

Centrum Aktywności Seniorów – Cyfrowe Centrum

Osiedle Centrum E 18/6, Kraków

Kontakt: tel. **506 303 304**

Koordynator Artur tel. 501148 630

dyżur środa od 16:00 do 18:00

lub w inne dni po uprzednim uzgodnieniu telefonicznym

e-mail: centrum@fabrykainicjatyw.pl

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	10:00 do 14:00
wtorek	11:00 do 15:00
środa	13:00 do 17:00
czwartek	14:00 do 18:00
piątek	11:00 do 15:00

OBOWIĄZUJE OD 3.08.2026 r.

Harmonogram zajęć stałych – sierpień 2026 r.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	UWAGI
Poniedziałek	10:00-14:00	Zajęcia rękodzieła, zdrowe żywienie, spotkania integracyjne,	Informacja i zapisy w CAS – 506303304 Zajęcia integracyjne w zaprzyjaźnionych CAS-ach
	14:00 – 15:00	ZUMBA	Informacja i zapisy w CAS. Zajęcia odbywają się na os Jagiellońskim 19, pomieszczenie statutowe Spółdzielnia Mieszkaniowa Jutrzenka. Zajęcia – odwołane
	11:30 – 12:30	PILATES	Informacja i zapisy w CAS – 506303304 Zajęcia odwołane

Wtorek	12:00 – 13:00	J. angielski – średniozaawansowany	Informacja i zapisy w CAS – 506303304 4,18.08.2026
	13:00 – 14:00	J. angielski – poziom podstawowy	Informacja i zapisy w CAS – 506303304 4,18.08.2026
Środa	10.00-11.00	Nordic Walking	Informacja i zapisy w CAS – 506303304 Zbiórka: Zalew Nowohucki. Zajęcia odwołane
	13:30 – 14:30	Slow Jogging/ Smovey	Informacja i zapisy w CAS – 506303304 26.08.2026
	14:00 – 15:00	Zajęcia j. włoski	Informacja i zapisy w CAS – 506303304
	15:15 – 16:00	Zajęcia z obsługi smartfonów	Informacja i zapisy w CAS – 506303304 5.19.26.08.2026
	16:00 – 16:45	Zajęcia z obsługi tabletów	Informacja i zapisy w CAS – 506303304 5.19.26.08.2026
Czwartek	14:00 – 16:00	Nowa JA – Wiosna 2026 zdrowie-moda-podróż	Informacja i zapisy w CAS – 506303304 Spotkania integracyjne
	15:00 – 19:00	Zajęcia rysunkowe	Zajęcia odwołane
Piątek	11:00 – 15:00	Spotkania brydżowe	Informacja i zapisy w CAS – 506303304
	10.00 -11.00	Zdrowie w każdym kroku	Informacja i zapisy w CAS – 506303304 Miejsce spotkania: AWF –Melediva Cafe Zajęcia odwołane
	13:00 – 13:45	Zajęcia komputerowe	Informacja i zapisy w CAS – 506303304
	13:45 -14:30	Komunikatory internetowe	Informacja i zapisy w CAS – 506303304

Zajęcia dodatkowe sierpień 2026 r.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	UWAGI
10.08.2026	12:00 – 14:00	Spotkanie wolontariuszy	Informacja i zapisy w CAS 506303304

W godzinach otwarcia CAS – wolna strefa animacji. Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.