

Centrum Aktywności Seniorów –Cyfrowe Centrum
Osiedle Centrum E 18, Kraków
Kontakt: tel. 504 456 901
e-mail: biuro@fabrykainicjatyw.pl

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

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

OBOWIĄZUJE OD 11.10.2018

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – Październik 2018

dzień	godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
poniedziałek	10:00 do 11:00	Dyżur koordynatora CAS	W dniu 8.10.2018 CAS zamknięty-wyjście seniorów do Opery Krakowskiej godz.11:00
	10:00 do 11:00	Nordic walking	W dniu 8.10.2018r zajęcia odwołane przeniesione na 10.10.2018r na godz. 14:00 do 15:00
	11:00 do 12:30	rękodzieło artystyczne I grupa	W dniu 8.10.2018r zajęcia odwołane przeniesione na 10.10.2018 r godz. 14:00- 15:00
	12:30 do 14:00	rękodzieło artystyczne II grupa	W dniu 8.10.2018 zajęcia odwołane przeniesione na 10.10.2018.r godz. 14:00-15:00
wtorek	14:30 do 16:30	rękodzieło artystyczne I i II grupa	wolontariat
	14:30 do 16:30	zajęcia komputerowe I grupa	
środa	14:00 do 15:30	Rękodzieło artystyczne I grupa	Odpracowanie za 8.10.2018
	15:30 do 17:00	Rękodzieło artystyczne II grupa	Odpracowanie za 8.10.2018
	16:00 do 18:00	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	W dniu 11.10.2018 zajęcia odwołane – absencja trenera
piątek	10:00 do 11:00	zajęcia recyklingowe	
piątek	8:30 do 18:00	Zajęcia poznaj trochę świata	11.10.2018 Wycieczka – Solec Zdrój –baseny siarkowe
sobota	12:10 do 12:55	Gimnastyka –zdrowy kręgosłup-Fitness	Informacja i zapisy w CAS
sobota	13:10 do 13:55	Aqua aerobik- zajęcia na basenie	Informacja i zapisy w CAS

Zajęcia dodatkowe w październiku 2018:

Data	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
4.10.2018	14:00 do 18:00	Ognisko w lasku Mogilskim	Informacje i zapisy tel. 504 456 901 praca społeczna członków CAS
9.10.2018 r.	16:00 do 18:00	Comiesięczne spotkanie wolontariuszy	Koordinator CAS Krystyna Grzywa
21.10.2018r	19:00 do 21:00	Wyjście do ICE ‘ Mazowsze Niepodległej’	Informacje i zapisy tel. 504 456 901 – praca społeczna członków CAS
26.10.2018r	19:00 do 21:00	Wyjście do ICE „ Jezioro Łabędzie”	Informacje i zapisy tel.: 504 456 901 Praca społeczna członków CAS
27.10 2018r	18:00 do 20:00	Teatr Muzyczny Variete” Powróćmy do tamtych lat”	Informacje i zapisy tel.:504 456 901 Praca społeczna członków CAS
18.10.2018r	16:00 do 19:00	Dzień Seniora – KASYNO Budynku Acerol Mital (dawne HIL)	Informacje i zapisy tel. 504 456 901 Praca społeczna członków CAS

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