

## 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 7 MAJA 2026**

### HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – maj 2026

dzień tygodnia	Godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
poniedziałek	10.00 -12.00	Nordic walking	
poniedziałek	12.30 -13.30	Spotkanie z koordynatorem	
poniedziałek	14.00 -16.00	Historia sztuki – spacer po mieście	<b>11.05 spotkanie pod Adasiem na Rynku Głównym– później ul. Kopernika</b> <b>18.05 spotkanie pod Adasiem na Rynku Głównym – później ul. Grodzka</b>
poniedziałek	13.30 -14.30	Porady indywidualne	
wtorek	10.00 -11.30	Gimnastyka w wodzie	<b>Basen Camena w Skawinie 12,19,26.05</b>
wtorek	10.00 – 13.00	Kawiarenka	
środa	9.30 – 11.00	Taniec w kręgu	
środa	11.30 -13.30	Gry stolikowe	

czwartek	12.30 - 14.30	Wiedza obywatelska	<b>14.04</b>
czwartek	17.00 -18.00	Gimnastyka	
piątek	11.00-13.00	Trening pamięci	

### ZAJĘCIA DODATKOWE – maj 2026

DATA	GODZINA	WYDARZENIE	UWAGI
13.05.2026	16.30	Senioralny Klub Filmowy - <b>Tylko kochankowie przeżyją (Jim Jarmusch, Wielka Brytania/Niemcy 2013)</b> 120' prelekcja przed pokazem i dyskusja po filmie	Miejsce – kino Kika ul. I. Krasickiego 18
14.05.2026	7.30	Wyjazd edukacyjny do Nagłowic i Jędrzejowa	Obowiązują wcześniejsze zapisy