



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	14:00 do 18:00
czwartek	15:00 do 19:00
piątek	11:00 do 15:00

OBOWIĄZUJE OD 2.01.2026 r.

Harmonogram zajęć stałych – styczeń 2026 r.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	UWAGI
Poniedziałek	10:00-12:00	Gry Karciane	Informacja i zapisy w CAS - 506303304 Zajęcia integracyjne w zaprzyjaźnionych CAS-ach

Poniedziałek	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 -12.01.2026 r.
	11:30 – 12:30	PILATES	Informacja i zapisy w CAS - 506303304 Zajęcia - 12.01.2026 r.
	12:00 – 13:00	J. angielski – średniozaawansowany	Informacja i zapisy w CAS - 506303304 Zajęcia - 13.20.27.01.2026 r.
	13:00 – 14:00	J. angielski – poziom podstawowy	Informacja i zapisy w CAS - 506303304 Zajęcia - 13.20.27.01.2026 r.
Środa	13:15-14:15	Zdrowie w każdym kroku	Informacja i zapisy w CAS - 506303304 Zbiórka – Zalew Nowohucki –ŚRODA Zajęcia od 7.01.2026 r.
	13:30 - 14:30	Slow Jogging/ Smovey	Informacja i zapisy w CAS – 506303304 Zajęcia od 7.01.2026 r.
	14:00 – 15:00	Zajęcia j. włoski	Informacja i zapisy w CAS Zajęcia od 13.01.2026
	15:15 - 16:00	Zajęcia smartfony	Informacja i zapisy w CAS – 506303304 Zajęcia od 7.01.2026
	16:00 - 17:00	Zajęcia z obsługi tabletu	Informacja i zapisy w CAS - 506303304 Zajęcia od 7.01.2026
	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 22,29.01.2026 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 prowadzone w lokalu os Centrum E 18/6 Nowa Huta Zajęcia odbędą się w dniach – 8.15.01.2026 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	Komunikatory internetowe	Informacja i zapisy w CAS – 506303304

Zajęcia dodatkowe styczeń 2026 r.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	UWAGI
05.01.2026	12:00 – 14:00	Spotkanie wolontariuszy	Informacja i zapisy w CAS – 506303304
8,15,22,29.0 1.2026	14:30 – 15:30	BASEN	Informacja i zapisy w CAS – 506303304

W godzinach otwarcia CAS – wolna strefa animacji

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.