

Centrum Aktywności Seniorów „Tekla

adres: Kraków, ul. Stanisława Działowskiego 1

telefon CAS/koordynator : 535 538 450

koordynator Barbara

dyżur koordynatora poniedziałek : 13.30 – 14.30

e-mail: ester@strusiowo.pl

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	10.00 -14.00
wtorek	10.00 -14.00
środa	10.00 -14.00
czwartek	13.00 – 18.00
piątek	10.00 -14.00

OBOWIĄZUJE OD 25 SIERPNIA 2026

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – sierpień 2026

dzień tygodnia	Godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
poniedziałek	10.00 -12.00	Nordic walking	3,10.08
poniedziałek	12.30 -13.30	Spotkanie z koordynatorem	
poniedziałek	13.30 -14.30	Porady indywidualne	
wtorek	10.00 -12.00	Bule	
środa	9.30 -11.00	Taniec w kręgu	5,12,26.08
środa	10.30 -12.30	Gry stolikowe	5,26.08
środa	12.30 -13.30	Obsługa urzędzeń	
czwartek	12.00 – 15.00	Kawiarenka	
czwartek	17.00 -18.00	Gimnastyka	
piątek	11.00-13.00	Trening pamięci	14,28.08

ZAJĘCIA DODATKOWE – sierpień 2026

DATA	GODZINA	WYDARZENIE	UWAGI
27.08.2026	8.00	Wyjazd rekreacyjny do Niedzicy i Sromowiec	Obowiązują wcześniejsze zapisy