

	Centrum Aktywności Seniorów WRÓBLOWIANKA ul. Wróblowicka 58 telefon: 600 051 651
--	---

Centrum Aktywności Seniorów Wróblowianka

adres - Kraków 30-698 ul. Wróblowicka 58

kontakt – tel. 600 051 651

e-mail : jagaszarek@poczta.fm

CAS czynne od poniedziałku do piątku /LIPIEC/ w godzinach:

poniedziałek	10.00-14.00
wtorek	10.00-14.00
środa	15.00 – 19.00
czwartek	10.00-14.00
Piątek	10.00-14.00

OBOWIĄZUJE OD 08.07.2025

Harmonogram zajęć stałych – LIPIEC 2025

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek			
7,14,21,28	11.00-12.30	Zajęcia plastyczne z elementami rękodzieła	-lampiony ogrodowe i inne ozdoby
7,14,21,28	10.00-11.00	Gimnastyka rehabilitacyjna	
Wtorek			
1,29	10.15-11.15	Zaj. z zakresu nowoczesnych technologii	
1,29	11.15-12.15	Trening umysłu	
22	11.00-12.00	Warsztaty z rozwoju osobistego	Organizacja spotkań integracyjnych w ramach kawiarenki

Środa			
2	15.15-16.15	Spotkanie z fizjoterapeutą	Organizacja spotkań integracyjnych w ramach kawiarenki
2,9,23,30	17.30-19.00	Zajęcia wokalne- muzyczne	
2,9,23,30	16.00-17.30	Zajęcia teatralne	
Czwartek			
3,10,17,24	11.00-12.30	Zajęcia plastyczne z elementami rękodzieła	-lampiony ogrodowe i inne ozdoby
3,10,17,24,31	10.00-11.00	Gimnastyka rehabilitacyjna	
Piątek			
4,11	11.00-14.00	-Rozwojowe gry stolikowe - rummikub, szachy, remik, brydż i inne gry planszowe	wolontariat
18,25	11.00-14.00	Pracownia malarska	wolontariat
4,11,18,25	9.30-10.15	Aerobic w basenie	Basen ul .Ludwinowska 11

Zajęcia dodatkowe lipiec 2025:

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
16	od 13.00	Wycieczka autokarowa Laskowa – Skansen na Jędrzejkówce	-zwiedzanie skansenu z przewodnikiem -biesiada taneczna przy grillu
23	10.00 – 12.00	Międzypokoleniowy spacer po Krakowie	Krakowski Kazimierz
30	11.30	Zwiedzanie Muzeum Witrażu	Wycieczki po Krakowie
Pon. – Pt.	W godzinach otwarcia CAS	Dyżury w kawiarence	Wolontariat

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy