



## Centrum Aktywności Seniorów „BRONOWICE”

adres – ul. Na Błonie 15b w Krakowie

kontakt – tel. 605 261 515

e-mail: [cas1bronowice@gmail.com](mailto:cas1bronowice@gmail.com)

### Kawiarenka czynna

<b>poniedziałek</b>	<b>9.00 -13.00</b>
<b>wtorek</b>	<b>10.00 -14.00</b>
<b>środa</b>	<b>9.00 -13.00</b>
<b>czwartek</b>	<b>9.00 -13.00</b>
<b>piątek</b>	<b>11.00 -15.00</b>

**Obowiązuje od 7 LISTOPADA 2023**

### Harmonogram zajęć stałych LISTOPAD

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
<b>poniedziałek</b>	11.45 – 12.30	Aqua aerobik	6,13,20,27.XI Basen ul. Ludwinowska 11
	16.30 – 18.00	Taniec w kręgu	6,13,20,27.XI Zajęcia w budynku Szkoły ul. Na Błonie 15 b

<b>środa</b>	11.00 -11.45	Pilates	8,15,22,29.XI Sala gimnastyczna Ul. Ludwinowska 11
	9.45 – 11.45	Kurs języka niemieckiego Poziom podstawowy	8,15,22,29.XI Zajęcia w siedzibie CAS
	11.00 -12.30	Nordic walking	8,15,22,29.XI Zbiórka przed siedzibą CAS
	15.00 -16.30	Trening umysłu	15.29 XI Zajęcia w siedzibie CAS
	11.30 -13.30	Tkanina artystyczna	8.15.XI Zajęcia w siedzibie CAS
<b>czwartek</b>	9.00 -10.00 10.00 – 11.00 11.00 – 12.00	Kurs języka angielskiego <b>Grupa III</b> Grupa II <b>Grupa I</b>	9,,16,23,30.XI
	17.00 -17.45	Gimnastyka	9,16,23,30.XI
	12.30 -14.30	malarstwo	16,23,30,.XI

<b>piątek</b>	9.00 – 11.00	Kurs obsługi komputera i smartfonu	3,17,24.XI 10.XI zajęcia odwołane Zajęcia w siedzibie CAS
	13.15 – 15.15	Rękodzieło z elementami florystyki	3,10,17,24.XI Zajęcia w siedzibie CAS

### Zajęcia dodatkowe – LISTOPAD 2023

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek 6,13,20,27.11	10.00 – 11.00	Rozmawiamy po niemiecku	Prowadzi wolontariusz. Zajęcia w siedzibie CAS + hybrydowo
Poniedziałek 6,13,20,27.11	11.00 -13.00	Brydż i inne gry stolikowe	Prowadzi wolontariusz Zajęcia w siedzibie CAS
Wtorek 7,14,21,28.11	10.00 -14.00	Brydż	Prowadzi wolontariusz Zajęcia w siedzibie CAS
Wtorek 7.11	11.00	Zwiedzanie z przewodnikiem Cmentarza Podgórskiego	Zbiórka na przystanku tramwajowym Podgórze SKA
Wtorek 14.!!	11.00	Zwiedzanie z przewodnikiem Cmentarza Rakowickiego	

Środa 15.11	15.00 – 17.00	Festiwal Przetworów	Spotkanie w Klubie Studenckim Zaczek ul.3 maja 5 Zapisy u koordynatora CAS Bronowice
Środa 29.11	12.30 -13.30	Spotkanie z zielarzem „Co warto wiedzieć o ziołach”	
Czwartek 9.11		Spektakl w Teatrze im. Słowackiego Mała Scena „Szymborska. Kropki, przecinki, papierosy.”	
Czwartek 9.11	12.30	Zwiedzanie z przewodnikiem Wawelu ( wystawa Obraz Złotego Wieku)	<b>Wyjście tylko dla wolontariuszy CAS Bronowice</b> Zbiórka godz.12.15 pod pomnikiem Kościuszki
Czwartek 30.11	11.00 -13.00	Spotkanie integracyjne z okazji Andrzejek	<b>Centrum Obywatelskie Ul. Reymonta 20 Zapisy u koordynatora</b>
Piątek 10.11	10.45	Prelekcja o tematyce ekologicznej : My a otaczający nas świat	<b>Prowadzi pracownik Urzędu Miasta. Spotkanie w siedzibie CAS</b>

**Na wszystkie zajęcia obowiązują telefoniczne zapisy u koordynatora.**