

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 1.12.2025 r.

Harmonogram zajęć stałych – grudzień 2025 r.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	UWAGI
Poniedziałek CAS	10:00-12:00	Gry Karciane	Informacja i zapisy w CAS - 506303304 Zajęcia integracyjne w zaprzyjaźnionych CAS-ach
	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 -1.15.12.2025
	11:30 – 12:30	PILATES	Informacja i zapisy w CAS - 506303304 Zajęcia 8.15.12.2025

	12:00 – 13:00	J. angielski – średniozaawansowany	Informacja i zapisy w CAS - 506303304 2.9.16.12.2025
	13:00 – 14:00	J. angielski – poziom podstawowy	Informacja i zapisy w CAS - 506303304 2.9.16.12.2025
Środa	13:15-14:15	Zdrowie w każdym kroku	Informacja i zapisy w CAS - 506303304 Zbiórka – Zalew Nowohucki –ŚRODA 3,10,17.12.2025
	13:30 - 14:30	Slow Jogging/ Smovey	Informacja i zapisy w CAS - 506303304
	14:45 – 15:45	Zajęcia j. włoski	Informacja i zapisy w CAS 10,17.12.2025
	16:00 - 17:00	Zajęcia smartfony	Informacja i zapisy w CAS – 506303304 10,17.12.2025
	17:00 - 18:00	Zajęcia z obsługi tabletu	Informacja i zapisy w CAS - 506303304 10,17.12.2025
	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 4,18.12.2025 Spotkania integracyjne
	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 przewodzone w lokalu os Centrum E 18/6 Nowa Huta Zajęcia odbędą się w dniu – 11.12.2025 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 5,12,19.12.2025
	13:15 -14:15	Nordic Walking	Informacja i zapisy w CAS - 506303304 Miejsce spotkania – AWF –Melediva Cafe 5,12,19.12.2025
	13:00 - 14:00	Zajęcia komputerowe	Informacja i zapisy w CAS - 506303304 5,12,19.12.2025
	14:00 -15:00	Komunikatory internetowe	Informacja i zapisy w CAS – 506303304 5,12,19.12.2025

Zajęcia dodatkowe grudzień 2025 r.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	UWAGI
02.12.2025	10:00 – 12:00	Spotkanie wolontariuszy	Informacja i zapisy w CAS – 506303304
3.12.2025	16.00-20.00	SPOTKANIE ŚWIĄTECZNE	BŁĘKITNA LAGUNA
6,13.12 .25 (sobota)	13:00-14:30	Łucznictwo	Obowiązują: obuwie i strój na zmianę – tylko na zapisy – ilość miejsc ograniczona Zapisy Miłka Miłoś - 792847487
3.12.2025	12:00-14:00	Koncert w ICE	Informacja i zapisy w CAS – 506303304
16.12.2025	10:00-12:00	MUZEUM – BISKUPA E. CIOŁKA	Informacja i zapisy w CAS – 506303304 UL. KANONICZA 17
4.11.18 12.2025	14:30 – 15:30	BASEN	Informacja i zapisy w CAS – 506303304
10.17.12 .2025	10:00-11:30	Dobrostan	Informacja i zapisy w CAS – 506303304
9.12.2025	10:30 -12:30	AFRYKA-Historia księżniczki Aureli na pustyni	Informacja i zapisy w CAS – 506303304
19.12.2025	17:00-19.00	WIGILIA DLA SAMOTNYCH HALA WISŁY	Informacja i zapisy w CAS – 506303304

W godzinach otwarcia CAS – wolna strefa animacji

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.