wtorek	9:45-10:45	<b>Gimnastyka w wodzie</b>	Obowiązkowe zapisy: <b>Miejsce:</b> <b>Ul. Ludwinowska 11, poziom -1</b> Zajęcia w dniu 10.09.2024, 24.09.2024

	16:15-18:00	<b>Trening Umysłu -</b> umysł w dobrej formie	lokal CAS SALWATOR zapisy: 797 377 808 <b>W dniu 17.09.2024 r. zajęcia odwołane</b>
	16:00 – 18:00	<b>Jesienne grafiki z natury –</b> dwudniowe warsztaty artystyczne	lokal CAS SALWATOR zapisy: 797 377 808 <b>Zajęcia w dniu 17.09.2024</b>
	18:00 – 20:00	<b>Scrablomania -</b> warsztaty nauki i doskonalenia gry	lokal CAS SALWATOR zapisy: 797 377 808 <b>W dniu 17.09.2024 r. zajęcia odwołane</b>
Środa	13:00-14:30	<b>Chodźże potańczyć!</b> Taniec towarzyski dla seniorów grupa początkująca +	Krasińskiego 10 /Sala taneczna zapisy: 797 377 808
	14:30-15:30	<b>Kawiarenka</b>	lokal CAS SALWATOR
	16:00 – 17:00	<b>Planszomania –</b> gry planszowe dla seniorów	lokal CAS SALWATOR zapisy: 797 377 808
	15:30 - 17:00	<b>Tańcz w dobrym stylu</b> Taniec solo i w parach - grupa początkująca	Krasińskiego 10 /Sala taneczna zapisy: 797 377 808
	17:00 – 18:30	<b>Kawiarenka</b>	lokal CAS SALWATOR zapisy: 797 377 808
Czwartek	16:00 - 18:00	<b>Kinowe popołudnie -</b> zajęcia dla kinomanów	lokal CAS SALWATOR zapisy: 797 377 808
	18:00 – 20:00	<b>String art. –</b> warsztaty artystyczne	zapisy: 797 377 808
Piątek	14:15 – 15:15	<b>Rozwiń z Nami swój język!</b> - zajęcia z j. angielskiego dla seniorów	lokal CAS SALWATOR zapisy: 797 377 808
	16:00 – 17:00	<b>Sekrety fotografii cyfrowej –</b> kompleksowe warsztaty dla seniorów	lokal CAS SALWATOR
	17:00-19:00	<b>Warsztaty malarskie –</b> kurs artystyczny	lokal CAS SALWATOR zapisy: 797 377 808

## Zajęcia dodatkowe w wrzesień 2024 r.:

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
Do 30.09.2024	-	Piszmy więc... III edycja konkurs literacki dla osób 60+	Szczegóły w CAS Salwator Zgłoszenia wyłącznie w formie elektronicznej na adres: piszmywiec@gmail.com
Do 30.09.2024	-	Sercem i Pędzlem – konkurs malarski dla seniorów 2024	Szczegóły w CAS Salwator Zgłoszenia w formie elektronicznej na adres: sercem.i.pedzlem@gmail.com
03.09.2024	11:00-13:00	Koncert pn. „Ze świata wszystkich stron” – 10-lecie Rady Krakowskich Seniorów Centrum Macierz Polonii w Woli Więclawskiej	Zapisy w siedzibie Rady Krakowskich Seniorów przy Al. Daszyńskiego 19 od pon. do piątku w godzinach od 9.00 do 14.00,
04.09.2024	11:00-13:00	Zwiedzanie Muzeum Banksy	Obowiązkowe zapisy: 797 377 808 Ilość miejsc ograniczona
06.09.2024	9:00 – 21:00	XI Międzynarodowe Senioralia w Krakowie	Park Jordana w Krakowie
06.09.2024 08.09.2024	wyjazd 15:30	Wjazd do Gólkowic	Obowiązkowe zapisy: 797 377 808 Ilość miejsc ograniczona
07.09.2024	10:00-11:00	Święto ulicy Księcia Józefa	Thesaurus Cracoviensis, ul. Księcia Józefa 337 Zwiedzanie Muzeum: 10-11/11:30-12:30/13-14
15.09.2024	Od 10:00	Wesołe Święto Plonów	Dzielnica Wesoła w Krakowie
27.09.2024	18:00 – 20:00	Spotkanie integracyjne na powitanie jesieni	Obowiązkowe zapisy: 797 377 808 Ilość miejsc ograniczona
02.09.2024 09.09.2024 16.09.2024 23.09.2024 30.09.2024	18:00 – 20:00	Spotkanie wolontariuszy	Lokal CAS SALWATOR

*Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.*