

Centrum Aktywności Seniorów SWOSZOWICE CORNER

adres: ul. Myślenicka 133, 30-698 Kraków

kontakt: tel. 666 899 596

e-mail: cas.swoszowice.corner@gmail.com

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

Poniedziałek	9.00-13.00
Wtorek	9.00-13.00
Środa	11.00-15.00
Czwartek	9.00-13.00
Piątek	9.00-13.00

W godzinach otwarcia CAS-u zapraszamy do kawiarenki.

OBOWIAZUJE OD 24 marca 2025 r.

Harmonogram zajęć stałych – MARZEC 2025 r.

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	10.00-10.45	zajęcia relaksacyjne (I)	3 i 17.03
	10.45-11.30	zajęcia relaksacyjne (II)	3 i 17.03
	13.30-14.30	język francuski	
wtorek	11.00-12.00 12.00-13.00	kultura – edukacja – społeczeństwo	tylko 18.03
środa	11.00-12.00	język angielski (I)	
	12.00-13.00	język angielski (II)	

środa	12.30-13.15	zajęcia ruchowe (gimnastyka I)	
	13.15-14.00	zajęcia ruchowe (gimnastyka II)	
czwartek	11.00-12.00 12.00-13.00	zdrowy tryb życia	tylko 13.03
	18.00-19.00	nowe technologie – obsługa urzędzeń	
piątek	9.20-10.20	trening poznawczy	
	10.30-11.30 11.30-12.30	warsztaty kreatywne	28.03 dwie godziny zajęć
	16.30-17.15	zajęcia ruchowe (taneczne I)	
	17.15-18.00	zajęcia ruchowe (taneczne II)	
	18.00-19.00	klub gracza	14 i 28.03

Zajęcia dodatkowe w marcu 2025 r.

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
6 marca (czwartek)	15.00	Dzień Kobiet: słodkie spotkanie	lokalna restauracja Szyb, zbiórka na miejscu
11 marca (wtorek)	12.00	wizyta w Muzeum Farmacji	zbiórka za miejscu o godz. 11.50; ul. Floriańska 25
26 marca (środa)	od 10.00	17. Forum Seniora Małopolski	Audytorium Maximum, ul. Krupnicza 33
28 marca (piątek)	10.00-11.30	X Akademia Osób Starszych: „Zakres i rodzaj świadczeń zdrowotnych realizowanych przez Miejskie Centrum Opieki...”	miejsce: sala obrad Rady Miasta Krakowa, pl. Wszystkich Świętych 3-4; udział we własnym zakresie

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy