



Centrum Aktywności Seniorów  
CAS „Dojrzały Smak Życia”

e-mail: [biuro@apz.org.pl](mailto:biuro@apz.org.pl) telefon: 12294 81 35; 532 254 436

**Centrum Aktywności Seniorów „Dojrzały Smak Życia”**

adres - Kraków, ul Rzeźnicza 2A

kontakt do koordynatora: Ola tel. 601222214 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 1**

**Harmonogram zajęć stałych – *Luty* 2026**

| dzień               | godzina     | rodzaj zajęć                                                     | uwagi |
|---------------------|-------------|------------------------------------------------------------------|-------|
| <b>Poniedziałek</b> |             |                                                                  |       |
| 9                   | 11.00-12.30 | Seminarium z zakresu historii i sztuki Krakowa                   |       |
| 16                  | 11.00-12.30 | Czas na kulturę<br>Poezja dla Ciebie                             |       |
| 26                  | 11.00-12.00 | Zajęcia międzypokoleniowe „Spotkajmy się”<br>Żony Beatlesów cz I |       |
| <b>Wtorek</b>       |             |                                                                  |       |
| 3,10,17,24          | 10.00-11.30 | Kursy językowe – lektorat z języka francuskiego                  |       |
| 3,17                | 11.00-12.00 | Zajęcia arteterapia – terapia przez sztukę                       |       |
| <b>Środa</b>        |             |                                                                  |       |

|                 |             |                                                        |  |
|-----------------|-------------|--------------------------------------------------------|--|
| 4,11,18,25      | 9.00-10.30  | Kursy językowe– lektorat z języka angielskiego gr 2    |  |
| 4,11,18,25      | 11.00-12.30 | Kursy językowe– lektorat z języka hiszpańskiego        |  |
| 11,18           | 9.00-10.30  | Kursy językowe – lektorat z języka angielskiego gr 1   |  |
| <b>Czwartek</b> |             |                                                        |  |
| 12,26           | 12.00-13.00 | Seminarium z psychologii                               |  |
| 19              | 11.00-12.30 | Seminarium z literatury i filmu<br>Muriel Spark, Jazda |  |
| 19              | 11.00-12.30 | Zajęcia artystyczne i elementami rękodzieła            |  |
| 19              | 12.30-14.00 | Zajęcia z gier stolikowych i sprawnościowych           |  |
| <b>Piątek</b>   |             |                                                        |  |
| 6,13,20,27      | 12.30-13.15 | Zajęcia z aqua aerobiku                                |  |

### **Zajęcia dodatkowe w luty 2026:**

| data | godzina | rodzaj zajęć | uwagi |
|------|---------|--------------|-------|
|      |         |              |       |

*Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy*