

Zapraszamy

Harmonogram zajęć organizowanych w ramach

Centrum Aktywności Seniorów –Cyfrowe Centrum

Osiedle Centrum E 18, Kraków

w miesiącu

kwietniu 2018 r.

poniedziałek	10:00 do 14:00
wtorek	14:30 do 18:30
środa	13:00 do 19:30
czwartek	16:00 do 20:00
piątek	10:00 do 14:00

dzień	godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
poniedziałek	10:00 do 11:00	Dyżur koordynatora CAS	
	11:00 do 12:00	Zajęcia z obsługi tabletów gr I	od 9.04.2018
	11:00 do 12:30	rękodzieło artystyczne I grupa	
	12:30 do 14:00	rękodzieło artystyczne II grupa	
wtorek	14:30 do 16:30	rękodzieło artystyczne	wolontariat
	14:30 do 16:30	zajęcia komputerowe I grupa	
	17:00 do 18:30	zajęcia wokalne artystyczne	
środa	13:00 do 14:30	Zajęcia językowe – język angielski	
	14:30 do 16:00	zajęcia – obsługa smartphonów I grupa	
	16:00 do 17:00	zajęcia z obsługi tabletów	od 11.04.2018
	16:00-18:00	zajęcia aktorskie	
	17:30-19:30	zajęcia fotograficzne	
czwartek	16:00 do 18:00	Kawiarenka-spotkania przy herbacie, gry stolikowe, karty	
	18:00 do 20:00	zajęcia komputerowe II grupa	
	18:00 do 20:00	zajęcia językowe- język francuski	
piątek	10:00 do 11:00	zajęcia recyklingowe	
	10:30 do 12:00	zajęcia – obsługa smartphonów II grupa	Od 6.04.2018
	12:30 do 13:30	Nordic walking	zbiórka przy poczcie(łąki Nowohuckie) na os. Centrum E od 6.04.2018
	14:15 do 15:15	Zajęcia ruchowe	Szkoła Podstawowa nr 87 os. Teatralne 35 (obok krzyża)

Ponadto:

23.04 godz. 12.00 -13.00 SLOW JOGGING - (rodzaj treningu biegowego polegający na truchtaniu wolniejszym niż oddech do wykonywanej czynności)

Na poszczególne zajęcia obowiązują zapisy. Zapisów można dokonać:

- telefonicznie pod numerem: 504 456 901,
- e-mail: biuro@fabrykainicjatyw.pl lub
- osobiście w biurze CAS na os Centrum E 18 w Krakowie