



Centrum Aktywności Seniorów – CAS SALWATOR

ul. Morawskiego 5/416 Budynek BIPROCEMWAP

Koordynator CAS – Kinga

Dyżur koordynatora: poniedziałek 19:00-20:00

Kontakt: tel. 797 377 808

e-mail: biuro@faes.org.pl

CAS czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	16:00 do 20:00
wtorek	14:00 do 18:00
środa	15:00 do 19:00
czwartek	14:30 do 18:30
piątek	14:00 do 18:00

OBOWIAZUJE OD 01.02.2026 r.

HARMONOGRAM ZAJĘĆ – LUTY 2026 r.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	UWAGI
Poniedziałek	16:00 – 17:00	Rozwiń z nami swój język – zajęcia z języka angielskiego – grupa podstawowa	lokal CAS SALWATOR zapisy: 797 377 808 w dniu 09.02.2026 - odwołane
	17:00 - 18:00	Rozwiń z nami swój język – zajęcia z języka angielskiego – grupa podstawowa	lokal CAS SALWATOR zapisy: 797 377 808 w dniu 09.02.2026 - odwołane
	18:00 19:30	Trening umysłu	lokal CAS SALWATOR zapisy: 797 377 808

Wtorek	14:00-16:00	Kinowe popołudnie	lokal CAS SALWATOR zapisy: 797 377 808
	16:00-18:00	Literacki Kraków	lokal CAS SALWATOR zapisy: 797 377 808
Środa	15:00 – 17:00	Warsztaty aktorsko - teatralne	lokal CAS SALWATOR zapisy: 797 377 808
	17:00-18:30	Nie boję się myszy – warsztaty doskonalące umiejętności cyfrowe – GRUPA PODSTAWOWA	lokal CAS SALWATOR zapisy: 797 377 808 Zajęcia w dniu 11.02.2026, 25.02.2026
	17:00-18:30	Nie boję się myszy – warsztaty doskonalące umiejętności cyfrowe – GRUPA ZAAWANSOWANA	lokal CAS SALWATOR zapisy: 797 377 808 Zajęcia w dniu 04.02.2026 18.02.2026
Czwartek	13:00 – 14:00	Warsztaty taneczne dla seniorów	Krasińskiego 10/Sala taneczna zapisy: 797 377 808
	14:30 – 16:00	Kawiarenka senioralna	lokal CAS SALWATOR zapisy: 797 377 808
	17:00 – 18:30	Smartfon bez tajemnic – warsztaty z obsługi smartfona	lokal CAS SALWATOR zapisy: 797 377 808
Piątek	10:00 – 10:450	Gimnastyka w wodzie	Obowiązkowe zapisy: Miejsce: In Balance Kraków, Ul. Armii Krajowej 11 Zajęcia w dniu 06.02.2026, 20.02.2026
	12:00 – 13:00	Pilates dla początkujących	Krasińskiego 10/Sala taneczna zapisy: 797 377 808
	14:00 – 16:00	Asy i Królowe - brydż dla dojrzałych	lokal CAS SALWATOR zapisy: 797 377 808
	16:00 - 17:00	Sekrety fotografii cyfrowej kompleksowe warsztaty dla seniorów	lokal CAS SALWATOR zapisy: 797 377 808
	17:00 – 18:00	Senior FiT – zajęcia ogólnorozwojowe dla seniorów	Szkoła Podstawowa nr 48 Ul. Ks. Józefa 337 Zajęcia w dniu: 06.02.2026

			20.03.2026
	18:00 - 19:00	Magia Ruchu – taniec liniowy dla seniorów	Szkoła Podstawowa nr 48 Ul. Ks. Józefa 337 Zajęcia w dniu: 06.02.2026 20.23.2026
	17:00 – 18:00	Stretching - rozciąganie dla zdrowia	Szkoła Podstawowa nr 48 Ul. Ks. Józefa 337 Zajęcia w dniu: 13.02.2026, 27.02.2026
	18:00 – 19:00	Zdrowy kręgosłup - mocne plecy na co dzień	Szkoła Podstawowa nr 48 Ul. Ks. Józefa 337 Zajęcia w dniu: 13.02.2026, 27.02.2026

Zajęcia dodatkowe w lutym 2026 r.:

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
2,9,16, 23.02. 2026	19:00 – 20:00	Spotkanie wolontariuszy	lokal CAS SALWATOR
13.02.2026	19:00-21:00	patra	Scena Supernova, ul. Zybkiewicza 12/4

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.