

Centrum Aktywności Seniorów – Cyfrowe Centrum Bieńczyce

Osiedle Jagiellońskie 19, Kraków

Kontakt: tel. **666 580 390**

Koordynator Artur tel. 501148630

dyżur piątek od 15:00 do 17:00

lub w inne dni po uprzednim uzgodnieniu telefonicznym

e-mail: bienczyce@fabrykainicjatyw.pl

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	13:00 do 17:00
wtorek	13:00 do 17:00
środa	10:00 do 14:00
czwartek	10:00 do 14:00
piątek	13:00 do 17:00

OBYWIAZUJE OD 3.08.2026 r.

Harmonogram zajęć stałych – sierpień 2026 r.

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek	12:30 do 13:30	Pilates	Informacje i zapisy tel.666580390 Zajęcia odwołane
	13:00 do 15:00	Kawiarenka	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
	13:45 do 14:45	ZUMBA	Zajęcia odbywają się na Os. Jagiellońskim 19, pomieszczenie statutowe Spółdzielnia Mieszkaniowa Jutrzenka Zajęcia - odwołane
	15:00 do 15:45	Zajęcia obsługa Social Mediów	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
	15:45 do 16:30	Zajęcia komputerowe	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
Wtorek	13.00 do 15.00	Twórczy relaks	Informacja i zapisy w CAS 666580390
	15:00 do 16:00	Język angielski	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390 4.18.08.2026

	14:00 do 15:00	Smovey na świeżym powietrzu	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390 4.25.08.2026
Środa	10:00 do 12:00	Sztuka dobrej rozmowy – jak porozumieć się z każdym	Informacja i zapisy w CAS 666 580 390 Zajęcia odbędą się w dniu: - 5.08.2026
	10.00 do 11:00	Nordic Walking	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390 Zajęcia – Zalew Nowohucki - odwołane
	12:30 do 13:30	Język włoski – początkujący	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
Czwartek	10:00 do 12:00	Gry karciane	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
	12:00 do 14:00	Gry stolikowe	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
Piątek	13:00 do 15:00	Twórczy relaks	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
	10.00 do 11:00	Zdrowie w każdym kroku	Zapisy na zajęcia tel. 666 580 390 Miejsce spotkania – AWF kawiarnia– zajęcia odwołane
	15:30 do 16:15	Zajęcia z obsługi smartfona	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 39 21.28.08.2026
	16:15 do 17:00	Zajęcia z obsługi tabletów	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390 21.28.08.2026

Zajęcia dodatkowe sierpień 2026 r.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
7.08.2026	15:00–17:00	Spotkanie wolontariuszy	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
7.08.2026	13:00–15:00	Krawcowa	Informacja i zapisy w CAS

W godzinach otwarcia CAS – wolna strefa animacji

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.