



FUNDACJA ARISE

Centrum Aktywności Seniorów CAS Kolorowe

adres - os. Kolorowe 11a, 31-940 Kraków

KOORDYNATOR – DAGMARA

kontakt CAS / Koordynator - tel. 666-971-585

e-mail: caskolorowe@gmail.com

DYŻUR KOORDYNATORA ŚRODA 12:00 – 13:00

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	9.00-13.00
wtorek	10.00-14.00
środa	09.00-13.00
czwartek	10.00-14.00
piątek	9.00-13.00

OBOWIĄZUJE OD 12 LUTEGO 2026 r.

data dzienna

Harmonogram zajęć stałych – LUTY 2026

miesiąc

Dzień	godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
	09.00 – 13.00	Brydż i inne gry stolikowe	Zajęcia odbędą się 2, 9, 16, 23.02.2026
Wtorek	10.00 – 11.00	Zajęcia świetlicowo-towarzyskie	Zajęcia odbędą się 3, 10, 17, 24.02.2026

	11.00 – 12.00	PILATES/JOGA	Zajęcia odbędą się 3, 10, 17, 24.02.2026
	12.15 – 14.15	Zajęcia z rękodzieła artystycznego	Zajęcia odbędą się 3.02.2026 DODATKOWO 24.02.2026
	12.15 – 14.15	Brydż i inne gry stolikowe	Zajęcia odbędą się 3, 10, 17, 24.02.2026
Środa	09.00 – 10.00	Język angielski poziom A2	Zajęcia odbędą się 4, 11, 18, 25.02.2026
	10.00 – 11.00	Język angielski poziom B1	
	11.30 – 13.30	Język włoski poziom A1/A2	Zajęcia odbędą się 18, 25.02.2026
	11.00 – 13.00	Brydż i inne gry stolikowe	Zajęcia odbędą się 4, 11.02.2026
Czwartek	10.00 – 12.00	Trening pamięci	Zajęcia odbędą się 12.02.2026
	10.00 – 12.00	Brydż i inne gry stolikowe	Zajęcia odbędą się 5, 19, 26.02.2026
	12:00 – 13:00	Język hiszpański – poziom A0	Zajęcia odbędą się 5, 12, 19, 26.02.2026
	13.00 – 14.00	Język hiszpański - poziom A1	Zajęcia odbędą się 5, 12, 19, 26.02.2026
Piątek	9.00 - 10.00	ZUMBA	Zajęcia odbędą się 20, 27.02.2026
	10.00 - 11.00	Ćwiczenia rozciągające	

12.00 – 13.00	Obsługa urządzeń związanych z nowymi technologiami: komputer, telefon komórkowy, tablet, etc	Zajęcia odbędą się 6,20.02.2026 ZMIANA
11.00 - 13.00	Zajęcia światlicowo-towarzyskie	Zajęcia odbędą się 6,13, 20, 27.02.2026 W DNIU 6.02.26 OD 9 DO 12 W DNIU 13.02.26 DO 9 DO 13

Zajęcia dodatkowe w lutym 2026 r.

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
17.02.2026	15:45 – 18:00	Pałac Krzysztofory – wystawa stała	liczba miejsc ograniczona
18.02.2026	13:00 – 14:00	Poradnictwo prawne	należy wcześniej się zapisać
12.02.2026	15:00 – 17:00	Spotkanie przy pączku	
14.02.2026	18:45 – 22:00	Spektakl „Kleopatra”	Teatr 74, Scena Supernova - Zybkiewiczza 12/4 Kraków

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.