

**Centrum Aktywności Seniorów Zabłocie Grzegórzki
przy Fundacji Małopolska Izba Samorządowa**

al. Daszyńskiego 16, 31-534 Kraków

Kontakt CAS – tel. 537 999 506,

Koordynator CAS: Marcin, tel. 535 999 706

Dyżur koordynatora: 19.08, 26.08.2026 w godzinach 12.00 – 14.00

e-mail CAS: cas@fundacjamis.org.pl

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	10:00 – 14.00
wtorek	10:00 – 14.00
środa	10:00 – 14.00
czwartek	10:00 – 14.00
piątek	10:00 – 14.00

OBOWIĄZUJE OD 24 SIERPNIA 2026

data dzienna

Harmonogram zajęć stałych – SIERPIEŃ 2026

Miesiąc

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	09.00 - 10.00	Trening zapamiętywania (zajęcia ruchowe i integracyjne)	Tylko 31.08.2026
wtorek	10:00 – 11:30	Spotkanie ze smartfonem grupa 1 (zajęcia edukacyjne)	Tylko 18.08.2026 Na zajęcia obowiązują zapisy u Pani Iwony Limit miejsc 14 osób
	11:40 – 13.10	Spotkanie ze smartfonem grupa 2 (zajęcia edukacyjne)	Tylko 18.08.2026 Na zajęcia obowiązują zapisy u Pani Iwony Limit miejsc 14 osób
	10.00 - 11.30	Spotkanie ze smartfonem grupa 1 i grupa 2 (zajęcia edukacyjne)	Tylko 25.08.2026

Wtorek	14:00 - 15:30	Ruszamy się... gimnastyka (zajęcia ruchowe i integracyjne)	Tylko 18.08.2026 25.08.2026 Zapisy u Pani Iwony Limit miejsc 14 osób
środa	10:00 – 11:00	Cyfrowy Senior: zajęcia z komputerem (zajęcia edukacyjne)	Tylko 19.08.2026 26.08.2026
	11.30 - 13.00	Ruszamy się... aktywności na świeżym powietrzu (zajęcia ruchowe i integracyjne)	Tylko 19.08.2026 26.08.2026
	11.45 - 13.15	Spotkanie z historią sztuki “Święci Krakowa” (zajęcia edukacyjne)	Tylko 26.08.2026 Zapisy u Pani Iwony Limit miejsc 14 osób
czwartek	8:30 – 09:30	Język angielski (Poziom A2) (zajęcia edukacyjne)	Tylko 27.08.2026
	9:45 – 10:45	Język angielski (Poziom B1) (zajęcia edukacyjne)	
	11:00 – 12:00	Język angielski (Poziom A1) (zajęcia edukacyjne)	
	12.15 - 13.15	Język angielski – nowa grupa (zajęcia edukacyjne)	
	09.00 - 10.00	Język angielski (łączone poziomy) (zajęcia edukacyjne)	Tylko 20.08.2026
	10.15 - 11.15	Język angielski (łączone poziomy) (zajęcia edukacyjne)	Tylko 20.08.2026
piątek	13.00 – 14.30	Język włoski (gr. 1) (zajęcia edukacyjne)	Tylko 21.08.2026 28.08.2026
	14.40 – 16.10	Język włoski (gr. 2) (zajęcia edukacyjne)	

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.

Zajęcia dodatkowe w Sierpniu 2026:

miesiąc

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
13.08.2026 (czwartek)	18.00 - 20.00	Ambasador Rewitalizacji zaprasza na - Grzegórzeckie dary rabat, łąki i bulwarów wiślanych - bukiet dziękczynny za plony	Fundacja Małopolska Izba Samorządowa al. Daszyńskiego 16
29.08.2026 (sobota)	12.00 - 18.00	Ambasador Rewitalizacji zaprasza na - Piknik na Wesołej - Zdrowe Grzegórzki Wesoła	Łąka na Wesołej ul. Kopernika 19