

Centrum Aktywności Seniorów „Złota Jesień Hutnika”

adres - ul. Kaczeńcowa 7; Kraków

kontakt : 509 690 123 Iwona - dyżur środa 11⁰⁰-13⁰⁰

691 607 399 Barbara - dyżur wtorek 11⁰⁰-13⁰⁰

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 – Wrzesień 2025

Obowiązuje od 22.09.2025

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek 1,15,22,29	10 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	Gry stolikowe - różne 1 jednostka zajęciowa	siedziba CAS ul. Kaczeńcowa 7 duża sala zajęcia organizowane przez seniorów
Poniedziałek 1,15,22,29	10 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	Brydż 2 jednostki zajęciowe	siedziba CAS ul. Kaczeńcowa 7 mała sala zajęcia organizowane przez seniorów
Wtorek 2,9	10 ⁰⁰ - 11 ³⁰	Plastyka-malarstwo 2 jednostki zajęciowe	siedziba CAS ul. Kaczeńcowa 7
Wtorek 16,23	10 ⁰⁰ - 11 ³⁰	Warsztaty artystyczne – wykonanie świec sojowych	siedziba CAS ul. Kaczeńcowa 7
Wtorek 2,30	10 ³⁰ -12 ³⁰	Zagraj z nami w RUMMIKUBA -dla początkujących i zaawansowanych	siedziba CAS ul. Kaczeńcowa 7 mała sala

Wtorek 23,30	11 ³⁰ -13 ⁰⁰	Ćwiczenia pamięci 2 jednostki zajęciowe	siedziba CAS ul. Kaczeńcowa 7
Środa 3,10,17	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 3,10,17	12 ⁰⁰ - 13 ⁰⁰	Obsługa smartfonów-grupa początkująca 1 jednostka zajęciowa	siedziba CAS ul. Kaczeńcowa 7 obowiązują zapisy
	13 ⁰⁰ - 14 ⁰⁰	Obsługa smartfonów-grupa średniozaawansowana 1 jednostka zajęciowa	
Czwartek 11,18	9 ⁴⁵ - 10 ⁴⁵	Język angielski 1 jednostka zajęciowa	siedziba CAS ul. Kaczeńcowa 7
Czwartek 11,18	11 ⁰⁰ - 12 ³⁰	Warsztaty manualne – 2 jednostki zajęciowe	siedziba CAS ul. Kaczeńcowa 7 obowiązują zapisy
Piątek 5,12,19,26	10 ¹⁵ - 11 ¹⁵	Warsztaty animacyjno - taneczne 1 jednostka zajęciowa	siedziba CAS ul. Kaczeńcowa 7 obowiązują zapisy 26 września - odwołane
Piątek 5,12,19,26	11 ³⁰ - 13 ⁰⁰	Zagraj z nami w RUMMIKUBA-dla początkujących i zaawansowanych	siedziba CAS ul. Kaczeńcowa 7

Zajęcia dodatkowe we wrześniu 2025 r.

Data	godz.	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek - piątek	od 11 ⁰⁰	W naszym ogródku- prace w ogrodzie na Kaczeńcowej	Szczegóły u koordynatorów,
Poniedziałek Wtorek Czwartek	12 ⁰⁰ - 13 ⁰⁰	Kawiarenka	siedziba CAS ul. Kaczeńcowa 7
Czwartek 4	10 ⁰⁰	Rejs do Tyńca- organizator - Seniorpedia	obowiązują zapisy - ilość miejsc ograniczona
Niedziela 7	15 ⁰⁰	Las w słoiku – warsztaty- organizator Młodzieżowy Dom Kultury im. Janusza Korczaka	obowiązują zapisy - ilość miejsc ograniczona

Poniedziałek 8	8 ⁰⁰ -19 ⁰⁰	Wycieczka do Ciężkowic	obowiązują zapisy - ilość miejsc ograniczona
Piątek 12	19 ⁰⁰	Spektakl Pignon i Urząd Skarbowy-Teatr Ludowy	obowiązują zapisy - ilość miejsc ograniczona
Wtorek 16,23	11 ³⁰ - 13 ⁰⁰	Warsztaty międzypokoleniowe z Fundacją Senior&Dzieci	Szczegóły u koordynatora
niedziela 21	14 ⁰⁰ -21 ⁰⁰	Spotkania Bieńczyckie 2025- występ taneczny naszej grupy oraz prowadzenie otwartych międzypokoleniowych warsztatów artystycznych	MDK im. J. Korczaka
Środa Czwartek 24,25	9 ⁰⁰ - 15 ⁰⁰	X Mistrzostwa Krakowa Seniorów 65+	KS Boronowianka Szczegóły u koordynatora
Poniedziałek 29	12. ³⁰ - 13 ³⁰	Slow Jogging nad Zalewem Nowohuckim Trenuj z Ulą Gącik	Szczegóły u koordynatora
Wtorek 30	12 ³⁰ - 13 ³⁰	Warsztaty witrażu - organizator Muzeum Witrażu	Obowiązują zapisy - ilość miejsc ograniczona

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy