Centrum Aktywności Seniora - Cyfrowe Centrum
os. Centrum E 18/6, Kraków

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 17:00
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	**12:00 do 16:00**
czwartek	**11:00 do 15:00**
piątek	**11:00 do 15:00**

OBOWIĄZUJE OD 19.10.2026 r.

Harmonogram zajęć stałych – październik 2026 r.

ZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	UWAGI
Poniedziałek	10:00 -14:00	**Zajęcia rękodzieło, zdrowe żywienie, spotkania integracyjne,**	Informacja i zapisy w CAS – **506303304** Zajęcia integracyjne w zaprzyjaźnionych CAS-ach
	13.00 – 14.00	**Zdrowie w każdym kroku**	Park Tysiąclecia **5.10.2026 oraz 12.10.2026**
	13:30 – 14.30	**Pilates**	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390. Zajęcia będą odbywać się pod adresem: **Os. Centrum C 10** (wejście od strony al. Przyjaźni) **Termin 19.10.2026r.**

Kraków
PROJEKT JEST FINANSOWANY ZE ŚRODKÓW MIASTA KRAKOWA

Wtorek	12:00 – 13:00	**J. angielski – średniozaawansowany**	Informacja i zapisy w CAS – **506303304**
	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.** **07.10.2026 oraz 14.10.2026**
	14:00 – 15:00	**Slow Jogging/ Smovey**	Informacja i zapisy w CAS – **506303304** **14.10.2026; 21.10.2026 oraz 28.10.2026**
	14:00 – 15:00	**Zajęcia j. włoski**	Informacja i zapisy w CAS – **506303304**
Czwartek	13:00 – 15:00	**Nowa JA – Wiosna 2026 zdrowie-moda-podróże**	Informacja i zapisy w CAS – **506303304** **Spotkania integracyjne**
	15.30 - 16.15	**BASEN**	Informacja i zapisy w CAS 1.10.2026; 15.10.2026 oraz 29.10.2026
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 październik 2026 r.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	UWAGI
01.10.2026 **02.10.2026** **22.10.2026**	**11:00 – 12:00**	**NORDIC WALKING** **Z URSZULĄ GĄCIK**	Informacja i zapisy w CAS Zalew Nowohucki przy Domu Wędkarza
05.10.2026	**12:00 – 14:00**	**Spotkanie wolontariuszy**	Informacja i zapisy w CAS 506303304
11.10.2026	**17.30 - 19.00**	**NCK - Kabaret**	Informacja i zapisy CAS
17.10.2026	**19.00- 21.00**	**NCK – Kabaret**	Informacja i zapisy w CAS
27.10.2026	**19:00-20:30**	**Przedstawienie w NCK „Daszyński”**	Informacja i zapisy w CAS

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

Kraków
PROJEKT JEST FINANSOWANY ZE ŚRODKÓW MIASTA KRAKOWA
CENTRUM @KTYWNOŚCI SENIORÓW
PASIOS