



Centrum Aktywności Seniorów
CAS „Dojrzały Smak Życia”

e-mail: biuro@apz.org.pl

telefon: 12 294 81 35; 532 254 436

Centrum Aktywności Seniorów „Dojrzały Smak Życia”

adres - Kraków, ul Rzeźnicza 2A

kontakt do koordynatora: Ola tel. 601 22 22 14 poniedziałek, środa, piątek w godz. 9.00-13.00

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	9.00-13.00
wtorek	10.00-14.00
środa	9.00-13.00
czwartek	10.00-14.00
piątek	9.00-13.00

OBOWIĄZUJE OD 8

Harmonogram zajęć stałych – GRUDZIEŃ 2025

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek			
8,15	9.00-10.30	Konsultacje z zakresu nowoczesnych technologii	
8	11.00-12.30	Czas nas kulturę Warsztaty empatyczne	
15	11.00-12.30	Czas nas kulturę Spotkanie przed świąteczne	
29	11.00-12.30	Czas nas kulturę Spotkanie Sylwestrowe	
Wtorek			
9,30	11.00-12.00	Zajęcia arteterapia – terapia przez sztukę	
9,16	11.00-12.30	Zajęcia z gier stolikowych i sprawnościowych	
Środa			

10,17	9.00-10.30	Konsultacje z zakresu nowoczesnych technologii	
Czwartek			
11	11.00-12.30	Zajęcia artystyczne i elementami rękodzieła	
18	11.00-12.30	Seminarium z literatury i filmu	
Piątek			
12	11.30-13.00	Seminarium z literatury i filmu Kino Pod Baranami „Ministranci” Zbiórka godz. 11.15	
19	9.00-10.30	Konsultacje z zakresu nowoczesnych technologii	
19	11.00-12.30	Zajęcia nordic walking	

Zajęcia dodatkowe w grudzień 2025:

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy