



Centrum Aktywności Seniorów – CAS SALWATOR

ul. Morawskiego 5/416 Budynek BIPROCEMWAP

Kontakt: tel. 797 377 808

e-mail: biuro@faes.org.pl

CAS czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	15:00 do 19:00
wtorek	16:00 do 20:00
środa	8:00 do 12:00
czwartek	14:30 do 18:30
piątek	14:00 do 18:00

OBOWIĄZUJE OD 21.05.2025 r.

HARMONOGRAM ZAJĘĆ – MAJ 2025 r.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	UWAGI
Poniedziałek	16:00-18:00	Kinowe popołudnie - zajęcia dla kinomanów	lokal CAS SALWATOR zapisy: 797 377 808 W dniu 19.05.2025 r. zajęcia odwołane

Wtorek	10:40-11:40	Tai Chi dla początkujących	Obowiązkowe zapisy Miejsce: Ul. Konfederacja 4/5, Kraków Ograniczona liczba miejsc
	16:30-18:00	CANVA od A do Z – warsztaty komputerowe z obsługi programu graficznego od podstaw	lokal CAS SALWATOR zapisy: 797 377 808
Środa	8:00-10:00	Kawiarenka	lokal CAS SALWATOR zapisy: 797 377 808
	10:00 – 12:00	Makramowy krąg – kurs plecienia makramy	lokal CAS SALWATOR zapisy: 797 377 808
	11:45-12:30	Gimnastyka w wodzie	Obowiązkowe zapisy: Miejsce: Ul. Ludwinowska 11, poziom -1 Zajęcia w dniu 07.05.2025, 21.05.2025
Czwartek	13:00 -14:00	Warsztaty taneczne dla seniorów	Krasińskiego 10/Sala taneczna zapisy: 797 377 808
	14:30 – 16:00	Kawiarenka senioralna	lokal CAS SALWATOR zapisy: 797 377 808
	16:00 - 17:30	Smartfon bez tajemnic - warsztaty z obsługi smartfona	lokal CAS SALWATOR zapisy: 797 377 808
Piątek	12:00 – 13:00	Pilates dla początkujących Świadoma praca z ciałem	Krasińskiego 10/Sala taneczna zapisy: 797 377 808 02.05.2025 – zajęcia odwołane
	14:15 – 15:15	Rozwiń z Nami swój język!- zajęcia z j. angielskiego dla seniorów	lokal CAS SALWATOR zapisy: 797 377 808 02.05.2025 – zajęcia odwołane
	16:00 – 17:00	Sekrety fotografii cyfrowej kompleksowe warsztaty dla seniorów	lokal CAS SALWATOR zapisy: 797 377 808 02.05.2025 – zajęcia odwołane
	16:00-18:00	Rozwiń z Nami swój język!- zajęcia z j. angielskiego dla seniorów	Szkoła Podstawowa nr 48 Ul. Ks. Józefa 337 Zajęcia w dniu 09.05.2025
	16:30-17:15	Zdrowy kręgosłup – zajęcia ruchowe dla wymagających	Szkoła Podstawowa nr 48 Ul. Ks. Józefa 337 Zajęcia w dniu : 16.05.2025 i 30.05.2025

	17:15 – 18:00	Pilates na Bielanach – świadoma praca z ciałem	Szkoła Podstawowa nr 48 Ul. Ks. Józefa 337 Zajęcia w dniu: 16.05.2025 i 30.05.2025
	16:00-18:00	Oko na sztuke – warsztaty artystyczne	Szkoła Podstawowa nr 48 Ul. Ks. Józefa 337 Zajęcia w dniu 23.05.2025

Zajęcia dodatkowe w maju 2025 r.:

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
09.05.2025	17:00 -18:00	„Zwierzynieckie pejzaże”- wernisaż prac	Klub Kultury „Przegorzały” ul. Kamedulska 70, Kraków (wejście od strony ul. Szyszko - Bohusza)
13.05.2025	17:30 – 19:00	Muzyka między wierszami	Narodowy Instytut Fryderyka Chopina - Filia Kraków ul.Kanonicza 5, Kraków Zapisy w CAS Salwator Ilość miejsc ograniczono
19.05.2025	16:00 -19:00	Twórcze sploty	Lokal CAS Salwator – wydarzenie międzypokoleniowe z udziałem członków InterSenior ze Szkoły w chmurze
Do 23.05.2025		Karteczki od pokoleń	Przygotowywanie kartek przez seniorów dla dzieci z okazji Dnia Dziecka
25.05.2025	Od 11:00	XIII Święto Rodziny Krakowskiej	Tereny zielone przy TAURON Arena Kraków
26.05.2025	10:00-11:00	Wykład: Kardiochirurgia XXI wieku. Nauka, Technika czy sztuka?	UMK Kraków Pl. Wszystkich Świętych 3-4 31-004 Kraków

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.