

Centrum Aktywności Seniorów Mistrzejowice

Adres: os. Piastów 41/6A, Kraków

Koordynatorka Anna – **tel. 514 209 534**

dyżur: czwartki godz. 11.00-15.00

e-mail: cas mistrzejowice@gmail.com

FB: <https://www.facebook.com/groups/838852883186428>

CAS czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	9.00 – 13.00
wtorek	8.00 - 12.00
środa	9.00 - 13.00
czwartek	11.00 - 15.00
piątek	9.00 - 13.00

OBOWIĄZUJE OD 06-07-2026

Harmonogram zajęć stałych – lipiec 2026

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek	11.00 – 12.00	Treningi pamięci – gr. 1	Przerwa wakacyjna od 04.07 do 31.08.2026
	12.00 – 13.00	Treningi pamięci – gr. 2	Przerwa wakacyjna od 04.07 do 31.08.2026
Wtorek 7, 14, 21, 28	8.00 – 10.00	Zajęcia ekoartystyczne	
	11.00 – 12.00	Język angielski grupa średniozaawansowana	Przerwa wakacyjna od 01.07 do 31.07.2026
Środa 1, 8, 15, 22, 29	10.00-11.00	Nordic Walking	Zbiórka przed siedzibą CAS

Środa 1, 8, 15, 22, 29	11.00-12.00	Gimnastyka - ćwiczenia na świeżym powietrzu	
Środa 1, 8, 15, 22, 29	12.00-13.00	Kurs obsługi smartfonów	
Czwartek 2, 9, 16, 23, 30	13.00-14.00	„Szalone nożyczki” – warsztaty edukacyjno-kreatywne	
2, 9, 16, 23, 30	14.00-15.00	„Zajęcia upcyklingowe” – warsztaty edukacyjno-kreatywne	
2, 9, 16, 23, 30	13.00-14.00	„Klub majsterkowy” - warsztaty praktyczno- techniczne	
2, 9, 16, 23, 30	14.00-15.00	„Zrób to sam” - warsztaty praktyczno- techniczne	
Piątek 3, 10, 17, 24, 31	11.00 - 13.00	Warsztaty aktywności społecznej	
Piątek 3.07	10.00 – 13.00	Treningi pamięci podsumowanie – gr. 1 + gr. 2	Zakończenie roku szkolnego

Zajęcia dodatkowe w lipcu 2026:

miesiąc

data	godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
<i>od 08-06-2026 do 15-08-2026</i>	10.00 – 16.00	„Ekologicznie- Artystycznie” Wystawa rękodzieła seniorek i seniorów z eko CAS Mistrzejowice w Wojewódzkiej Bibliotece Publicznej	Wojewódzka Biblioteka Publiczna w Krakowie, ul. Rajska 1, (1 piętro) Wstęp wolny

<i>14 lipca</i>	12.00 – 13.30	Spotkanie integracyjne i zwiedzanie wystawy rękodzieła Eko CAS Mistrzejowice „Ekologicznie-Artystycznie” w Wojewódzkiej Bibliotece Publicznej	Wojewódzka Biblioteka Publiczna w Krakowie, ul. Rajska 1, (1 piętro)

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy