Centrum Aktywności Seniora - Cyfrowe Centrum Bieńczyce
os. Jagiellońskie 19, Kraków

Centrum Aktywności Seniorów – Cyfrowe Centrum Bieńczyce

Osiedle Jagiellońskie 19, Kraków Kontakt:
tel. **666 580 390**
Koordynator Artur tel. 501148630
dyżur czwartek od 16:00 do 17:00
lub w inne dni po uprzednim uzgodnieniu telefonicznym
e-mail:
bienczyce@fabrykainicjatyw.pl

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	**13:00 do 17:00**
wtorek	**13:00 do 17:00**
środa	**10:00 do 14:00**
czwartek	**10:00 do 14:00**
piątek	**10:00 do 14:00**

OBOWIĄZUJE OD 02.11.2026 r.

Harmonogram zajęć stałych listopad 2026 r.

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek	12:30 do 13:30	**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 02.11.2026 oraz 23.11.2026**
	14.00 do 15.00	**Trening umysłu**	Informacja i zapisy w CAS
	13:00 do 15:00	**Kawiarenka**	Informacja i zapisy w CAS – 666 580 390 **Termin 23.11.2026**
	15:00 do 15:45	**Zajęcia obsługa Social Mediów**	Informacja i zapisy w CAS – 666 580 390
	15:45 do 16:30	**Zajęcia komputerowe**	Informacja i zapisy w CAS – 666 580 390
	13.00 do 14.00	**Zdrowie w każdym kroku**	Park Tysiąclecia **Termin 16.11.2026r.; 23.11.2026r.; 30.11.2026**
Wtorek	13.00 do 15.00	**Twórczy relaks**	Informacja i zapisy w CAS 666580390

	15:00 do 16:00	**Język angielski**	Informacja i zapisy w CAS – 666 580 390
	14:00 do 15:00	**Smovey na świeżym powietrzu**	Informacja i zapisy w CAS – 666 580 390
Środa	10:00 do 12:00	**Sztuka dobrej rozmowy – jak porozumieć się z każdym**	Informacja i zapisy w CAS 666 580 390 **Termin: 04.11.2026 oraz 18.11.2026**
	12.30 do 13:30	**Nordic Walking**	Informacja i zapisy w CAS – 666 580 390 Zajęcia – Zalew Nowohucki **25.11.2026**
	12:30 do 13:30	**Język włoski – początkujący**	Informacja i zapisy w CAS – 666 580 390
Czwartek	10:00 do 12:00	**Gry karciane**	Informacja i zapisy w CAS – 666 580 390
	15.30 – 16.15	**BASEN**	Zajęcia **05.11.2026 oraz 26.11.2026**
	12:00 do 14:00	**Gry stolikowe**	Informacja i zapisy w CAS – 666 580 390
Piątek	10:00 do 12:00	**Twórczy relaks**	Informacja i zapisy w CAS – 666 580 390
	12.00 – 14.00	**Opowieści historyczne**	Informacja i zapisy w CAS 06.27.11.2026

Zajęcia dodatkowe listopad 2026 r.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
02.11.2026	**13:00–14:00**	**Spotkanie wolontariuszy**	Informacja i zapisy w CAS – 666 580 390
05.11.2026	**18.00 –20.00**	**NCK - KONCERT Magda UMER**	Informacje i zapisy w CAS
27.11.2026	**10:00–12:00**	**Krawcowa – zajęcia krawieckie**	Informacja i zapisy w CAS– 666 580 390
29.11.2026	**17:00-19:00**	**NCK – KONCERT ŚLĄSK**	Informacja i zapisy w CAS – 666 580 390

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


Kraków
PROJEKT JEST FINANSOWANY
ZE ŚRODKÓW MIASTA KRAKOWA


CENTRUM @KTYWNOŚCI
SENIORÓW


PASIOS