



Centrum Aktywności Seniorów w Willi Decjusza

adres - ul. 28 Lipca 1943 17A, 30-330 Kraków

kontakt - tel. 508 688 474 e-mail cas@villa.org.pl

Koordynatorka — Jolanta

Dyżur koordynatorki CAS w Willi Decjusza – poniedziałek godz. 10.00 – 12.00

Facebook - Centrum Aktywności Seniorów Willa Decjusza

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

OBOWIAZUJE OD 8 GRUDNIA 2025

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – GRUDZIEŃ 2025

Dzień	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
Poniedziałek ±, 8, 15, 22	10.00 – 13.00	Kurs rysunku	1 – zajęcia nie odbyły się
1, 8, 15, 22, 29	9.30 – 12.30	Obsługa urządzeń związanych z nowymi technologiami	
1, 8, 15, 22	10.15 – 11.15 11.15 – 12.15	Zajęcia ruchowe pilates	



1, 8, 15	12.30 -14.30	Zajęcia wokalne	
Wtorek 9, 16,	17.00 - 19.00	Zajęcia ruchowe taniec w parach	
2	13.00 – 15.00	Zajęcia literackie z Małgorzatą Majewska	
9	10.00 – 13.00	Warsztaty plastyczne	
9	10.00 - 12.00	Historia sztuki	Normanowie
16	10.00 – 12.00	Warsztaty plastyczne	Ozdoby świąteczne
Środa 3, 10	9.45 – 12.45	Warsztaty plastyczne	
3	17.00 – 19.00	Zajęcia ruchowe taniec w parach	3 – zajęcia odwołane
3, 10, 17	11.45 – 12.45	Zajęcia ruchowe stretching	
Czwartek 4, 11, 18	9.15 - 10.15 10.20 – 11.20	Język angielski	
11	11.00 – 14.00	Kurs rysunku	Pracownia malarska Beaty Zuby Adres – ul. Emaus 20/ 5
4, 11, 18	11.30 – 16.00	Gry stolikowe i ruchowe	
11	16.30 - 19.30	Warsztaty literackie Piszmy więc	
Piątek 12	16.00 – 18.00	Warsztaty literackie Sagowce	
5, 12	10.00 – 12.00	Klub książki	5 – Pod jednym dachem 12 – Spacer po Irlandii

W każdym tygodniu od poniedziałku do piątku	16.00 – 18.00	Telefoniczna pomoc informatyczna	Tylko dla członków CAS w Willi Decjusza tel.790 605 888
---	---------------	----------------------------------	---

ZAJĘCIA DODATKOWE - GRUDZIEŃ 2025

Data	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
3		Koncert dla Seniorów	Centrum Kongresowe
8	13.00 – 15.00	Spotkanie integracyjne Kolędowanie	Willa Decjusza
9	18.00 – 20.00	Teatr Variete „Balet o kawie”	
10, 12	16.00 – 19.00	Kurs pierwszej pomocy Jak pomóc sobie i innym	ul. Chocimska 9
12	18.00 – 20.00	Wernisaż wystawy Barbary Ziembickiej	NCK
15	10.00 – 11.00	Warsztaty – bariery związane z nowymi technologiami, wykluczenie cyfrowe, fake news...	Współpraca Uniwersytetem Ekonomicznym w Krakowie
17	8.00 – 18.00	Wycieczka do Gliwic	
19	11.00 – 14.00	Spotkanie wigilijne	Willa Decjusza