

## Centrum Aktywności Seniorów Prądnik Biały

adres: Kraków ul. Pachońskiego 8

telefon: 578 775 119

adres e-mail : [cas.pradnikbialy@gmail.com](mailto:cas.pradnikbialy@gmail.com)

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

poniedziałek	9.30-13.30
wtorek	9.30-13.30
środa	9.30-13.30
czwartek	9.30-13.30
piątek	9.30-13.30

### OBOWIĄZUJE OD 1 kwietnia HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – Kwiecień 2025

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek 7,14,28	9.00-10.00	Język angielski grupa początkująca <b>7,14,28 kwietnia</b>	
	10.00-11.00	Język angielski grupa średniozaawansowana <b>7,14,28 kwietnia</b>	
	11.30-12.30	Język angielski grupa konwersacyjna <b>7,14,28 kwietnia</b>	

Wtorek 1,8,15,22,29	9.30-10.30	Naturalne terapie dla zdrowia i urody <b>1,8,15, 22,29 kwietnia</b>	
	17.00-17.45	Gimnastyka korekcyjna gr .I <b>1,8,15,22,29 kwietnia</b>	
	17.45-18.30	Gimnastyka korekcyjna gr. II <b>1,8,15,22,29 kwietnia</b>	
	15.30.-16.30	Zajęcia z obsługi smartfonów <b>1,8,15,22,29kwietnia</b>	
Środa 2,9,16,23,30	9.15-10.00	Joga twarzy <b>2,9,16,23 kwietnia</b>	
	10.00-11.000	Trening umysłu <b>/ 2, 16 I grupa/ /9, 23 II grupa/</b>	
	11.00 -12.00	"Warsztaty aktywności obywatelskiej przy kawie". <b>2,9,16,30 kwietnia</b>	
	12.00-14.00	Zajęcia brydżowe <b>2,9,16,23,30</b>	
Czwartek 3,10,17,24	10.00-12.00	Warsztaty plastyczne <b>3,10,24 kwietnia</b>	
	16.30 -17.30	Warsztaty komputerowe I <b>3,10,24 kwietnia</b>	
	17.30-18.30	Warsztaty komputerowe II <b>3,10,24 kwietnia</b>	
Piątek 4,11,25	10.00-12.00	Indywidualne konsultacje Komputerowe w pracowni komputerowej przy ul. Pachońskiego 8	

## ZAJĘCIA DODATKOWE:

**Kwiecień 2025**

4 kwietnia	Godz.10.30	Wyjście na wystawę multimedialną Frida Kaloo. Miejsce: Hangar Czyżyny	Zapisy w biurze CAS
11 kwietnia	Godz.10.00-12.00	Wykład historyczny w plenerze: Wokół Placu Inwalidów	Na zajęcia obowiązują zapisy
15 kwietnia	Godz.10.30-12.30	Warsztaty rękodzielnicze: Wielkanocne ozdoby naszych stołów	Zapisy w biurze CAS

*Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy*