



## Centrum Aktywności Seniorów „Źródło”

adres - Kraków, ul. Zapolskiej 42

telefon CAS/koordynator Danuta – tel. 695 182 810

dyżur koordynatora – wtorek 9.30 – 10.30

e-mail [danutasanetra@interia.pl](mailto:danutasanetra@interia.pl)

### CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	9.30 -13.30
wtorek	9.30 -13.30
środa	9.30 -13.30
czwartek	9.30 -13.30
piątek	9.30 -13.30

**OBOWIĄZUJE OD 11 maja 2026**

### Harmonogram zajęć stałych – maj 2026

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	9.30 – 10.30	Porady indywidualne	
	10.30 - 11.30	obsługa urzędzeń	
	11.30 – 13.30	Gry świetlicowe	
wtorek	9.30 – 10.30	Dyżur koordynatora	
	10.00 – 11.30	Arteterapia	
	11.30 – 13.30	wiedza obywatelska	
środa	9.30 – 10.30	Gry świetlicowe	
	10.30 – 12.30	Rękodzieło	

czwartek	9.30 – 10.30 10.30 - 11.30	Porady indywidualne Zajęcia proekologiczne	
piątek	9.30 – 13.30	nordic walking	nordic walking – w zależności od pogody, spotkania – wejście do Parku Jordana

### Zajęcia dodatkowe – od 11 maja 2026

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
11.05.2026	8.00 – 18.00	Wyjazd do Tatrzańskiego Parku Narodowego	zapisy
12.05.2026	12.00 – 15.00	Promocja wolontariatu - warsztaty	zapisy
25.05.2026	16.00 – 19.00	Spotkanie okolicznościowe, międzypokoleniowe z okazji Dnia Matki	zapisy