

Centrum Aktywności Seniorów SWOSZOWICE CORNER

adres: ul. Myślenicka 133, 30-698 Kraków

kontakt: tel. 666 899 596 (CAS/koordynator)

e-mail: cas.swoszowice.corner@gmail.com

koordynatorka: Edyta

dyżury w poniedziałki., środy i piątki godzinach otwarcia CAS-u

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

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

W godzinach otwarcia CAS-u zapraszamy do kawiarenki.

OBOWIĄZUJE OD 1 stycznia 2026 r.

Harmonogram zajęć stałych – STYCZEŃ 2026 r.

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	10.30-11.30	zajęcia relaksacyjne	12 i 26.01
	13.30-14.30	język francuski	zajęcia nie odbędą się 5.01
wtorek	11.00-12.00 12.00-13.00	kultura – edukacja – społeczeństwo	tylko 20.01
środa	11.00-12.00	język angielski (I)	
	12.00-13.00	język angielski (II)	

środa	12.30-13.13	zajęcia ruchowe: gimnastyka (I)	
	13.15-14.00	zajęcia ruchowe: gimnastyka (II)	
czwartek	10.30-11.30	zajęcia ruchowe: gimnastyka krzeselkowa	8 i 22.01
	11.00-12.00 12.00-13.00	zdrowy tryb życia	tylko 29.01
	18.00-19.00	nowe technologie – obsługa urządzeń	
piątek	9.20-10.20	trening poznawczy	zajęcia nie odbędą się 2.01
	10.30-11.30	warsztaty kreatywne	zajęcia nie odbędą się 2.01
	18.00-20.00	klub gracza	9 i 30.01

Zajęcia dodatkowe w styczniu 2026 r.

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
15 stycznia (czwartek)	11.00	zwiedzanie z przewodnikiem Muzeum Podgórza	ul. Limanowskiego 51, zbiórka na miejscu o 10.50
23 stycznia (piątek)	9.00-12.30	zbiórka ciast dla wolontariuszy 34. Finału WOŚP	ciasta/przekąski przynosimy do CAS-u
23 stycznia (piątek)	15.30	wycieczka do Kuter Portu w Nieznanowicach	Aleja Światel na plaży, ognisko z kielbaskami, biesiadowanie; zapisy do 7.01 (liczba miejsc ograniczona)
27 stycznia (wtorek)	17.00	koncert kolęd chóru Hejnał	Krakowskie Forum Kultury, ul. Mikołajska 2

Na wszystkie zajęcia i wydarzenia obowiązują zapisy.