



## Centrum Aktywności Seniorów „Renesans”

adres: ul. Młyńska 6A

tel. 606717646 koordynator Grażyna, 660065729 gospodarz Janusz

dostępne w godzinach pracy CAS

e-mail: [grazyna.konieczna@gmail.com](mailto:grazyna.konieczna@gmail.com)

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

|              |                 |
|--------------|-----------------|
| poniedziałek | 11 – 15         |
| wtorek       | 10 – 14 i 18-20 |
| środa        | 9 – 12 i 17-18  |
| czwartek     | 10 – 14         |
| piątek       | 10 – 14         |

### Harmonogram zajęć stałych październik 2025

| dzień tygodnia | godzina | rodzaj zajęć              | uwagi                                                       |
|----------------|---------|---------------------------|-------------------------------------------------------------|
| poniedziałek   | 11 - 12 | <b>Gimnastyka</b>         | Obowiązują zapisy                                           |
|                | 12 - 14 | <b>Zajęcia muzyczne</b>   | Obowiązują zapisy<br>13.10 zaj. przeniesione na 10-12 w DPS |
|                | 14 - 15 | <b>Edukacja muzyczna</b>  | Obowiązują zapisy.<br>Równolegle kawiarenka.                |
| wtorek         | 10 - 14 | <b>Brydż</b>              | 14.10 Turniej Brydża                                        |
|                | 18 - 20 | <b>Bilard</b>             | Obowiązują zapisy                                           |
| środa          | 9 - 10  | <b>Gimnastyka</b>         | Obowiązują zapisy                                           |
|                | 10 – 12 | <b>Kółko Teatralne</b>    | Obowiązują zapisy                                           |
|                | 10 - 11 | <b>Gry stolikowe</b>      | Obowiązują zapisy                                           |
|                | 17 – 18 | <b>Edukacja cyfrowa</b>   | Obowiązują zapisy                                           |
| czwartek       | 10 - 13 | <b>J. angielski</b>       | Obowiązują zapisy                                           |
|                | 13 - 14 | <b>J. angielski</b>       | Grupa początkująca 2                                        |
|                | 12 - 13 | <b>Nauka gry w brydża</b> | Obowiązują zapisy                                           |
| piątek         | 10 - 12 | <b>J. angielski</b>       | Obowiązują zapisy                                           |
|                | 12 - 14 | <b>J. angielski</b>       | Grupa początkująca.                                         |

## Zajęcia dodatkowe październik 2025

| data   | godzina | rodzaj zajęć                                                                        | uwagi                                                                                                                   |
|--------|---------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2.10   | 10 - 12 | Występ Zespołu Renesans                                                             | Centrum Kultury Podgórze                                                                                                |
| 4.10   | 15 i 17 | Weekendu seniora z Kulturą!<br>Zwiedzanie Muzeum AK – 15<br>Spektakl NIL – godz. 17 | Ul. Wita Stwosza 12<br>Rezerwacja biletów<br>(w cenie 10 zł i 20 zł)<br>Te. 12 410 07 96                                |
| 4.10   | 17 - 18 | Weekend Seniora z Kulturą!<br>- Salon Poezji i wystawa<br>malarstwa                 | Klub Malwa<br>Ul. Dobrego Pasterza 6<br>Promocja utalentowanych<br>Seniorów Dzielnicy III                               |
| 4,8.10 | 12 - 14 | Florystyka plenerowa                                                                | Obowiązują zapisy                                                                                                       |
| 8.10   | 9 - 15  | Forum Seniora                                                                       | Audytorium Maximum<br>UJ. Rejestracja                                                                                   |
| 9.10   | 14.30   | Żonkilowy Międzypokolen.<br>Marsz Nadziei                                           | Zbiorka pod Barbakanem                                                                                                  |
| 12.10  | 10 - 12 | Gwiazda dwóch<br>kontynentów–<br>spacer śladami<br>Heleny Modrzejewskiej            | Bilety w KFK (20 zł)<br>Rez. 12 422 08 14 w. 21<br>zbiórka: 9:45 / Plac<br>Wszystkich Świętych, róg<br>ul. Grodzkiej 22 |
| 13.10  | 12 – 13 | Występ Zespołu Renesans                                                             | DPS Centrum Seniora                                                                                                     |
| 14.10  | 9.30    | Turniej Remika                                                                      | Krak. Centr. Seniora<br>Obowiązują zgłoszenia                                                                           |
| 15.10  | 18 - 20 | Muzykoterapia ruchowa                                                               | Obowiązują zapisy                                                                                                       |
| 17.10  | 10 - 19 | Wycieczka do Tylicza<br>15–17 spotkanie integracyjne                                | Obowiązują zapisy                                                                                                       |
| 18.10  | 10 - 14 | Rodzinne spotkanie plener.                                                          | Park Bednarskiego                                                                                                       |
| 21.10  | 10 - 14 | Turniej brydża                                                                      | Obowiązują zapisy                                                                                                       |
| 22.10  | 12 - 16 | Festiwal Przetworów<br>Domowych                                                     | Dunajewskiego 5                                                                                                         |
| 24.10  | 12-20   | Wycieczka do Gołkowic                                                               | Obowiązują zapisy                                                                                                       |
| 29.10  | 18 - 20 | Kino CAS                                                                            | Wstęp wolny                                                                                                             |

**Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy**