

Centrum Aktywności Seniorów „Złota Jesień Hutnika”

adres - ul. Kaczeńcowa 7; Kraków

kontakt : 509 690 123 Iwona; 691 607 399 Barbara

e-mail: zlotajesienhutnika@gmail.com

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

Poniedziałek	9 ³⁰ - 13 ³⁰
Wtorek	10 ⁰⁰ - 14 ⁰⁰
Środa	9 ³⁰ - 14 ⁰⁰
Czwartek	9 ³⁰ - 13 ³⁰
Piątek	9 ³⁰ - 13 ³⁰

Harmonogram zajęć stałych – Kwiecień 2025

Obowiązuje od 11.04.2025

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek 7,14,28	11 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	Gry stolikowe - różne 1 jednostka zajęciowa	siedziba CAS ul. Kaczeńcowa 7 duża sala zajęcia organizowane przez seniorów
Poniedziałek 7,14,28	11 ⁰⁰ - 13 ⁰⁰	Brydż 2 jednostki zajęciowe	siedziba CAS ul. Kaczeńcowa 7 mała sala zajęcia organizowane przez seniorów
Poniedziałek 7,14,28	10 ¹⁵ - 11 ⁴⁵	Aerobik w wodzie 2 jednostki zajęciowe	Park Wodny obowiązują zapisy - ilość miejsc ograniczona
Wtorek 1,8,15	10 ⁰⁰ - 11 ³⁰	Plastyka-malarstwo 2 jednostki zajęciowe	siedziba CAS ul. Kaczeńcowa 7

Wtorek 1,8,15,22,29	11 ⁴⁵ -12 ⁴⁵	Zagraj z nami w RUMMIKUBA -dla początkujących i zaawansowanych	siedziba CAS ul. Kaczeńcowa 7
Środa 2,9,16,23,30	10 ⁰⁰ - 10 ⁴⁵	Gimnastyka ogólnorozwojowa 1 jednostka zajęciowa	siedziba CAS ul. Kaczeńcowa 7 obowiązują zapisy - ilość miejsc ograniczona
	10 ⁵⁵ -11 ⁴⁰	Utrzymanie sprawności fizycznej –poznajemy techniki relaksacyjne 1 jednostka zajęciowa	
Środa 2,9,16,23,30	12 ⁰⁰ - 13 ⁰⁰	Obsługa smartfonów-grupa podstawowa 1 jednostka zajęciowa	siedziba CAS ul. Kaczeńcowa 7 obowiązują zapisy
	13 ⁰⁰ - 14 ⁰⁰	Nowe technologie- laptopy-bezpieczeństwo w sieci 1 jednostka zajęciowa	
Czwartek 3,10,17,24	9 ⁴⁵ - 10 ⁴⁵	Język angielski 1 jednostka zajęciowa	siedziba CAS ul. Kaczeńcowa 7
Czwartek 3,10	11 ⁰⁰ - 12 ³⁰	Warsztaty manualne – dekoracje świąteczne 2 jednostki zajęciowe	siedziba CAS ul. Kaczeńcowa 7 obowiązują zapisy
Czwartek 24	11 ⁰⁰ - 12 ³⁰	Warsztaty manualne – 2 jednostki zajęciowe	siedziba CAS ul. Kaczeńcowa 7 obowiązują zapisy
Piątek 4,11,25	10 ¹⁵ - 11 ¹⁵	Warsztaty animacyjno - taneczne 1 jednostka zajęciowa	siedziba CAS ul. Kaczeńcowa 7 obowiązują zapisy
Piątek 4,11,25	11 ³⁰ - 12 ³⁰	Zagraj z nami w RUMMIKUBA -dla początkujących i zaawansowanych	siedziba CAS ul. Kaczeńcowa 7

Zajęcia dodatkowe w kwietniu 2025 r.

Data	godz.	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek Wtorek Czwartek	12 ⁰⁰ - 13 ⁰⁰	Kawiarenka	siedziba CAS ul. Kaczeńcowa 7
Czwartek 3	15 ⁰⁰ - 17 ⁰⁰	Harmonia Ciała i Duszy: Mądrość Wschodu -wydarzenie międzykulturowe, promujące zdrowy tryb życia i medycynę alternatywną oraz wystawa prac seniorów	Dom Kultury SM Kurdwanów Nowy, sala widowiskowa, zapisy https://forms.gle/4kDgccfpq1e27M1H8
Środa 9	12 ⁰⁰	Spotkanie Wielkanocne z Radą Dzielnic w Zespole Szkół Gastronomicznych,	Szczegóły u koordynatorów, Ilość miejsc ograniczona

Środa 16	16 ⁰⁰ - 18 ⁰⁰	Zielony Spacer- Wokół Plant- tajemnicze ogrody Krakowa- organizowany przez Krakowskie Centrum	Szczegóły u koordynatorów, Ilość miejsc ograniczona
Czwartek 24	16 ⁰⁰ - 18 ⁰⁰	Zielony Spacer- Poszukaj przyrody blisko siebie- zielona Nowa Huta - organizowany przez Krakowskie Centrum	Szczegóły u koordynatorów, Ilość miejsc ograniczona
Poniedziałek 28	12 ⁰⁰ - 15 ⁰⁰	Turniej RUMMIKUBA dla seniorów (z org. ngo w dzielnicy XVI)	siedziba CAS ul. Kaczeńcowa 7
Poniedziałek - piątek	11 ⁰⁰	Wiosna w ogródku- prace w ogrodzie na Kaczeńcowej	Szczegóły u koordynatorów,

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy