

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 14 stycznia 2026

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – styczeń 2026

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 13,20,27.01
wtorek	10.00 – 13.00	Kawiarenka	
środa	9.30 – 11.00	Taniec w kręgu	
środa	12.30 -14.30	Wiedza obywatelska	
czwartek	12.30 - 14.30	Gry stolikowe	
czwartek	14.30 -15.30	Obsługa urzędzeń	
czwartek	17.00 -18.00	Gimnastyka	
piątek	11.00-13.00	Trening pamięci	9,16,23,30.01

ZAJĘCIA DODATKOWE – styczeń 2026

DATA	GODZINA	WYDARZENIE	UWAGI
15.01.2026	8.30	Kulig na Podhalu	Obowiązują wcześniejsze zapisy
22.01.2026	16.00	Senioralny Klub Filmowy - Paw zwyczajny (Bernhard Wenger, Austria/Niemcy 2024) 102' prelekcja przed pokazem i dyskusja po filmie	Miejsce – kino Kika ul. I. Krasickiego 18 Obowiązują wcześniejsze zapisy