



Centrum Aktywności Seniorów – CAS SALWATOR

ul. Morawskiego 5/416 Budynek BIPROCEMWAP

Koordinator 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

OBOWIĄZUJE OD 20.04.2026 r.

HARMONOGRAM ZAJĘĆ – KWIECIEŃ 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
	17:00 - 18:00	Rozwiń z nami swój język – zajęcia z języka angielskiego – grupa podstawowa	lokal CAS SALWATOR zapisy: 797 377 808
	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 01.04.2026, 15.04.2026, 29.04.2026
	17:00-18:30	Nie boję się myszy – warsztaty doskonalące umiejętności cyfrowe – GRUPA ZAAWANSOWANA	lokal CAS SALWATOR zapisy: 797 377 808 Zajęcia w dniu 08.04.2026 22.04.2026
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 03.04.2026, 17.04.2026
	12:00 – 13:00	Pilates dla początkujących	Krasińskiego 10/Sala taneczna zapisy: 797 377 808 Zajęcia odwołane 03.04.2026
	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: 10.04.2026

			24.04.2026
	18:00 - 19:00	Magia Ruchu – taniec liniowy dla seniorów	Szkoła Podstawowa nr 48 Ul. Ks. Józefa 337 Zajęcia w dniu: 10.04.2026 24.04.2026
	17:00 – 18:00	Stretching - rozciąganie dla zdrowia	Szkoła Podstawowa nr 48 Ul. Ks. Józefa 337 Zajęcia w dniu: 17.04.2026. Zajęcia odwołane 03.04.2026
	18:00 – 19:00	Zdrowy kręgosłup - mocne plecy na co dzień	Szkoła Podstawowa nr 48 Ul. Ks. Józefa 337 Zajęcia w dniu: 17.04.2026. Zajęcia odwołane 03.04.2026

Zajęcia dodatkowe w KWIECIEŃ 2026 r.:

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
6,13,20, 27.04.2026	19:00 - 20:00	Spotkanie wolontariuszy	lokal CAS SALWATOR
11.04.2026	13:00 - 16:00	Świąteczno-Wiosenne Spotkanie	Zespołu Szkół Łączności, ul. Monte Cassino 31, Kraków Ilość miejsc ograniczona
24.04.2026	14:00 - 16:00	Turniej gry w kręgle - integracja z okazji Światowego Dnia Kreatywności i Innowacji	Hotel Wilga Przedwiośnie 16 30-501 Kraków Ilość miejsc ograniczona

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.