

adres - os. Dywizjonu 303 bl. 66 (XXX L.O.)

kontakt CAS/koordynator Tomasz – tel. 533-988-822

dyżur koordynatora: wtorek w godz. 14.30-15.30  
e-mail: [cas@fundacjapasja.org](mailto:cas@fundacjapasja.org); [www.fundacjapasja.org](http://www.fundacjapasja.org)

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

|              |                         |
|--------------|-------------------------|
| poniedziałek | 14.00-18.00 (sala nr 5) |
| wtorek       | 14.00-18.00 (sala nr 5) |
| środa        | 14.00-18.00 (sala nr 5) |
| czwartek     | 14.30-18.30 (świetlica) |
| piątek       | 14.30-18.30 (świetlica) |

**OBOWIAZUJE OD 1.07.2026 r**

**Harmonogram zajęć stałych – lipiec 2026**

| dzień        | godzina     | rodzaj zajęć                  | uwagi                       |
|--------------|-------------|-------------------------------|-----------------------------|
| poniedziałek | 14.30-17.30 | gry planszowe i karciane      | strefa relaksu <sup>1</sup> |
|              | 16.00-18.00 | molkkyy/petanque <sup>2</sup> | Avia/park Woźniców          |
| wtorek       | 14.30-15.30 | spotkanie z koordynatorem     |                             |
|              | 15.30-16.30 | zdrowy tryb życia             |                             |
|              | 16.30-17.30 | nowe technologie              |                             |
| środa        | 10.00-11.00 | gimnastyka                    | obowiązują zapisy           |
|              | 14.30-17.30 | gry planszowe i karciane      | strefa relaksu <sup>1</sup> |
| czwartek     | 10.00-14.00 | brydż sportowy                | ul. Borsucza 11             |
|              | 14.30-16.30 | wiedza obywatelska            |                             |
|              | 16.30-17.30 | porady indywidualne           |                             |
|              | 17.30-19.00 | klub filmowy                  |                             |

|        |             |                                |                   |
|--------|-------------|--------------------------------|-------------------|
| piątek | 10.00-11.00 | TomFit – siłownia <sup>3</sup> | obowiązują zapisy |
|        | 12.30-13.30 | nordic walking                 |                   |

<sup>1</sup> w ramach działania integracyjnego CAS Victoria i XXX L.O. (poniedziałki: rummikub, nauka gry w szachy, brydż sportowy, środy: rummikub, brydż towarzyski, planszówki)

<sup>2</sup> os. Avia 6,20.VII, park Woźniców 13,27.VII

<sup>3</sup> treningi wprowadzające z instruktorem dla seniorów 60+ (os. Avia) – zapisy u koordynatora

### **Zajęcia dodatkowe w lipcu 2026:**

| data  | godz. | rodzaj zajęć                                                 | uwagi               |
|-------|-------|--------------------------------------------------------------|---------------------|
| 2.07  | 8:00  | Wyjazd turystyczno-rekreacyjny w Gorce                       | - obowiązują zapisy |
| 4.07  | 16-22 | Potańcówka na Załęczu                                        | - obowiązują zapisy |
| 6.07  | 12:00 | spotkanie okolicznościowe z okazji światowego dnia czekolady | - obowiązują zapisy |
| 12.07 | 18:00 | 90-rocznica Pavarottiego w Kinie Kijów (retransmisja)        | - obowiązują zapisy |
| 24.07 | 8:00  | Wyjazd turystyczno-krajoznawczy do Puszczy Niepołomickiej    | - obowiązują zapisy |
| 29.07 | 14:30 | Szkolenie MCPU – „radzenie sobie ze stresem”                 |                     |

*Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.*