



## **04.04.2022-10.04.2022 - Harmonogram wydarzeń Miejsca Aktywności Mieszkańców Na Kozłowie 25**

2022-04-05

### **Dyżury animatorek 16-20**

**UWAGA!! W tym tygodniu przyjmowanie/wydawanie darów PON-PT**

**w godzinach 13-20**

#### **PONIEDZIAŁEK (04.04.2022)**

- 11:30-13:00 – Spotkanie dla rodziców maluchów – z maluchami!
- 18:45-20:00 – Samoobrona dla dorosłych
- 19:00-20:00 – Salsa kubańska – weź wygodne buty na zmianę!

#### **WTOREK (05.04.2022)**

- 17:00-18:00 – Cymbergaj
- 17:15-18:45 – Trening Nordic Walking
- 20:00-21:00 – Kurs linorytu

#### **ŚRODA (06.04.2022)**

- 17:30-19:00- Świadome ciało – ruch, relaks, intuicja ZAJĘCIA SPECJALNE DLA ZESTRESOWANYCH – nowość!!!
- 18:45-20:00 – Samoobrona dla dorosłych
- 19:00-20:30 – Klub szachowy

#### **CZWARTEK (07.04.2022)**

- 16:30-18:00 – Wspólne granie w planszówki
- 18:45-20:00 – Samoobrona dla dorosłych
- 19:30-20:30 – Łagodne rozciąganie z elementami jogi i pilatesu – weź własną matę

#### **NIEDZIELA (10.04.2022) WYDARZENIE SPECJALNE**

- 15:00-18:00 – Zróbmy sobie święta! – edycja Wielkanoc – wspólne warsztaty rękodzieła wszelakiego w integracyjnej atmosferze – kartki, pisanki, szablony na ubraniach, kurczaki z pomponów i finał akcji „Koszyczki dla dzieci z Ukrainy”

**WSZYSTKIE ZAJĘCIA W MAM SĄ BEZPŁATNE I NIE WYMAGAJĄ ZAPISÓW**

**Masz jakieś pytania? Napisz lub zadzwoń!**



[mamkozlowek@bis-krakow.pl](mailto:mamkozlowek@bis-krakow.pl) *Olga: 505 343 132, Ula: 691 145 098*

**Розклад місць діяльності мешканців**

**На Козлувці 25**

**4-10 квітня 2022 року**

**Години чергування аніматорів 16-20**

**УВАГА!! На цьому тижні прийом / дарування подарунків**

**PON-PT з 13:00 до 20:00**

ПОНЕДІЛОК (04.04.2022)

- 11:30-13:00 - Зустріч для батьків малюків - з малюками!
- 18:45-20:00 - Самооборона для дорослих
- 19:00-20:00 - кубинська сальса - візьміть зручне взуття на зміну!

Вівторок (05.04.2022)

- 17:00-18:00 - Аерохокей
- 17: 15-18: 45 - Навчання скандинавській ходьбі
- 20: 00-21: 00 - Курс ліногравюри

СЕРЕДА (06.04.2022)

- 17: 30-19: 00- Свідоме тіло - рух, розслаблення, інтуїція СПЕЦІАЛЬНІ ЗАНЯТТЯ ДЛЯ СТРЕСУ
- 18:45-20:00 - Самооборона для дорослих
- 19:00-20:30 - Шаховий клуб

ЧЕТВЕР (07.04.2022)

- 16: 00-17: 30 - Урок польської мови для нових сусідів з України



**Magiczny  
Kraków**

ПЯТНИЦЯ (05.04.2022)

- 16:30-18:00 - Спільна гра в настільні ігри
- 18:45-20:00 - Самооборона для дорослих
- 19:30-20:30 - М'яка розтяжка з елементами йоги та пілатесу - візьміть свій килимок

### **НЕДІЛЬНА (04.10.2022) СПЕЦІАЛЬНА ПОДІЯ**

• **15:00-18:00** - Зробимо собі Різдво! - Великодне видання - спільні майстер-класи з усіх видів ремесел в інклюзивній атмосфері - листівки, писанки, шаблони на одязі, курчата з помпонів та фінал акції «Кошик для дітей з України»

**ВСІ ЗАНЯТТЯ В МАМІ БЕЗКОШТОВНІ ТА РЕЄСТРАЦІЯ НЕ ПОТРІБНА**

**У вас є які-небудь питання? Пишіть або телефонуйте!**

**matkozlówek@bis-krakow.pl Ольга: 505 343 132, Ула: 691 145 098**