



## **25-29 lipca 2022 - Harmonogram wydarzeń Miejsca Aktywności Mieszkańców Na Kozłowiec 25**

2022-07-25

**Spotkajmy się w Miejscu Aktywności Mieszkańców Na Kozłowiec 25 w dniach 25-29 lipca 2022 r.**

Poniżej przedstawiamy harmonogram wydarzeń oraz zapraszamy na dyżury animatorek po, wt, śr, pt 16-20, czw 16-19.

### **PONIEDZIAŁEK (25.07.2022)**

- 14:00-16:00 - Spotkanie dla rodziców maluchów (z maluchami) – **spotkanie odbywa się spontanicznie, w przestrzeni MAM lub na zewnątrz, osoby chcące dołączyć do grupy rodziców prosimy o wcześniejszy kontakt**
- 17:45-18:45 - Malowanie oddechem – zajęcia dla osób >16 lat (prowadzone w języku polskim i/lub ukraińskim przez Valentynę Shevchuk)
- 18:45-20:00 - Samoobrona dla dorosłych
- 19:00-20:00 - Salsa Kubańska - weź wygodne buty na zmianę

### **WTOREK (26.07.2022)**

- 16:00-17:00 - Język angielski prowadzony przez wolontariuszy z firmy AMS, poziom A1/początkujący
- 17:15-18:45 - Trening Nordic Walking/uwaga- w przypadku brzydkiej pogody trening może zostać odwołany

### **ŚRODA (27.07.2022)**

- 18:00-19:00 - English corner – zapraszamy na zajęcia konwersacyjne (poziom B1+)
- 18:45-20:00 - Samoobrona dla dorosłych
- 19:00-20:30 - Klub szachowy

### **CZWARTEK (28.07.2022)**

- 16:00-17:30 - Bachata! – kurs tańca prowadzony w jęz. ukraińskim, na który zapraszamy WSZYSTKICH, bo w tańcu nie ma to znaczenia
- 16:30-18:30 - Kółko plastyczne dla dzieci ukraińskich
- 17:30-19:30 - Aktywna relaksacja - zajęcia

### **PIĄTEK (29.07.2022)**

- 18:00 - Wspólne granie w planszówki
- 18:45-20:00 - Samoobrona dla dorosłych
- 19:30-20:30 - Łagodne rozciąganie na bazie jogi i pilatesu dla osób o różnej sprawności



**Magiczny  
Kraków**

- zachęcamy do zabrania własnej maty

**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**

**znajdź nas na FB: <https://www.facebook.com/MAMKrakowNaKozlowce>**

**wolisz formę kalendarza?**

**Znajdziesz ją**

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

W holu głównym budynku MAM mieści się lodówka w ramach akcji Foodsharing Kraków - zapraszamy do zostawiania produktów, których nie wykorzystacie i do częstowania się, jeśli potrzebujecie!

Zaś w Ulubionym Pokoju Henia mamy **książkodzielnię!**

Potrzebujecie nowej lektury na kocyk? Bierzcie co chcecie! Możecie też przynieść książki, których już nie czytacie i nie chcecie trzymać na półkach!

Zapraszamy!