

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

OBYWIAZUJE OD 29.09.2026 r.

Harmonogram zajęć stałych – wrzesień 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., Zajęcia – odwołane
	11:30 – 12:30	PILATES	Informacja i zapisy w CAS – 506303304 14.21.28..09.2026
Poniedziałek	13.00 – 14.00	Zdrowie w każdym kroku	MALEDIWY od strony M1 7.14.09.2026
	12:00 – 13:00	J. angielski – średniozaawansowany	Informacja i zapisy w CAS – 506303304

Wtorek	13:00 – 14:00	J. angielski – poziom podstawowy	Informacja i zapisy w CAS – 506303304
Środa	12.30-13.30	Nordic Walking	Informacja i zapisy w CAS – 506303304 Zbiórka: Zalew Nowohucki. Zajęcia 2.9.16.09.2026
	14:00 – 15:00	Slow Jogging/ Smovey	Informacja i zapisy w CAS – 506303304
	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 – 50630330
	16:00 – 16:45	Zajęcia z obsługi tabletów	Informacja i zapisy w CAS – 506303304
Czwartek	14:00 – 16:00	Nowa JA – Wiosna 2026 zdrowie-moda-podróż	Informacja i zapisy w CAS – 506303304 Spotkania integracyjne
	16.:00 – 18:00	Zajęcia rysunkowe	Zajęcia 3.10.09.2026
Piątek	11:00 – 15:00	Spotkania brydżowe	Informacja i zapisy w CAS – 506303304
	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 wrzesień 2026 r.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	UWAGI
05.09.2026	18.00 – 20.00	NCK – KONCERT MIĘDZY PARYŻEM A KEAKOWEM	Informacja i zapisy w CAS - 506303304
07.09.2026	12:00 – 14:00	Spotkanie wolontariuszy	Informacja i zapisy w CAS - 506303304
13.09.2026	16.00 - 18.00 19.00 - 21.00	NCK – KONCERT GALA PIOSENKI WAKACYJNEJ	Informacja i zapisy w CAS- 506303304
29.09.2026	16.00 - 18.00	NCK Koncert	Informacja i zapisy w CAS - 506303304
30.09.2026	14.30 – 18.30	Spotkanie integracyjne z FRANCUZAMI	Informacja w CAS
30.09.2026	10.00 - 16.00	Wycieczka – Pustynia Błędowska	Informacja i zapisy w CAS - 506303304

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