



## Centrum Aktywności Seniorów „BRONOWICE”

adres – ul. Na Błonie 15b w Krakowie

kontakt – tel. **605 261 515**

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

### Kawiarenka czynna

<b>poniedziałek</b>	<b>11.00 -15.00</b>
<b>wtorek</b>	<b>11.00 -15.00</b>
<b>środa</b>	<b>11.00-15.00</b>
<b>czwartek</b>	<b>11.00 -15.00</b>
<b>piątek</b>	<b>11.00 – 15.00</b>

**Obowiązuje od 21 czerwca 2023**

### Harmonogram zajęć stałych – CZERWIEC 2023

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
<b>Poniedziałek</b>	12.15 – 13.00	Aqua aerobik	5,12,19,26.VI Basen ul. Ludwinowska 11
	14.00 – 15.30	Trening umysłu	12,VI Zajęcia w siedzibie CAS + Hybrydowo
	11.00 – 12.30		26.VI Zajęcia w siedzibie CAS + hybrydowo
	15.45 – 17.15	Taniec w kręgu	5,12,19,VI Zajęcia w budynku Szkoły ul. Na Błonie 15 b
<b>Środa</b>	9.45 – 10.45	Kurs języka niemieckiego poziom podstawowy	7,14,21,28.VI Zajęcia w siedzibie CAS

	11.00-12.30	Nordic walkong	28.VI Zbiórka przed siedzibą CAS
	11.00-11.45	pilates	7,14,21,28.VI Ul. Ludwinowska 11
	13.00 -15.00 12.00 – 15.00	Tkanina artystyczna	7,.VI Zajęcia w siedzibie CAS 14.VI Zajęcia w siedzibie CAS
	11.00 -13.00	malarstwo	21,28.VI Zajęcia w siedzibie CAS
<b>Czwartek</b>	9.00 -10.00 10.00 -11.00 11.00 -12.00	Kurs języka angielskiego Grupa zaawansowana Grupa średnio zaawansowana Grupa podstawowa	1,22,29.VI Zajęcia w siedzibie CAS + hybrydowo
	9.00 -10.00 10.00 – 11.00 11.00 – 13.00	Grupa zaawansowana Grupa średnio zaawansowana Grupa początkująca	15.VI Zajęcia w siedzibie CAS + hybrydowo
	15.30 -16.15	gimnastyka	1,15,.VI Zajęcia w siedzibie CAS <b>22.VI</b> <b>Zajęcia odwołane</b>
	11.14.-12.45	Taniec w kręgu	26.VI Zajęcia w budynku Szkoły ul. Na Błonie 15 b

<b>Piątek</b>	9.00 -11.00	Kurs obsługi komputera i smartfona	2,16,23,30.VI Zajęcia w siedzibie CAS + hybrydowo
	13.00 – 15.00	Rękodzieło z elementami florystyki	2,16,23,VI Zajęcia w siedzibie CAS
	11.00- 13.00		30.VI Zajęcia w siedzibie CAS

### Zajęcia dodatkowe w CZERWCU 2023

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek 5,12,19,26.03	10.00 -11.00	Rozmawiamy po niemiecku	Prowadzi wolontariusz
poniedziałek 5,12,19,26.03	11.00-13.00	Brydż i inne gry stolikowe	Prowadzi wolontariusz zajęcia w siedzibie CAS
Wtorek 6,12,20,27.VI	11.00 -15.00	Brydż i inne gry stolikowe	Zajęcia w siedzibie CAS
Wtorek 6.06		Wycieczka szlakiem cerkwi Nowy Sącz-Grybów-Szymbark- Bielanka-Łosie, Uście Gorlickie- Czarna-Brunary.	Koszt od osoby 20 zł Zapisy u koordynatora
Wtorek 13.06	14.00	Spotkanie z Radnym Miasta Krakowa Tomaszem Daros Na temat programu integracji międzypokoleniowej	Zajęcia w siedzibie CAS
Wtorek 20.06	12.00	Muzeum Etnograficzne Zwiedzanie wystawy stałej oraz wystawy haftów	Zwiedzanie z przewodnikiem
Wtorek 27.06	11.00	Wycieczka do Tężni w Wieliczce	

Środa 7.06	15.00 17.30	Warsztaty majsterkowicza- Robimy karmnik dla wiewiórek	Zajęcia w ramach Inicjatywy Lokalnej
Czwartek 1.06	12.30	Spotkanie z pracownikiem naukowym Instytutu Psychologii UJ	Badania naukowe Zajęcia w siedzibie CAS
Czwartek 1.06	16.00	Warsztaty taneczne	Zajęcia w ramach Inicjatywy Lokalnej
Czwartek 1.06	17.00	Warsztaty plastyczne	Zajęcia w ramach Inicjatywy Lokalnej
Czwartek 15.06	14.00	Spotkanie z dietetykiem pt Dieta dla jelit	Zajęcia w siedzibie CAS
Czwartek 22.06	14.00	PIKNIK ŚWIĘTOJAŃSKI	Odbywa się w na terenie DPS ul. Kluzeka 6 zapisy u koordynatora
Sobota 17.06	13.00	MUZEUM KRAKOWA Thesaurus Cracoviensis	Zwiedzanie z przewodnikiem Koszt biletu 14 zł od osoby. Mamy ograniczona ilość miejsc., zapisy u koordynatora.
Niedziela 11.06	18.00	Teatr Loch Camelot „Muza w Cafe Lulu”	Cena biletu 45 zł Zapisy u koordynatora
Niedziela 25.06	18.00	Teatr Loch Camelot „Sekret panny Kazimiery”	Cena biletu 45 zł Zapisy u koordynatora

**Na wszystkie zajęcia obowiązują telefoniczne zapisy u koordynatora.**