

Centrum Aktywności Seniorów – Cyfrowe Centrum

Osiedle Centrum E 18/6, Kraków

Kontakt: tel. **506 303 304**

Koordynator Artur tel. 501148 630

dyżur środa od 16:00 do 18:00

lub w inne dni po uprzednim uzgodnieniu telefonicznym

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	11:00 do 15:00

OBOWIĄZUJE OD 29.10.2025 r.

Harmonogram zajęć stałych – październik 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

	11:30 – 12:30	PILATES	Informacja i zapisy w CAS - 506303304 Zajęcia 20.27.10.2025
	12:00 – 13:00	J. angielski – średniozaawansowany	Informacja i zapisy w CAS - 506303304 Zajęcia 14 i 21.10.2025 - odwołane
	13.00 – 14.00	J. angielski – poziom podstawowy	Informacja i zapisy w CAS - 506303304 Zajęcia 14 i 21.10.2025 - odwołane
Środa	12.15-13.15	Zdrowie w każdym kroku	Informacja i zapisy w CAS - 506303304 Zbiórka – pod NCK-iem -ŚRODA
	13:30 - 14:30	Slow Jogging/ Smovey	Informacja i zapisy w CAS - 506303304
	16:00 - 17:00	Zajęcia smartfony	Informacja i zapisy w CAS - 506303304 dnia 29.10.2025 – zajęcia odwołane
	17:00 - 18:00	Zajęcia z obsługi tabletu	Informacja i zapisy w CAS - 506303304 dnia 29.10.2025 – zajęcia odwołane
	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 historie przy kawie	Informacja i zapisy w CAS - 506303304
	16:00 - 17:00	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 dniu – 2,23.10. 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
	13.15 -14:15	Nordic Walking	Informacja i zapisy w CAS - 506303304 Miejsce spotkania – AWF –Melediva Cafe
	13:00 - 14:00	Zajęcia komputerowe	Informacja i zapisy w CAS - 506303304
	14.00 -15.00	Bezpieczne korzystanie ze smartfonów	ROBERT

Zajęcia dodatkowe październik 2025 r.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	UWAGI
01.10.2025	15.00-18.00	Integracyjne spotkania z Francuzami	Informacja i zapisy w CAS - 506303304
06.10.2025	10:00 – 12:00	Spotkanie wolontariuszy	Informacja i zapisy w CAS – 506303304
4 i 11.10 .25 (soboty)	13:00-14:30	Łucznictwo	Obowiązują: obuwie i strój na zmianę – tylko na zapisy – ilość miejsc ograniczona Zapisy Miłka Miłoś - 792847487
06.10.2025	19.00-21.00	TEATR BAGATELA – Recepta na szczęście	Informacja i zapisy w CAS
12.10.2025	17.00-19.00	TEATR LUDOWY – Folwark zwierzęcy	Informacja i zapisy w CAS
20-24.10.2025	Cały dzień	Słodki Tydzień Seniora	Informacja i zapisy w CAS
23.10.2025	10.30 -12.30	MUZEUM - Boznańska	Informacja i zapisy w CAS
2.10.2025	12.30 – 15.30	BASEN	Informacja i zapisy w CAS 16.23.30.10.2025

W godzinach otwarcia CAS – wolna strefa animacji

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.