

**Centrum Aktywności Seniorów Zabłocie Grzegórzki  
przy Fundacji Małopolska Izba Samorządowa**

**Klaster Innowacji Społeczno-Gospodarczych Zabłocie 20.22, ul. Zabłocie 20  
Fundacja Małopolska Izba Samorządowa, al. Daszyńskiego 16, 31-534 Kraków**

kontakt – tel. 537 999 506, e-mail – [cas@fundacjamis.org.pl](mailto:cas@fundacjamis.org.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     | 10:00 – 14.00 |
| piątek       | 10:00 – 14.00 |

**OBOWIAZUJE OD 10 CZERWCA 2025**

*data dzienna*

**Harmonogram zajęć stałych – CZERWIEC 2025**

*Miesiąc*

| dzień        | godzina       | rodzaj zajęć                                                                                           | uwagi                                                                     |
|--------------|---------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|
| poniedziałek | 9:45 – 10:45  | <b>Trening zapamiętywania</b><br>(zajęcia ruchowe i integracyjne)                                      | Klaster sala 204                                                          |
|              | 10.00 – 13.00 | <b>Zakończenie roku szkolnego</b><br><b>Trening zapamiętywania</b><br>(zajęcia ruchowe i integracyjne) | Tylko 30.06.2025<br>CAS Żeglarz<br>Klub Żeglarski "Horn",<br>ul. Kozia 22 |
| wtorek       | 10:00 – 12:00 | <b>Spotkanie ze smartfonem</b><br><b>ciąg dalszy...</b><br>(zajęcia edukacyjne)                        | Klaster Sala 204                                                          |
|              | 12.30 – 14.00 | <b>Ruszamy się... gimnastyka</b><br>(zajęcia ruchowe i integracyjne)                                   | <b>Zajęcia Kampus UEK</b>                                                 |
| środa        | 10:00 – 12:00 | <b>Cyfrowy Senior:</b><br><b>zajęcia z komputerem</b><br>(zajęcia edukacyjne)                          | Klaster Sala 204                                                          |
|              | 12.15 – 13.45 | <b>Ruszamy się... Nordic walking</b><br>(zajęcia ruchowe i integracyjne)                               | <b>Zbiórka na parkingu</b><br><b>pod Klastrem</b>                         |
| czwartek     | 8:30 – 09:30  | <b>Język angielski</b><br><b>(Poziom A2)</b><br>(zajęcia edukacyjne)                                   | Bez 05.06.2025<br>Bez 19.06.2025<br>Klaster Sala 204                      |
|              | 9:45 – 10:45  | <b>Język angielski</b><br><b>(Poziom B1)</b><br>(zajęcia edukacyjne)                                   |                                                                           |
|              | 11:00 – 12:00 | <b>Język angielski</b><br><b>(Poziom A1)</b><br>(zajęcia edukacyjne)                                   |                                                                           |

|          |               |                                                                                                              |                                                                                          |
|----------|---------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|
|          | 13.30 – 15.00 | <b>Spotkanie z historią sztuki<br/>„Droga Królewska Szlakiem<br/>Starego Miasta”</b><br>(zajęcia edukacyjne) | Tylko 12.06.2025<br><b>Zbiórka Pomnik Bitwy<br/>Pod Grunwaldem<br/>Plac Jana Matejki</b> |
| czwartek | 13.30 – 15.00 | <b>Spotkanie z historią sztuki<br/>„Szlakiem pomników”</b><br>(zajęcia edukacyjne)                           | Tylko 26.06.2025<br><b>Zbiórka Pomnik Bitwy<br/>Pod Grunwaldem<br/>Plac Jana Matejki</b> |
| piątek   | 13.00 – 14.30 | <b>Język włoski (grupa 1 gr)</b><br>(zajęcia edukacyjne)                                                     | Bez 06.06.2025<br>Bez 20.06.2025<br>Klaster Sala 204                                     |
|          | 14.40 – 16.10 | <b>Język włoski (grupa 2 gr)</b><br>(zajęcia edukacyjne)                                                     |                                                                                          |
|          | 13.00 – 16.00 | <b>Szkolenie z pierwszej pomocy</b><br>(zajęcia edukacyjne)                                                  | Tylko 06.06.2025<br>Klaster Sala 201                                                     |

*Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.*

### **Zajęcia dodatkowe w Czerwiec 2025:**

*miesiąc*

| data                      | godzina       | rodzaj zajęć                                                                                       | uwagi                                                                                                                                            |
|---------------------------|---------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 12.06.2025<br>(czwartek)  | 16.00 – 18.00 | <b>Ambasador rewitalizacji<br/>Grzegórzki-Wesoła</b><br>„Poznajmy się i nasze sprawy”              | Aleki Daszyńskiego miejsce<br>pomiędzy stołem do ping<br>ponga, a piaskownicą.<br>na wprost Biblioteki Kraków<br>Filia nr 6, Al. Daszyńskiego 22 |
| 13.06.2025<br>(piątek)    | 09.00 – 21.00 | <b>XII Międzynarodowe Senioralia<br/>w Krakowie</b>                                                | Park Jordana<br>ul. 3 Maja 11                                                                                                                    |
| 25.06.2025<br>(środa)     | 10.00 – 15.00 | <b>III Przegląd Grup Tanecznych<br/>„Rozańczony Kraków”</b>                                        | Hala100 – lecia<br>KS Cracovia w Krakowie,<br>ul. Focha 40                                                                                       |
| 26.06.2025<br>(czwartek)  | 10.00 – 11.30 | <b>XIII Akademia Zdrowia Osób Starszych</b><br>„Negatywne wpływy hospitalizacji osób<br>starszych” | Sala Obrad im. Wyspiańskiego<br>Urzędu Miasta Krakowa<br>Plac Wszystkich Świętych 3-4                                                            |
| 27.06.2025<br>(piątek)    | 20.30 – 22.00 | <b>Dni Dzielnicy II Grzegórzki<br/>Kino plenerowe „Twój Vincent”</b>                               | Łąka na Wesołej<br>Apteka Designu,<br>ul. Kopernika 19                                                                                           |
| 28.06.2025<br>(sobota)    | 10.00 – 18.00 | <b>Dni Dzielnicy II Grzegórzki<br/>Rodzinny Festyn „Przywitanie lata”</b>                          | Krakowski Szkolny<br>Ośrodek Sportowy,<br>al. Powstania Warszawskiego 6,<br>31-541 Kraków                                                        |
| 29.06.2025<br>(niedziela) | 12.00 – 18.00 | <b>Dni Dzielnicy II Grzegórzki<br/>Piknik artystyczny dla mieszkańców</b>                          | Łąka na Wesołej<br>Apteka Designu,<br>ul. Kopernika 19                                                                                           |