



## **Harmonogram wydarzeń Miejsca Aktywności Mieszkańców Na Kozłowie 25 od 2 do 8 grudnia 2024 r.**

2024-12-02

**Harmonogram wydarzeń Miejsca Aktywności Mieszkańców Na Kozłowie 25 od 2 do 8 grudnia 2024 r. MAM czynny od poniedziałku do piątku w godz.: 16:00-20:00.**

### PONIEDZIAŁEK 2 grudnia do MAM-u zaprasza Aneta i Iwona

17:00-20:00 Grupa wsparcia + medytacja druidyczna + krąg mężczyzn i kobiet  
18:45-20:15 Samoobrona dla dorosłych  
19:00-20:00 Salsa kubańska

### WTOREK 3 grudnia do MAM-u zaprasza Iwona

16:00-18:00 Cykl edukacyjno-warsztatowy o aromaterapii (co 2 tyg.), spotkanie warsztatowe:  
Zrób to sam/-a - aromatyczna sól do kąpieli jako prezent świąteczny ☐☐  
17:00-18:00 Angielski z wolontariuszami AMS, poziom początkujący  
17:30-19:00 Nordic Walking  
18:00-20:00 Klub szachowy  
19:00-20:00 Łagodne rozciąganie  
20:00-22:00 Tęczowa samoobrona

### ŚRODA 4 grudnia do MAMu zaprasza Aneta i Olga

11:00-13:00 NOWOŚĆ! Edukacja przeciw otyłości - warsztaty dla seniorów i dzieci z opiekunem. Temat: zdrowy talerz i techniki relaksacyjne.  
16:00-18:00 Świetlica logopedyczna:

- godz. 16:00 (dzieci w wieku 3-6 lat);
- godz. 17:00 (dzieci w wieku 7 lat i starsze).

17:30-19:00 Literackie rozmówki przy (w) kaffce - wznowienie cyklu spotkań  
18:00-20:00 Z cyklu edukacja obywatelska dla świeżaków: Inicjatywa lokalna - nie taki diabeł straszny! Spotkanie z praktyczkami inicjatyw  
18:00-20:00 Spotkanie klubu Neuroróżnorodnych  
18:00-19:30 English Corner  
18:45-20:15 Samoobrona dla dorosłych  
19:15-20:15 Fitness dla kobiet

### CZWARTEK 5 grudnia do MAM-u zaprasza Iwona i Aneta



**Magiczny  
Kraków**

16:00-18:00 Grupa empatii w oparciu o NVC (Porozumienie bez przemocy, co 2 tyg.)  
17:00-19:00 Cymbergaj + kółko karciane  
18:00-20:00 Joga  
19:00-20:00 Niemiecki – konwersacje zaawansowane  
20:00-22:00 Tęczowa samoobrona

PIĄTEK 6 grudnia do MAM-u zaprasza Olga

18:30-20:00 Pogotowie matematyczne – szkoła podstawowa (klasy 1-8) masz z czymś problem? Zgłoś się mailem: [apekraow@riseup.net](mailto:apekraow@riseup.net), najpóźniej do czwartku do 24:00 i koniecznie sprawdź, czy masz potwierdzenie udziału na dany piątek.  
18:45-20:15 Samoobrona dla dorosłych  
19:00-20:00 Pilates

SOBOTA 7 grudnia

10:30-13:30 Spotkanie grupy Empatia między rodzicami  
12:00-18:00 Planszówki  
13:00-20:00 Turniej szachowy – inicjatywa lokalna Mieszkańców Kozłówka :)  
18:30-20:00 Pogotowie matematyczne – klasy 7 i 8 oraz szkoła średnia - masz z czymś problem? Zgłoś się mailem: [apekraow@riseup.net](mailto:apekraow@riseup.net), najpóźniej do piątku do 24:00 i koniecznie sprawdź czy masz potwierdzenie udziału na daną sobotę.

NIEDZIELA 8 grudnia

17:00-19:00 Krakowski Chór Rewolucyjny PRÓBA  
18:00-20:00 Joga – druga grupa  
19:00-20:00 Niemiecki ponadpodstawowy (ale nie za bardzo)

<https://mam.bis-krakow.pl/miejsce-aktywnosci-mieszkanow-w-krakowie/FB/MAMKrakowNaKozlowce>

WSZYSTKIE ZAJĘCIA W MAM-ie SĄ BEZPŁATNE - PROWADZONE WOLONTARYJNIE PRZEZ SĄSIADÓW/KI DLA SĄSIADÓW/EK

Mail: [mamkozlówek@bis-krakow.pl](mailto:mamkozlówek@bis-krakow.pl)

Tel: (pon-pt 16-20) 791 140 260

Masz jakieś pytania? Napisz lub zadzwoń!

(Ale po tym jak wszystko dokładnie przeczytasz)

Jesteś osobą o specjalnych potrzebach?

Daj znać, jak możemy Ci ułatwić uczestniczenie

w zajęciach i spotkaniach: [mamkozlówek@bis-krakow.pl](mailto:mamkozlówek@bis-krakow.pl)



**Magiczny  
Kraków**

Miejsce Aktywności Mieszkańców Na Kozłówce 25  
Zadanie publiczne finansowane ze środków Miasta Krakowa  
Operatorem MAM jest Fundacja Biuro Inicjatyw Społecznych