



Centrum Aktywności Seniorów PROKOCIM

Kraków, ul. Kurczaba 25

Kontakt CAS/Koordynator: tel. 518 317 989

Dyżur koordynatora Alicja: wtorek w godzinach: 12:00 – 14:00

e-mail: casprokocim@gmail.com <https://www.facebook.com/casprokocim/>

<https://www.facebook.com/fundacijahita/>

CAS czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

Poniedziałek	10.00-14.00
Wtorek	10.00-14.00
Środa	10.00-14.00
Czwartek	10.00-14.00
Piątek	10.00-14.00

OBOWIAZUJE OD 1 sierpień 2026 r.

Dzień	godz. od – do	Rodzaj, zajęć	Uwagi
Poniedziałek	3,10,17,24,31		
3,10	10.00-12.00	Gry stolikowe	
03,17,31	12.00 – 13.00	Zajęcia taneczne – taniec w kręgu	
03,17,31	13.00 -14.00	Zajęcia taneczne -taniec liniowy	
Wtorek	4,11,18,25		
4,18	10.00 – 12.00	Wielokulturowe (Grecja)	
25	10.00 – 12.00	Zdrowy Styl Życia	

4,18,25	12.00 – 14.00	Spotkania integracyjne przy wspólnym stole.	wolontariat
18	17:00-19:00	Nordig Wallking	Park Kurczaba Zbiórka przed budynkiem CAS
Środa 5,12,19,26			
5,12	10.00 – 12.00	Filmowy klub dyskusyjny	
19, 26	10.00 - 12.00	Wsparcie psychologiczne	
Czwartek 6,13,20,27			
13	10.00 – 12.00	Zajęcia wokalne	
20	10.00 – 12.00	Zajęcia teatralne	
27	12:00-14:00	Plastyczne	
Piątek 7,14,21,28			
7	10.00-12.00	Florystyka	
7	12.00-14.00	Arteterapia	
14,21,28	10.00-12.00	Filmowy klub dyskusyjny	wolontariat

Zajęcia dodatkowe – Lipiec 2026

Data	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
Od poniedz. do piątku	10:00 – 14.00	Kawiarenka i dyżury w CAS	wolontariat
04.08/wtorek	11:00-13:00	Spotkanie z przedstawicielami Rady Miasta Krakowa	
06.08/czwartek	10:00-16:00	Wycieczka Jaskinia Wierchowska	Szczegóły zostaną podane w CAS

08.08/sobota	wg.ogłoszenia na stronie	Ogród Bazyliki św.Floriana	Zapisy: krakowwzieleni.pl/wydarze nia
21.08/piątek.	10:00-14:00	Z cyklu-Poznajemy najpiękniejsze dolinki Krakowa wycieczka	Szczegóły w CAS
24.08/poniedz.	10:00-14:00	Z cyklu-Poznajemy najpiękniejsze dolinki Krakowa wycieczka	Szczegóły w CAS
28.08/piątek	10:00-14:00	Z cyklu-Poznajemy najpiękniejsze dolinki Krakowa wycieczka	Szczegóły w CAS
29.08/sobota	wg. ogłoszenia na stronie	Ogród Gystersów w Mogile	Zapisy: krakowwzieleni.pl/wydarze nia

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy

UWAGA!! Ze względu na remont sali wszystkie zajęcia odbywać się będą na sali gimnastycznej do czasu zakończenia remontu sali nr 5