

Centrum Aktywności Seniorów WRÓBLOWIANKA

ul. Wróblowicka 58

telefon: 600 051 651

Centrum Aktywności Seniorów Wróblowianka

adres - Kraków 30-698 ul. Wróblowicka 58

kontakt CAS/ koordynator – tel. 600 051 651

Koordynator: Jadwiga

Dyżury koordynatora: poniedziałek, wtorek, czwartek, piątek
godz. 10.00 – 13.00

e-mail : jagaszarek@poczta.fm

CAS czynne od poniedziałku do piątku /SIERPIEŃ/ 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 20.08.2025

Harmonogram zajęć stałych – SIERPIEŃ 2025

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek			
4,11,18,25	11.00-12.30	Zajęcia plastyczne z elementami rękodzieła	makrama i motanki
11,18,25	10.00-11.00	Gimnastyka rehabilitacyjna	
Wtorek			
5	10.15-11.15	Zaj. z zakresu nowoczesnych technologii	
5	11.15-12.15	Trening umysłu	
12,19	11.00-12.15	Warsztaty z rozwoju osobistego	

26	10.00-13.00	Rozwojowe gry stolikowe	
Środa			
6,13,20,27	17.30-19.00	Zajęcia wokalne- muzyczne	
6,13,20,27	16.00-17.30	Zajęcia teatralne	
Czwartek			
7,14,21,28	11.00-12.30	Zajęcia plastyczne z elementami rękodzieła	makrama i motanki
7,14,21,28	10.00-11.00	Gimnastyka rehabilitacyjna	
Piątek			
8,29	11.00-14.00	-Rozwojowe gry stolikowe - rummikub, szachy, remik, brydż i inne gry planszowe	wolontariat
1,22	11.00-14.00	Pracownia malarska	wolontariat
1,8,22,29	9.30-10.15	Aerobic w basenie	Basen ul .Ludwinowska 11

Zajęcia dodatkowe:

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
8	13.00	Muzeum Inżynierii Miejskiej	ul. Wawrzyńca
20	9.30	Muzeum Lotnictwa	Wycieczki po Krakowie
Pon. – Pt.	w godzinach otwarcia CAS	Dyżury w kawiarence	Wolontariat

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy