



## **Programy Aktywności Lokalnej zapraszają na spotkania**

2017-05-05

**Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej zaprasza serdecznie rodziny na spotkania organizowane w ramach Programów Aktywności Lokalnych. Poniżej harmonogram wydarzeń w maju 2017 r. wraz z danymi kontaktowymi do PAL-i.**

### **Program Aktywności Lokalnej „Jeziorko”**

**ul. Jeziorko 42 E, Kraków, tel. 780 564 731, 668 259 130**

- wtorki, godz. 16.00-18.00 zajęcia z rękodzieła artystycznego
- 10, 24 maja (środy) godz. 13.00-15.00 poradnictwo psychologiczne indywidualne
- 27 maja (sobota) piknik w ramach Budżetu Obywatelskiego w Parku Żeromskiego w Nowej Hucie
- zajęcia w siłowni: w zależności od zainteresowania
- zajęcia w ogrodzie: terminy do ustalenia, w zależności od warunków pogodowych
- warsztaty tworzenia ekologicznych kosmetyków (terminy do ustalenia)
- wyjście do kina (termin do ustalenia)
- doradztwo zawodowe: terminy do ustalenia

Zapisy na zajęcia: mail: [pal1@mops.krakow.pl](mailto:pal1@mops.krakow.pl), tel. 780-567-294 lub 668-259-130

### **Program Aktywności Lokalnej „Ugorek”**

**ul. Ugorek 1, Kraków, tel. 780 511 836, 660 637 859**

- wtorki, godz. 16.30-17.20 zajęcia z języka angielskiego (grupa początkująca)
- wtorki, godz. 17.30-18.30 zajęcia z języka angielskiego (poziom średniozaawansowany)
- czwartki, godz. 15.30-18.30 warsztaty rękodzieła (decupage, haft, szydełko itp.)
- piątki, godz. 10.00-10.45 zajęcia z języka angielskiego (poziom podstawowy)
- 24 maja (środa), godz. 18.00-20.30 otwarte spotkania przy książce dla osób, które lubią czytać i rozmawiać o książkach
- warsztaty aranżacji wnętrz (termin do ustalenia, obowiązują zapisy)
- wyjście do instytucji kultury – szczegółowe informacje dostępne w siedzibie PAL

### **Program Aktywności Lokalnej „Stworzyć miejsce dla siebie”**

**ul. Dąbrówki 7/3-4 Kraków, tel. 780 511 839, 780 511 837**

- środy, godz. 10.30-11.30 warsztaty komputerowe dla osób 60+
- środy, godz. 12.00-13.00 język angielski dla początkujących
- czwartki, godz. 15.00-16.00 warsztaty komputerowe dla początkujących



**Magiczny  
Kraków**

### **Program Aktywności Lokalnej „Na Olszy”**

**ul. ul. Brogi 26, Kraków, tel. 780 511 835, 660 637 857**

- poniedziałki, godz.12.00-13.00 zajęcia „Zdrowy kręgosłup” (w ramach projektu „Dla juniora i seniora”)
- poniedziałki (od 8 maja), godz. 19.15-20.15 zajęcia fitness dla kobiet
- wtorki, godz. 16.45-18.00 zajęcia grupowe z języka angielskiego (grupa II zaawansowana)
- środy, godz. 12.00-14.00 zajęcia edukacyjno - rozwojowe dla dzieci, gry logiczne
- środy, godz.18.00-19.00 zajęcia grupowe z języka angielskiego grupa I
- czwartki (od 11 maja) godz. 17.45-18.45 zajęcia grupowe z języka hiszpańskiego
- czwartki (od 11 maja) , godz.19.00-20.00 kurs tańca towarzyskiego (w ramach projektu „Dla juniora i seniora”)
- 10 maja (środa), godz.16.30-17.30 warsztaty edukacyjno - rozwojowe dla dzieci - czytanie bajek we współpracy z Filią 10 Biblioteki Kraków
- 11 maja, 18 maja (czwartki), godz. 16.00-17.00 warsztaty edukacyjno - rozwojowe dla dzieci we współpracy z Fundacją Nowe Centrum
- 15 maja (poniedziałek), godz. 17.00-18.30 warsztaty na temat zdrowego żywienia
- 15 maja (poniedziałek), godz.19.00-21.00 wyjście grupowe dla młodzieży
- 16,30 maja (wtorki), godz.16.00-18.00 poradnictwo psychologiczne
- 17, 24 maja (środy), godz. 16.00-18.00 warsztaty edukacyjno-rozwojowe dla młodzieży
- 23 maja (wtorek), godz. 18.15-20.30 warsztaty profilaktyki uzależnień

### **Program Aktywności Lokalnej „Sami dla siebie”**

**ul. ks. Siemaszki 31, Kraków, tel. 697 129 887**

- wtorki, godz. 16.30-17.30 rodzinne warsztaty plastyczne dla dzieci w wieku 3-6 lat i ich rodziców
- środy, godz. 16:30 - 18:00 „Warsztaty cyrkowe” warsztaty dla dzieci i młodzieży
- 26 maja (piątek), godz. 16.00-18.00 warsztaty dla mam z dziećmi w ramach świętowania „Dnia matki”
- 27 maja (sobota), godz. 11.00-14.00 „Dzień sąsiada” w ogrodzie osiedlowym przy ul. Siemaszki - piknik z okazji Europejskiego Dnia Sąsiada z animacjami dla najmłodszych i słodkim poczęstunkiem

### **Program Aktywności Lokalnej „Na Skarpie”**

**os. Na Skarpie 35, Kraków, tel. 780 567 294, 668 259 130, 780 564 731**

- poniedziałki, czwartki, godz. 10.00-14.00 tenis stołowy ( możliwość ustalenia innego terminu z animatorem)
- wtorki i czwartki ( od 9 maja), godz.19.00-20.30 zajęcia fitness dla dorosłych
- wtorki (od 9 maja), godz. 19.00-20.30 zajęcia ogólnorozwojowe dla dzieci
- środy, godz. 18:00-20.00 zajęcia z j. angielskiego
- 10 maja (środa) godz. 16.30-18.30 warsztaty plastyczne
- 10,24 maja (środy), godz. 8.00-13.00 poradnictwo psychologiczne indywidualne



**Magiczny  
Kraków**

- 27 maja (sobota) piknik w ramach Budżetu Obywatelskiego w Parku Żeromskiego w Nowej Hucie
- doradztwo zawodowe: terminy do ustalenia

### **Program Aktywności Lokalnej „Azory”**

**ul. Jaremy 1, Kraków, tel. 660 637 858**

- poniedziałki, 10.00-11.00 korepetycje z j. angielskiego
- poniedziałki, godz. 10.00-12.30 warsztaty dla kobiet „Chwila dla Siebie”
- środy, godz. 10.00-12.00 warsztaty kulinarne
- środy, 14.00-15.00 gimnastyka ogólno-usprawniająca dla pań
- środy, godz. 16.00-18.30 warsztaty z rękodzieła artystycznego
- środy, godz. 16.00-18.00 Kącik zabaw dla dzieci
- czwartki, godz. 9.30-10.30 warsztaty komputerowe
- 19 maja (piątek), godz. 10.00 warsztaty pt. „Zabawa poprzez sztukę” czyli kreatywne i twórcze zabawy dla najmłodszych