

Centrum Aktywności Seniorów „Tekla

adres: Kraków, ul. Stanisława Działowskiego 1

telefon CAS/koordynator : 535 538 450

koordynator Barbara

dyżur koordynatora poniedziałek : 13.30 – 14.30

e-mail: ester@strusiowo.pl

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	10.00 -14.00
wtorek	10.00 -14.00
środa	9.30 -14.30
czwartek	13.00 – 18.00
piątek	10.00 -14.00

OBOWIĄZUJE OD 25 listopada 2025

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – listopad 2025

dzień tygodnia	Godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
poniedziałek	12.30 -13.30	Spotkanie z koordynatorem	
poniedziałek	13.30 -14.30	Porady indywidualne	
wtorek	10.00 -11.30	Gimnastyka w wodzie	Basen Camena w Skawinie
wtorek	10.00 – 13.00	Kawiarenka	
środa	9.30 – 11.00	Taniec w kręgu	
środa	12.30 -14.30	Wiedza obywatelska	
czwartek	13.00 - 15.00	Gry stolikowe	
czwartek	15.00 -16.00	Obsługa urządzeń	
czwartek	17.00 -18.00	Gimnastyka	
piątek	11.00-13.00	Trening pamięci	7,14,21.11

ZAJĘCIA DODATKOWE – listopad 2025

DATA	GODZINA	WYDARZENIE	UWAGI
6.11.2025	10.00	Chopin, Chopin w kinie Kijów	Obowiązują wcześniejsze zapisy
10.11.2025	10.00	Turniej brydża sportowego z okazji święta niepodległości	Miejsce CAS Victoria 303 oś. Dywizjonu 303 blok. 66 Obowiązują wcześniejsze zapisy
14.11.2025	10.00	Turniej z okazji święta niepodległości w rummikub	Miejsce CAS Borsuczek Obowiązują wcześniejsze zapisy
20.11.2025	16.00	Senioralny Klub Filmowy Camper (Łukasz Suchocki, Polska 2023) 77' prelekcja przed pokazem i dyskusja po filmie	Miejsce – kino Kika ul. I. Krasickiego 18 Obowiązują wcześniejsze zapisy
24.11.2025	14.00	Spotkanie informacyjno – konsultacyjne z ginekologiem	Miejsce Okręgowa Izba Lekarska ul. Krupnicza 11a Obowiązują wcześniejsze zapisy
26.11.2025	10.00	Wyjazd rekreacyjny Koniusza, Przesławice	Obowiązują wcześniejsze zapisy