

### Centrum Aktywności Seniorów Prądnik Biały

adres - Kraków, ul. Pachońskiego 8

kontakt – tel. 578 775 119

#### CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	9.00-13.00
wtorek	9.00-13.00
środa	9.00-13.00
czwartek	9.00-13.00
piątek	9.00-13.00

#### Obowiązuje od 8 kwietnia 2019 r.

#### Harmonogram zajęć stałych kwiecień 2019

Dzień tygodnia	Godzina od - do	Rodzaj zajęć	Uwagi
poniedziałek	10.00-11.00	Język angielski	gr.I
	11.15 -12.15	Język angielski	gr.II
	16.15-17.15	Zajęcia komputerowe	8 .04. odwołane
	17.15-18.15	Zajęcia komputerowe	8.04. odwołane
wtorek	10.00-12.00	Gry stolikowe	Gry planszowe, szachy,
	10.00-11.00	Nordic Walking	Startujemy w parku przy Dworku Białopadnickim
środa	10.00-12.00	Gry stolikowe	Gry planszowe
	16.00-19.00	Zajęcia brydżowe	ul.Pachońskiego 8 siedziba CAS
czwartek	10.00-12.00	Zajęcia plastyczne	W programie: rysunek,malarstwo, grafika,collage, batik.
piątek	15.45-16.45	Gimnastyka	gr.I
	17.00-18.00		gr.II
	14.00-18.00	Zajęcia komputerowe -konsultacje	Ul. Pachońskiego 8

Zajęcia dodatkowe :

Data	Godzina od - do	Rodzaj zajęć	Uwagi
2,9.16, 30 kwiecień	I gr. godz.9.00 II gr. godz.11.45 III gr. godz.14.30	Kurs obsługi tabletów	ul. Pachońskiego 8
3 kwiecień	10.00 -11.00	Wykład Mleczko pszczele w leczeniu i profilaktyce chorób wieku starczego - ELIKSIR MŁODOŚCI"	ul. Pachońskiego 8
10 kwiecień	10.---11.00	Pylek pszczeli i pierzga źródłem zdrowia- NATURALNA ODŻYWKA"	
10 kwiecień	17.00-19.00	Spotkanie świąteczne Z Jajkiem, zajączkiem i mazurkiem.	ul. Pachońskiego 8

**Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.**