

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 – MAJ 2025

Obowiązuje od 07.05.2025

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek 5,12,19,26	11 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	Gry stolikowe - różne 1 jednostka zajęciowa	siedziba CAS ul. Kaczeńcowa 7 duża sala zajęcia organizowane przez seniorów
Poniedziałek 5,12,19,26	11 ⁰⁰ - 13 ⁰⁰	Brydż 2 jednostki zajęciowe	siedziba CAS ul. Kaczeńcowa 7 mała sala zajęcia organizowane przez seniorów
Wtorek 6,13,27	10 ⁰⁰ - 11 ³⁰	Plastyka-malarstwo 2 jednostki zajęciowe	siedziba CAS ul. Kaczeńcowa 7
Wtorek 27	11 ⁴⁵ -12 ⁴⁵	Ćwiczenia pamięci 1 jednostka zajęciowa	siedziba CAS ul. Kaczeńcowa 7

Środa 7,14,21,28	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 7,14,21,28	12 ⁰⁰ - 13 ⁰⁰	Obsługa smartfonów-grupa podstawowa 1 jednostka zajęciowa	siedziba CAS ul. Kaczeńcowa 7 obowiązują zapisy - ilość miejsc ograniczona
	13 ⁰⁰ - 14 ⁰⁰	Nowe technologie- laptopy-bezpieczeństwo w sieci 1 jednostka zajęciowa	
Czwartek 8,29	9 ⁴⁵ - 10 ⁴⁵	Język angielski 1 jednostka zajęciowa	siedziba CAS ul. Kaczeńcowa 7
Czwartek 8,29	11 ⁰⁰ - 12 ³⁰	Warsztaty manualne – 2 jednostki zajęciowe	siedziba CAS ul. Kaczeńcowa 7 obowiązują zapisy
Piątek 9,16,23,30	10 ¹⁵ - 11 ¹⁵	Warsztaty animacyjno - taneczne 1 jednostka zajęciowa	siedziba CAS ul. Kaczeńcowa 7 obowiązują zapisy
Piątek 9,16,23,30	11 ³⁰ - 12 ³⁰	Zagraj z nami w RUMMIKUBA -dla początkujących i zaawansowanych	siedziba CAS ul. Kaczeńcowa 7

Zajęcia dodatkowe w maju 2025 r.

Data	godz.	rodzaj zajęć	uwagi
Wtorek 6	16 ⁰⁰ - 18 ⁰⁰	Majówka nad Młynówką Królewską. Ekowędrówka organizowana przez Krakowskie Centrum Edukacji Klimatycznej	szczegóły u koordynatorów, ilość miejsc ograniczona
Sobota 10	10 ⁰⁰ - 13 ⁰⁰	„Malowanie Pełne Nadziei”- udział w plenerze, wystawa prac	Nowohuckie Centrum Kultury
Niedziela 25	11 ⁰⁰ - 19 ⁰⁰	ŚWIĘTO RODZINY KRAKOWSKIEJ - różne atrakcje, warsztaty, występy między innymi WIELOPOKOLENIOWA GRA RODZINNA zapraszamy seniorów do zgłaszania udziału – zapisy w CAS do 15.05	teren TAURON Arena szczegóły u koordynatorów,
Wtorek 27	16 ⁰⁰ - 18 ⁰⁰	„Spotkajmy się przy Kaczeńcowej” – Bieńczyce – Staw przy Kaczeńcowej. Ekowędrówka. -organizowana przez Krakowskie Centrum Edukacji Klimatycznej	szczegóły u koordynatorów, ilość miejsc ograniczona

od poniedziałku do - piątek	od godz. 10 ⁰⁰	Wiosna w ogródku- prace w ogrodzie na Kaczeńcowej	CAS ogródek ul. Kaczeńcowa 7
Poniedziałek Wtorek Czwartek	12 ⁰⁰ - 13 ⁰⁰	Kawiarenka	siedziba CAS ul. Kaczeńcowa 7

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy