



Centrum Aktywności Seniorów PROKOCIM

Kraków, ul. Kurczaba 25

Kontakt CAS/Koordynator: tel. 518 317 989

Dyżur koordynatora Alicja: wtorek w godzinach: 12:00 – 14:00

casprokocim@gmail.com

<https://www.facebook.com/fundacjahita/>

CAS czynny 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 23 PAŹDZIERNIKA 2025 r.

Harmonogram zajęć stałych – październik 2025

Dzień	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
Poniedziałek			
27	10.00 – 12.00	Zajęcia plastyczne	
	12.00 – 13.00	Zajęcia teatralne	sala gimnastyczna
Wtorek			
	10.00 – 12.00	Zdrowy Styl Życia	

21, 28	12.00 – 13.00	Gimnastyka ogólnorozwojowa	sala gimnastyczna
	13.00 – 14.00	Zajęcia taneczne – zumba	sala gimnastyczna
Środa			
22, 29	10.00 – 12.00	Historia sztuki	
22,29	12.00 - 14.00	Zajęcia wielokulturowe	
Czwartek			
23, 30	10.00 – 12.00	Rękodzieło – florystyka	
	12.00 – 13.00	Gimnastyka ogólnorozwojowa	sala gimnastyczna
	13.00 - 14.00	Zajęcia taneczne – Zumba	sala gimnastyczna
Piątek			
24	10.00 – 12.00	Zajęcia plastyczne	
	12.00 – 14.00	Obsługa urządzeń związanych z nowymi technologiami	
31	10.00 – 12.00	Gry stolikowe	
	12.00 – 14.00	Zajęcia teatralne	
Od Poniedziałku Do Piątku	10:00 – 14.00	Kawiarenka i dyżury	wolontariat

Zajęcia dodatkowe – październik 2025:

Data	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
4.10.2025	18.00 – 20.00	Wernisaż wystawy	CEKID Wieliczka

17.10.2025	10.00-14.00	Zwiedzanie klasztoru sióstr Benedyktynek w Staniątkach z przewodnikiem.	Zbiórka na placu Jeziorańskiego przed Galerią Krakowską. Wyjazd SKA3 z Dworca Głównego o godz.10.41
20.10.2025	10.00 – 12.30	Występ teatralny – wolontariat	Muzeum Podgórze Ul. Limanowskiego 51
22.10.2025	10.00 – 14.00	Barter – działania międzypokoleniowe - wolontariat	Wg uzgodnienia ze szkołami
26.10.2025	17.00- 19.00	„Ariadna na Naxos”	Wyjście do Opery ul. Lubicz

REKRUTACJA – stacjonarnie w CAS PROKOCIM
Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy