

Centrum Aktywności Seniorów „Tekla

adres: Kraków, ul. Stanisława Działowskiego 1

telefon CAS/koordynator : 535 538 450

koordynator Barbara

dyżur koordynatora poniedziałek : 14.00 – 15.00

e-mail: ester@strusiowo.pl

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	10.00 -14.00
wtorek	10.00 -14.00
środa	10.00 -14.00
czwartek	10.00 -14.00
piątek	10.00 -14.00

OBOWIĄZUJE OD 19 sierpnia 2025

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – sierpień 2025

dzień tygodnia	Godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
poniedziałek	13.00 -14.00	Spotkanie z koordynatorem	
poniedziałek	14.00 -15.00	Porady indywidualne	
wtorek	9.00 -11.00	Nordic walking	
środa	9.30 – 11.00	Taniec w kręgu	
środa	12.30 -14.30	Wiedza obywatelska	
czwartek	13.30 - 15.30	Nauka gry w brydża	
czwartek	17.00 -18.00	Gimnastyka	
piątek	11.00-13.00	Trening pamięci	22,29.08
	12.00 -14.00	Muzykowanie	

ZAJĘCIA DODATKOWE – sierpień 2025

DATA	GODZINA	WYDARZENIE	UWAGI
7.08.2025	7.30	Wyjazd edukacyjno – rekreacyjny – wąwóz Homole, Szczawnica	Obowiązują wcześniejsze zapisy
sierpień	7.00	Wyjazd na grzyby	Termin zależny od wysypu
21.08.2025	7.00	Wyjazd edukacyjny do Zalipia i Wiśnicza	Obowiązują wcześniejsze zapisy
22.08.2025	10.00	Wyjście na wystawę prac J.Chełmońskiego MN w Krakowie	Obowiązują wcześniejsze zapisy