



Centrum Aktywności Seniorów „BRONOWICE”

adres – ul. Na Błonie 15b w Krakowie

kontakt – tel. 605 261 515

e-mail: cas1bronowice@gmail.com

Kawiarenka czynna

poniedziałek	11.00 -15.00
wtorek	11.00 -15.00
środa	11.00-15.00
czwartek	11.00 -15.00
piątek	11.00 – 15.00

Obowiązuje od 29.05.2023

Harmonogram zajęć stałych MAJ

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	12.15 – 13.00	Aqua aerobik	8,15,22,29.V Basen ul. Ludwinowska 11
	14.00 -15.30	Trening umysłu	29.V Zajęcia w siedzibie CAS + hybrydowo

	15.45 – 17.15	Taniec w kręgu	8,,22,29.V Zajęcia odbywają się w budynku Szkoły ul. Na Błonie 15 b
	11.00 -12.30		12.V Płyta Rynku Głównego
wtorek	16.10 – 17.40	Trening pamięci	9.V Zajęcia w siedzibie CAS + hybrydowo
	9.00 -11.00 11.00 -13.00	Kurs języka angielskiego Grupa zaawansowana Grupa średnio zaawansowana	30.V Zajęcia w siedzibie CAS + hybrydowo
środa	11.00 – 11.45	Pilates	Sala gimnastyczna Ul. Ludwinowska 11
	9.45 – 10.45	Kurs języka niemieckiego Poziom podstawowy	10,17 24,31.V Zajęcia w siedzibie CAS
	11.00 – 12.30	Nordic walking	24,31.V Zbiórka przed siedzibą CAS
	13.00 – 15.0	Tkanina artystyczna	24,31.V Zajęcia w siedzibie CAS
	16.00 -18.00	Malarstwo	10,17.V Zajęcia w siedzibie CAS + hybrydowo

czwartek	9.00 -10.00 10.00 – 11.00 11.00 – 12.00	Kurs języka angielskiego Grupa zaawansowana Grupa średnio zaawansowana grupa podstawowa	4,11,.V Zajęcia w siedzibie CAS + hybrydowo
	15.30 -16.15	gimnastyka	4,11,18,25.V Zajęcia w Sali gimnastycznej Szkoła ul. Na Błonie 15 b Obowiązuje obuwie z białą podeszwą
piątek	9.00 – 11.00	Kurs obsługi komputera i smartfonu	5,12,19,26.V Zajęcia w siedzibie CAS + hybrydowo
	13.00 – 15.00	Rękodzieło z elementami florystyki	5,12,19,26.V Zajęcia w siedzibie CAS

Zajęcia dodatkowe – MAJ 2023

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek 8,15,22,29.V	10.00 – 11. 00	Rozmawiamy po niemiecku	Prowadzi wolontariusz. Zajęcia w siedzibie CAS + hybrydowo
Poniedziałek 8,15,22,29.V	11.00 -13.00	Brydż i inne gry stolikowe	Prowadzi wolontariusz. Zajęcia w siedzibie CAS
Poniedziałek 15.V	14.00 -15.30	Prelekcja pt „Drzewa a życie na Ziemi”(w ramach działań inicjatywy lokalnej)	Zajęcia w siedzibie CAS

Poniedziałek 22.V	14.00 -15.30	Warsztaty : wszystko o darowiźnie	Warsztaty prowadzi mediator sądowy. Zajęcia w siedzibie CAS
Wtorek 9.V	9.00 -19.00	WYCIECZKA Wadowice, Klecza Dolna, Lanckorona	W programie warsztaty robienia świec z wosku w Apilandii w Kleczy Dolnej koszt od osoby 32 zł Zapisy u koordynatora.
Wtorek 16.05	15.30- 17.00	Warsztat pt „jak pisać testament	Warsztaty prowadzi mediator sądowy. Zajęcia w siedzibie CAS
Wtorek 16.V	10.15	Zwiedzanie muzeum Erazma Ciołka z przewodnikiem	Zapisy u koordynatora (ograniczona ilość wejściówek)
Wtorek 23.V	10.00	WYCIECZKA DO TYŃCA	Zbiórka na przystanku autobusowym (112) przy ICE godz.10.00
Wtorek 30.V	8.45	Prelekcja pt ZWIERZETA W MIEŚCIE (w ramach działań inicjatywy lokalnej)	Jesteśmy gośćmi Uczniów klas I i II Szkoły Podstawowej nr 153
Wtorek 30.V	9.50	Prelekcja pt ZNACZENIE OWADÓW DLA ŻYCIA NA ZIEMI(w ramach działań inicjatywy lokalnej)	Jesteśmy gośćmi uczniów klas III i IV Szkoły Podstawowej nr 153

Czwartek 4,11,18,25.V	12.00 – 15.00	Brydź i inne gry stolikowe	Prowadzi wolontariusz Zajęcia w siedzibie CAS
Czwartek 11.V	14.00-15.30	Spotkanie z dietetykiem „Interakcja leków z żywnością”	Zajęcia w siedzibie CAS
Czwartek 18.V	12.00 -13.00	Spotkanie ze studentkami wydziału logopedii na UJ na temat „PROFILAKTYKA CHOROÓB DEGENERACYJNYCH „	Zajęcia w siedzibie CAS
Czwartek 25.V	17.00	KONCERT DLA MAM W wykonaniu uczniów Zespołu Szkół Ogólnokształcących nr 8	Koncert odbywa się w budynku Szkoły Podstawowej nr 153 Ul. Na Błonie 15 d
Sobota 20.V	10.00 13.00	GRA MIEJSKA ZIELONE BRONOWICE	Zapisy u koordynatora
Sobota 27.V	13.00	Zwiedzanie wystawy MASZYNERIA TEATRU Oprowadza nas Kurator Wystawy Ewelina Radecka	cena biletu 9 zł, zapisy u koordynatora (ograniczona ilość miejsc)
Sobota 27.05	15.00 -20	Udział w Potańcówce Organizowanej przez Rafała Komarewicza	Nowa Huta Os .Szkolne 39
Niedziela 21.V		Wyjście do teatru LOCH CAMELOT „ 6 sekund”	Cena biletu 45 zł Zapisy u koordynatora do 8.V

Na wszystkie zajęcia obowiązują telefoniczne zapisy u koordynatora.