

|  |                                                                                                                                         |
|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <b>Centrum Aktywności Seniorów</b><br><b>WRÓBLOWIANKA</b><br>ul. Wróblowicka 58 <span style="float: right;">telefon: 600 051 651</span> |
|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### 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 /SIERPIEŃ/ 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   |

**O BOWIAŻUJE OD 3.08.2026**

### Harmonogram zajęć stałych – SIERPIEŃ 2026

| dzień               | godzina     | rodzaj zajęć                               | uwagi |
|---------------------|-------------|--------------------------------------------|-------|
| <b>Poniedziałek</b> |             |                                            |       |
| 3,10,17,24,31       | 11.15-12.15 | Zajęcia plastyczne z elementami rękodzieła |       |
| 17,24,31            | 10.00-11.00 | Gimnastyka rehabilitacyjna                 |       |
| <b>Wtorek</b>       |             |                                            |       |
| 18,25               | 10.00-13.00 | Pracownia malarska                         |       |
| 11                  | 11.00-13.00 | Gry stolikowe                              |       |
| <b>Środa</b>        |             |                                            |       |
| 5,12,19,26          | 17.30-19.00 | Zajęcia wokalne- muzyczne                  |       |

|                 |             |                                                          |  |
|-----------------|-------------|----------------------------------------------------------|--|
| 5,12,19,26      | 16.00-17.30 | Zajęcia teatralne<br>Wróblowickiego Teatru Seniora „WTS” |  |
|                 |             |                                                          |  |
| <b>Czwartek</b> |             |                                                          |  |
| 20,27           | 10.00-11.00 | Gimnastyka rehabilitacyjna                               |  |
| 6,13,20,27      | 11.15-12.15 | Zajęcia plastyczne z elementami rękodzieła               |  |
| <b>Piątek</b>   |             |                                                          |  |
| 7,14,21,28      | 11.00-14.00 | Aerobic w basenie                                        |  |
|                 |             |                                                          |  |

### Zajęcia dodatkowe:

| data       | godzina              | rodzaj zajęć                                                                                    | uwagi                                        |
|------------|----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|
| 13         | 16.00                | <b>Wyjście do kina- „Aftersun”</b>                                                              | Pod Baranami                                 |
| 19         | 10.00                | <b>Centrum Nauki i Zmysłów WOMAI</b>                                                            | ul. Pawia 34<br>wycieczki po Krakowie        |
| 26         | 11.30                | <b>Muzeum Obwarzanka</b>                                                                        | Ul. Paderewskiego 4<br>wycieczki po Krakowie |
| 31         |                      | <b>Występy Wróblowickiego Zespołu Teatralnego „WTS” w ramach obchodów 35 lecia Dzielnicy MK</b> | Miejsce:<br>teren Tauron Arena               |
| 24         | 11                   | <b>Spotkanie autorskie z japonistką Elżbietą Bargiel połączone z warsztatami</b>                | Spotkania autorskie                          |
| Pon. – Pt. | w godz. otwarcia CAS | Dyżury w kawiarence                                                                             | Wolontariat                                  |

*Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy*