

# 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](mailto:jagaszarek@poczta.fm)

### CAS czynne od poniedziałku do piątku /CZERWIEC/ 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 24.06.2026**

### Harmonogram zajęć stałych – CZERWIEC 2026

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
<b>Poniedziałek</b>			
1,8,15,22,29	11.15-12.15	Zajęcia plastyczne z elementami rękodziela	
1,8,15,22,29	10.00-11.00	Gimnastyka rehabilitacyjna	
<b>Wtorek</b>			
2,9,16,23,30	10.15-11.15	Zaj. z zakresu nowoczesnych technologii	
2,9,16,23,30	11.15-12.15	Trening umysłu	
<b>Środa</b>			
3,10,17,24	17.30-19.00	Zajęcia wokalne- muzyczne	

3,10,17,24	16.00-17.30	Zajęcia teatralne Wróblowickiego Teatru Seniora „WTS”	
3,10,17,24	15.00-16.00	Gimnastyka kręgosłupa na matach	
<b>Czwartek</b>			
11,18,25	10.00-11.00	Gimnastyka rehabilitacyjna	
11,18,25	11.15-12.15	Zajęcia plastyczne z elementami rękodzieła	
<b>Piątek</b>			
26	11.00-14.00	Zajęcia malarskie w pracowni artystycznej	
12,19,26	9.30-10.15	Aerobic w basenie	

### Zajęcia dodatkowe:

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
10	17.00	<b>Występ Wróblowickiego Teatru Seniora WTS ze spektaklem „Lata 20, lata 30”</b>	Miejsce: CKP Klub Wola Duchacka
13	16.00	<b>Występ grupy wokalne CAS z piosenkami ze spektaklu „Lata 20, lata 30”</b>	Miejsce: Wola Duchacka Festyn „Stara Wola nie Rdzewieje”
12	14.00-17.00	<b>Warsztaty rękodzielnicze uczestników zajęć CAS w ramach Dni osób niepełnosprawnych</b>	Miejsce: Rynek Główny „Kocham Kraków z wzajemnością” wolontariat
15	11.00 – 15.00	<b>Warsztaty „Senior w podróży lotniczej”</b>	Wyjazd na Lotnisko w Balicach w ramach wycieczki po Krakowie
Pon. – Pt.	w godz. otwarcia CAS	Dyżury w kawiarence	Wolontariat

*Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy*