



adres: Kraków ul. Mieszczańska 9 B LU 7

telefon: 570 811 877

e-mail: fundacja@popatrzsercem.pl

CENTRUM AKTYWNOŚCI SENIORÓW POPATRZ SERCEM

CAS czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

Poniedziałek	16:00-20:00
Wtorek	12:00-16:00
Środa	12:00-16:00
Czwartek	16:00-20:00
Piątek	16:00-20:00

W ramach działalności CAS zapraszamy do korzystania z biblioteczki.

OBOWIAZUJE OD 1 lipca 2025r.

Harmonogram zajęć stałych – lipiec 2025:

Dzień	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
poniedziałek	17:00 - 18:00	Trening umysłu - gry logiczne	
	18:00 - 19:00	Dyżur koordynatora CAS	
wtorek	12:00 - 13:00	Tai Chi	
	13:15 - 14:15	Język angielski - początkujący	
środa	14:00 - 15:00	Gimnastyka z elementami automasażu	
	15:00 - 16:00	Trening równowagi i łagodne rozciąganie	
	20:00 - 21:00	Basen	Basen AGH, ul. Buszka 4
czwartek	17:00 - 18:00	Choreoterapia	
piątek	18:30 - 20:00	Dyżur koordynatora CAS	25.07.2025 - dyżur odwołany

Zajęcia dodatkowe – lipiec 2025:

Data	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
02.07.2025	11:00	Spektakl "Gershwin w Krakowie"	Teatr Zależny PK ul. Kanonicza 1
09.07.2025	17:00	Muzeum Rydlówka	ul. Włodzimierza Tetmajera 28
17.07.2025	11:00 - 12:00	Akcja proekologiczna: Warsztaty „Znalazłem dzikie zwierzę. Co robić?”	
23.07.2025	18:00 - 19:00	Spotkanie na kręgielni	Hotel Wilga ul. Przedwiośnie 16

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.