

Centrum Aktywności Seniorów Prądnik Biały

adres - Kraków, ul. Pachońskiego 8

kontakt – tel. 578 775 119

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

| | |
|--------------|------------|
| poniedziałek | 9.00-13.00 |
| wtorek | 9.00-13.00 |
| środa | 9.00-13.00 |
| czwartek | 9.00-13.00 |
| piątek | 9.00-13.00 |

Obowiązuje od 1 maja 2019 r.

Harmonogram zajęć stałych maj 2019

| Dzień tygodnia | Godzina od - do | Rodzaj zajęć | Uwagi |
|----------------|--------------------|----------------------------------|---|
| poniedziałek | 10.00-11.00 | Język angielski | gr.I |
| | 11.15 -12.15 | Język angielski | gr.II |
| | 16.15-17.15 | Zajęcia komputerowe | |
| | 17.15-18.15 | Zajęcia komputerowe | |
| wtorek | 10.00-12.00 | Gry stolikowe | Gry planszowe, szachy, |
| | 10.00-11.00 | Nordic Walking | Start w parku przy Dworku Białopadnickim |
| Środa | 10.00-12.00 1 | Gry stolikowe | |
| | 16.00-19.00 | Zajęcia brydżowe | |
| Czwartek | 10.00-12.00 | Zajęcia plastyczne | 2 maja CAS nieczynny |
| piątek | 15.45-16.45 | Gimnastyka | |
| | 17.00-18.00 | | |
| | 14.00-18.00 | Zajęcia komputerowe -konsultacje | Ul. Pachońskiego 8 |

Zajęcia dodatkowe :

| Data | Godzina od - do | Rodzaj zajęć | Uwagi |
|-----------------------|--|---|--------------------|
| 7, 14, 21, 28 maja | I gr. godz.9.00 II gr. godz.11.45 III gr. godz.14.30 | Kurs obsługi tabletów | ul. Pachońskiego 8 |
| 8 maja | 10.00 -11.00 | Wykład: Apiterapia w chorobach geriatrycznych. Prowadzi Ryszard Teska | ul. Pachońskiego 8 |
| 15 maja | 10.00-11.00 | Wykład : Miasto walki i pracy. Nowa Huta w latach 60- ych.Spotkanie prowadzi kustosz MK Leszek Sibila | ul. Pachońskiego 8 |
| 30 maja | 9.00 -15.00 | Wycieczka : szlakiem orlich gniazd - zamek w Pieskowej Skale, spacer po Ojcowskim Parku Narodowym. | |

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.