



## Centrum Aktywności Seniorów WENA

adres - ul. Gromadzka 53a;

30-719 Kraków

Koordynatorka – Grażyna Śliwa

kontakt: tel. 507 740 080 e-mail: primaveragromada@gmail.com

### CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach

poniedziałek	10.00 – 14.00
wtorek	10.00 – 14.00
środa	10.00 – 14.00
czwartek	10.00 – 14.00
piątek	10.00 – 14.00

### OBOWIĄZUJE OD 14 MAJA 2024

### Harmonogram zajęć stałych – maj 2024

Dzień	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
<b>Poniedziałek</b> 13, 20	10.00 – 11.30	Język włoski	
6, 13, 20, 27	10.00 – 12.00	Kawiarenka	
6, 13, 20, 27	12.00 – 13.45	Język angielski	
<b>Wtorek</b> 7	10.00 - 11.30	Historia sztuki	
21, 28	10.00 – 13.00	Historia sztuki	
7	11.30 – 13.40	Zdrowie gotowanie	
7, 14, 21, 28	10.00 - 14.00	Kawiarenka	
<b>Środa</b> 8, 15, 22, 29	10.00 – 14.00	Kawiarenka	
8, 15	10.30– 11.30	Trening umysłu	

15	11.45 – 14.00	Warsztaty fotograficzne	
29	11.00 – 13.00	Warsztaty fotograficzne	Ogród Botaniczny. Sesja zdjęciowa
29	10.00 – 13.00	Zajęcia komputerowe i urządzenia mobilne	
<b>Czwartek</b> 9, 16, 23	8.00 – 8,45	Basen	
16	12.00 – 13.30	Zdrowy tryb życia	Reflrksologia twarzy
9, 16, 23	10.00 - 14.00	Kawiarenka	
9, 16, 23	10,15 – 11.15	Joga	
<b>Piątek</b> 10, 17, 24, 31	11.00 – 14.00	Gry stolikowe, brydż	
10, 17, 24, 31	10.00 – 12.00	Ceramika	Pracownia artystyczna. Ul. Stanisławy Wysockiej 2A/36
10, 17, 24, 31	10.00 – 14.00	Kawiarenka	

**W CAS WENA od poniedziałku do piątku w godz.18.00 – 19.00 działa Informatyczna pomoc techniczna – nr telefonu: 790 605 888**

### Zajęcia dodatkowe – maj 2024

Data	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
14	10.00 – 16.00	Dolinki Podkrakowskie „Zdrowie z Naturą”	
5	15.00 – 20.00	Koncert „Póki Polska żyje w Nas”	Wyjazd do Woli Więclawskiej
18	14.00 – 17.00	Spotkanie integracyjne z CAS- em Galicyjskim dla seniorów z niepełnosprawnością	Ul. Gromadzka
23	17.00	Spotkanie koordynatorów CAS	Ogród W CAS WENA ul. Gromadzka

29	10.00 – 15.00	Udział w pikniku w Ogrodzie Botanicznym	Ogród Botaniczny
----	---------------	---	------------------

**Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy**