Eko Centrum Aktywności Seniorów Mistrzejowice

Adres: os. Piastów 41/6A, Kraków

Koordynatorka Anna – **tel. 514 209 534**

dyżur: czwartki godz. 11.00-15.00

e-mail: casmistrzejowice@gmail.com

FB: https://www.facebook.com/groups/838852883186428

CAS czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	9.00 – 13.00
wtorek	8.00 - 12.00
środa	9.00 - 13.00
czwartek	11.00 - 15.00
piątek	9.00 - 13.00

OBOWIĄZUJE OD 01-11-2026

Harmonogram zajęć stałych – listopad 2026

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek 9, 23, 30	**11.00 – 12.00**	**Treningi pamięci – gr. 1**	W dniach 2 i 16 listopada zajęcia odwołane
9, 23, 30	**12.00 – 13.00**	**Treningi pamięci – gr. 2**	W dniach 2 i 16 listopada zajęcia odwołane
Wtorek 3, 10, 17, 24	**8.00 – 9.00**	**Zajęcia ekoartystyczne - *warsztaty edukacyjno-kreatywne***	
3, 10, 17, 24	**9.00 – 10.00**	**Pracownia twórcza – *warsztaty edukacyjno-kreatywne***	

Kraków PROJEKT JEST FINANSOWANY ZE ŚRODKÓW MIASTA KRAKOWA

3, 10, 17, 24	**11.00 – 12.00**	**Język angielski grupa średniozaawansowana**	
Środa 4, 18, 25	**10.00-11.00**	**Nordic Walking**	Zbiórka przed siedzibą CAS, w przypadku nieodpowiedniej pogody, zajęcia w CAS
Środa 4, 18, 25	**11.00-12.00**	**Gimnastyka - ćwiczenia na świeżym powietrzu**	Zbiórka przed siedzibą CAS, w przypadku nieodpowiedniej pogody, zajęcia w CAS
Środa 4, 18, 25	**12.00-13.00**	**Kurs obsługi smartfonów i cyberbezpieczeństwo**	
Czwartek 5, 12, 19, 26	**11.00 – 13.00**	**Kawiarenka eko CAS**	
5, 12, 19, 26	**13.00-14.00**	**„Szalone nożyczki” – *warsztaty edukacyjno-kreatywne***	
5, 12, 19, 26	**14.00-15.00**	**„Zajęcia upcyklingowe” – *warsztaty edukacyjno-kreatywne***	
5, 12, 19, 26	**13.00-14.00**	**„Klub majsterkowy” *- warsztaty praktyczno-techniczne***	
5, 12, 19, 26	**14.00-15.00**	**„Zrób to sam” *- warsztaty praktyczno-techniczne***	
Piątek 6, 13, 20	**9.00 – 13.00**	**Kawiarenka eko CAS**	
Piątek 6, 13, 20, 27	**11.00 - 13.00**	**Warsztaty aktywności społecznej**	

Kraków
PROJEKT JEST FINANSOWANY ZE ŚRODKÓW MIASTA KRAKOWA
CENTRUM AKTYWNOŚCI SENIORÓW
PASIOS

Zajęcia dodatkowe w listopadzie 2026:

miesiąc

data	godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
03-11-2026 wtorek	15.00 – 17.00	Warsztaty teatralne w ramach „Klubu Wyspiańskiego Silver” Teatru im. J.Słowackiego w Krakowie.	Siedziba CAS
19-11-2026 czwartek	15.00 – 17.00	Warsztaty teatralne w ramach „Klubu Wyspiańskiego Silver” Teatru im. J.Słowackiego w Krakowie.	Siedziba CAS
24-11-2026 wtorek	15.00 – 17.00	Warsztaty teatralne w ramach „Klubu Wyspiańskiego Silver” Teatru im. J.Słowackiego w Krakowie.	Siedziba CAS
27-11-2026 wtorek	16.00 – 19.00	„Andrzejki” – spotkanie integracyjne	Siedziba CAS
30-11-2026 poniedziałek	15.00 – 17.00	Warsztaty teatralne w ramach „Klubu Wyspiańskiego Silver” Teatru im. J.Słowackiego w Krakowie.	Siedziba CAS

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy

W dniu 11 listopada CAS będzie nieczynny.

Kraków
PROJEKT JEST FINANSOWANY ZE ŚRODKÓW MIASTA KRAKOWA
CENTRUM AKTYWNOŚCI SENIORÓW
PASIOS