



**CENTRUM AKTYWNOŚCI
DLA OSÓB Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIĄ
NOWA HUTA**



**CENTRUM AKTYWNOŚCI
DLA OSÓB Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIĄ
NOWA HUTA**

Centrum Aktywności Dla Osób z Niepełnosprawnością Nowa Huta

os. Złotej Jesieni 13b, Kraków

Kontakt Tel: 786-449-426

e-mail: caon@ffheroes.pl

Koordynatorka Centrum – Aleksandra

DYŻUR KOORDYNATORKI Poniedziałki 10:00-11:00

Centrum czynne od poniedziałku do piątku zgodnie z harmonogramem zajęć:

poniedziałek	09:00 – 14:30
wtorek	09:00 – 14:30
środa	09:00 – 16:00
czwartek	09:00 – 14:30
piątek	10:00 – 15:30

HARMONOGRAM NA MIESIĄC KWIECIEŃ





**CENTRUM AKTYWNOŚCI
DLA OSÓB Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIĄ
NOWA HUTA**

Harmonogram zajęć stałych obowiązuje od 01.04.2026 - 30.04.2026

Zapisy na zajęcia u Koordynatorki Centrum osobiście, telefonicznie lub mailowo.

Dzień	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
Poniedziałek 6,13,20,27.04.2026	10:00 -11:00	Spotkanie z koordynatorką Centrum	6.04.2026 r. Poniedziałek Wielkanocny Centrum Nieczynne
	10:00 – 11:00	Smovey	13.04.2026 r. Smovey i autoterapia twarzy odwołane
	11:00-12:00	Autoterapia twarzy	
	11:10-12:40	Zajęcia zręcznościowe – I grupa	Salka sportowa
	12:50- 14:20	Zajęcia zręcznościowe – II grupa	Salka sportowa
	12:10-13:10	Język angielski A1	Sala konferencyjna
	13:10-14:10	Język angielski A2	
Wtorek 7,14,21,28.04.2026	7:00 – 7:45	Basen	Osiedle Kolorowe 29, Kraków 07.04.2026 r. Basen odwołany
	10:00 -11:00	Joga dla osób z niepełnosprawnością ruchu (I grupa)	7.04.2026 r. Zajęcia odwołane - Wycieczka na Kopiec Krakusa – Święto Rękawki
	11:00-12:00	Joga dla osób z niepełnosprawnością ruchu (II grupa) Zdrowy kręgosłup	Salka sportowa
	12:30 – 14:00	Wyjście do Muzeum Miasta Krakowa	14.04 Dworek Matejki
21.04 Dom Józefa Mehoffera			
28.04 Dom Jana Matejki			



**CENTRUM AKTYWNOŚCI
DLA OSÓB Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIĄ
NOWA HUTA**

Środa 1,8,15,22,29.04.2026	10:00 – 11:30	Gimnastyka dla osób z niepełnosprawnością I grupa	Salka sportowa
	11:40- 13:10	Gimnastyka dla osób z niepełnosprawnością II grupa	Salka Sportowa
	11:00-13:00	Język niemiecki	Język niemiecki przeniesiony z 3.04 (Wielki Piątek) i 17.04.2026 r. na 15.04.2026 r. Zumba 15.04.2026 od 13:10-14:10
	12:00 – 14:00	Sekcja brydżowa	Sala konferencyjna
	12:00 - 16:00	Ping pong	Salka sportowa
Czwartek 2,9,16,23,30.04.2026	10:00 – 11:00	Joga dla osób z niepełnosprawnością ruchu Zdrowy kręgosłup (I grupa)	02.04.2026 (Wielki czwartek) zajęcia odwołane. Zapraszamy na spacer nad zalewem Nowohuckim od godziny 10:00-12:00
	11:00-12:00	Joga dla osób z niepełnosprawnością ruchu Zdrowy kręgosłup (II grupa)	Salka sportowa
	12:10-14:15	Warsztaty komputerowe	Sala konferencyjna
Piątek 3,10,17,24.04.2026	11:00 – 12:00	Gry stolikowe	3.04.2026 r. Wielki Piątek Centrum Nieczynne
	11:30 – 12:30	Zumba	Salka sportowa
	12:40 -13:40	Język niemiecki	17.04.2026 r. język niemiecki odwołany. Przeniesiony na 15.04.2026
	13:00 - 15:00	Stretching – rozciąganie	Salka sportowa



CENTRUM AKTYWNOŚCI DLA OSÓB Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIĄ NOWA HUTA

W godzinach otwarcia Centrum mamy dla Państwa dostępne napoje (woda, soki, kawę, herbatę) oraz lekki poczęstunek, zarówno słodki, jak i zdrowy 🍷 🍰 🌿 🥗
To dobra okazja, aby na chwilę zwolnić, odpocząć i spędzić czas przy kawie w przyjemnej, swobodnej atmosferze 😊

Zajęcia dodatkowe w kwietniu 2026:

Zapisy na zajęcia dodatkowe u Koordynatorki Centrum osobiście lub telefonicznie.

W związku z ograniczoną liczbą miejsc na wyjścia kulturalne informujemy, że o zakwalifikowaniu się na listę uczestników decyduje frekwencja na zajęciach 😊

Dzień	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
Środa 01.04.2026	10:00-12:00	Warsztaty rękodzieła Stroiki Wielkanocne	Kontynuacja warsztatów wielkanocnych
Środa 08.04.2026	10:00-12:00	Tworzenie biżuterii z gliny polimerowej	Kontynuacja warsztatów
Wtorek 07.04.2026	10:00 – 13:00	Wyjście na Kopiec Krakusa – Święto Rękawki	Zbiórka na miejscu
Czwartek 09.04.2026	12:30 – 15:00	Wyjście do NCK-u na wystawę rysunku Zdzisława Beksińskiego	Zbiórka pod Nowohuckim Centrum Kultury
Środa 15.04.2026	13:15 – 14:15	Warsztaty na temat zdrowia - „Wczesna diagnostyka – klucz do zdrowia”	Spotkanie w sali konferencyjnej
Czwartek 16.04.2026	18:00- 20:00	Akademia Filmu Polskiego Łukasza Maciejewskiego “Prześwit”	Zbiórka pod Łażnią Nową, bilety do odbioru u Koordynatorki Centrum
Czwartek 16.04.2026	18:00-20:00	Filharmonia Krakowska Musica Ars Amanda <i>Wolfgang Amadeus Mozart</i> – Koncert fortepianowy Es-dur KV 365 – Msza koronacyjna KV 317	Zbiórka pod Filharmonią. Bilety do odbioru u Koordynatorki Centrum aktywności dla osób z niepełnosprawnością Nowa Huta