

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: casmistrzejowice@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 01-08-2026

Harmonogram zajęć stałych – sierpień 2026

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek	11.00 – 12.00	Treningi pamięci – gr. 1	Przerwa wakacyjna do 31.08.2026
	12.00 – 13.00	Treningi pamięci – gr. 2	Przerwa wakacyjna 31.08.2026
Wtorek 4, 11, 18, 25	8.00 – 10.00	Zajęcia ekoartystyczne	
4, 11, 18, 25	11.00 – 12.00	Język angielski grupa średniozaawansowana	
Środa 5, 12, 19, 26	10.00-11.00	Nordic Walking	Zbiórka przed siedzibą CAS

Środa 5, 12, 19, 26	11.00-12.00	Gimnastyka - ćwiczenia na świeżym powietrzu	Zbiórka przed siedzibą CAS
Środa 5, 12, 19, 26	12.00-13.00	Kurs obsługi smartfonów	
Czwartek 6, 13, 20, 27	13.00-14.00	„Szalone nożyczki” – warsztaty edukacyjno-kreatywne	
6, 13, 20, 27	14.00-15.00	„Zajęcia upcyklingowe” – warsztaty edukacyjno-kreatywne	
6, 13, 20, 27	13.00-14.00	„Klub majsterkowy” - warsztaty praktyczno- techniczne	
6, 13, 20, 27	14.00-15.00	„Zrób to sam” - warsztaty praktyczno- techniczne	
Piątek 7, 14, 21, 28	11.00 - 13.00	Warsztaty aktywności społecznej	

Zajęcia dodatkowe w sierpniu 2026:

miesiąc

data	godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
<i>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>28-08-2026</i>	15.00 – 18.00	Spotkanie integracyjne przy grillu	Rodzinny Ogród Działkowy „Wisła”

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy