

Centrum Aktywności Seniorów – Cyfrowe Centrum

Osiedle Centrum E 18/6, Kraków

Kontakt: tel. 506 303 304

e-mail: centrum@fabrykainicjatyw.pl

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	10:00 do 14:00
wtorek	10:00 do 14:00
środa	15:00 do 19:00
czwartek	15:00 do 19:00
piątek	10:00 do 14:00

OBOWIĄZUJE OD 02.05.2025 r.

Harmonogram zajęć stałych – MAJ 2025 r.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	UWAGI
Poniedziałek	10:00-12:00	Gry Karciane	Informacja i zapisy w CAS - 506303304
	12.00-14.00	Twórczy relaks	Informacja i zapisy w CAS -506303304
	14:00 – 15:00	ZUMBA	Informacja i zapisy w CAS - 506303304 Zajęcia odbywają się na os Jagiellońskim 19, pomieszczenie statutowe Spółdzielnia Mieszkaniowa Jutrzenka Zajęcia – 5,12.05.2025 r.
	11:30 – 12:30	PILATES	Informacja i zapisy w CAS - 506303304 Zajęcia – 12.19.05.2025 r.
Wtorek	10:00 – 12:00	Trening umysłu	Informacja i zapisy w CAS - 506303304 13,21.05.2025

	12:00 – 13:00	J. angielski – średniozaawansowany	Informacja i zapisy w CAS - 506303304
	13.00 – 14.00	J. angielski – poziom podstawowy	Informacja i zapisy w CAS - 506303304
Środa	12.30-13.30	Zdrowie w każdym kroku	Informacja i zapisy w CAS - 506303304 Zbiórka – pod NCK-iem
	13:30 - 14:30	Slow Jogging/ Smovey	Informacja i zapisy w CAS - 506303304
	15:00 - 16:00	Język włoski – podstawowy	Informacja i zapisy w CAS - 506303304 W maju zajęcia odwołane.
	16:00 - 17:00	Zajęcia z obsługi tabletu	Informacja i zapisy w CAS - 506303304 W maju – zajęcia odwołane
	17:00 - 18:00	Zajęcia smartfony	Informacja i zapisy w CAS - 506303304
	18:00 - 19:00	Uczymy się grać w brydża	Informacja i zapisy w CAS - 506303304
Czwartek	15:00 – 17:00	Klub dyskusyjny – Opowiedz mi swoją historię przy kawie	Informacja i zapisy w CAS - 506303304
	16:00 - 18:00	Zajęcia rysunkowe	Informacja i zapisy w CAS - 506303304 Miejsce spotkania: os Centrum E18 /6 (przed CAS Cyfrowe Centrum) w przypadku deszczu zajęcia będą prowadzone w lokalu os Centrum E 18/6 Nowa Huta Zajęcia odbędą się w dniach 8,22.05.2025 r.
	17:00 - 19:00	Wieczory filmowe	Informacja i zapisy w CAS - 506303304
Piątek	10:00 - 14:00	Spotkania brydżowe	Informacja i zapisy w CAS - 506303304
	12:30 -13:30	Nordic Walking	Informacja i zapisy w CAS - 506303304 Miejsce spotkania – ZALEW NOWOHUCKI
	13:00 - 14:00	Zajęcia komputerowe	Informacja i zapisy w CAS - 506303304

Zajęcia dodatkowe maj 2025 r.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	UWAGI
2.05.2025	10:00 do 13:00	Spacer nad WISŁĄ	Informacja i zapisy w CAS – 506303304
10 i 17.05 (soboty)	13:00 do 14:30	Łucznictwo	obowiązują obuwie i strój na zmianę – tylko na zapisy – ilość miejsc ograniczona Zapisy Miłka Miłoś - 792847487
12.05.2025	10.00 do 12.00	Wycieczka – Spacer po Rynku	Informacja w CAS
21.05.2025	10.00 do 11.30	DOBROSTAN	Informacja i zapisy CAS Zajęcia oś. Jagiellońskie 19
22.05.2025	15:00 do 17:00	Spotkanie wolontariuszy	Informacje i zapisy tel. 506303304
22.05.2025	10.00 do 12.00	MUZEUM NARODOWE – UTAMARO KITAGAWA	Informacja i zapisy tel. 506303304
28.05.2025	09:00 do 11:00	Tajemnice ulicy Klasztornej - zwiedzanie	Informacja i zapisy CAS

W godzinach otwarcia CAS – wolna strefa animacji

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.