

**Centrum Aktywności Seniorów
WRÓBLOWIANKA**

ul. Wróblowicka 58

telefon: 600 051 651

Centrum Aktywności Seniorów Wróblowianka

adres - Kraków 30-698 ul. Wróblowicka 58

kontakt CAS/ koordynator – tel. 600 051 651

Koordynator: Jadwiga

Dyżury koordynatora: poniedziałek, wtorek, czwartek
godz. 11.00 – 13.30

e-mail : jagaszarek@poczta.fm

CAS czynne od poniedziałku do piątku /MAJ/ w godzinach:

poniedziałek	10.00-14.00
wtorek	10.00-14.00
środa	15.00 – 19.00
czwartek	10.00-14.00
Piątek	10.00-14.00

OBOWIĄZUJE OD 4.05.2026

Harmonogram zajęć stałych – MAJ 2026

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek			
4,11,18,25	11.00-12.30	Zajęcia plastyczne z elementami rękodziela	
	10.00-11.00	Gimnastyka rehabilitacyjna	
Wtorek			
5,12,19	10.15-11.15	Zaj. z zakresu nowoczesnych technologii	
5,12,19	11.15-12.15	Trening umysłu	
Środa			
6,13,20,27	17.30-19.00	Zajęcia wokalne- muzyczne	

6,13,20,27	16.00-17.30	Zajęcia teatralne Wróblowickiego Teatru Seniora „WTS”	
6,13,20,27	15.00-16.00	Gimnastyka kręgosłupa na matach	
Czwartek			
7,14,21,28	10.00-11.00	Gimnastyka rehabilitacyjna	
7,14,21,28	11.00-12.30	Zajęcia plastyczne z elementami rękodzieła	
Piątek			
15	11.00-14.00	Zajęcia malarskie w pracowni artystycznej	
8,15,22,29	9.30-10.15	Aerobic w basenie	

Zajęcia dodatkowe:

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
6	10.00-20.00	MAJÓWKA w Nieznanowicach	wycieczka
12	19,15	Teatr Bagatela – „Kochajmy Skowronki” Talent Show	wyjście do teatru
16	19.00	Koncert muzyki filmowej w TAURON ARENIE	wyjście na koncert
18	19.00	Koncert z okazji Dnia Matki – „Dla Ciebie Mamo” FILHARMONIA KRAKOWSKA	wyjście na koncert
20	17.15	Występ Wróblowickiego Teatru Seniora „WTS” ze spektaklem „Pan Tadeusz w krzywym zwierciadle”	Miejsce: Biblioteka Kraków filia nr 35
25,26	9.00	Szkolenie w ramach KPO podnoszące kompetencje cyfrowe – bezpieczeństwo w internecie	Miejsce: siedziba CAS Wróblowianka
Pon. – Pt.	w godz. otwarcia CAS	Diżury w kawiarence	Wolontariat

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy

