

Centrum Aktywności Seniorów –Cyfrowe Centrum
Osiedle Centrum E 18, Kraków
Kontakt: tel. **506 303 304**
(nowy numer - informacja w godzinach otwarcia CAS)
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 19.03.2019
HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – marzec 2019

dzień	godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
Poniedziałek	10:00 do 11:00	Dyżur koordynatora CAS	
	10:00 do 11:00	Nordic walking	
	11:00 do 12:30	rękodzieło artystyczne I grupa	
	11:00 do 14:00	Zajęcia z obsługi urządzeń mobilnych	
	12:30 do 14:00	rękodzieło artystyczne II grupa	
Wtorek	11:00 do 14:00	Zajęcia z obsługi urządzeń mobilnych	
	14:30 do 16:30	rękodzieło artystyczne I i II grupa	
	14:30 do 16:30	zajęcia komputerowe I grupa	
Środa	11:00 do 14:00	Zajęcia z obsługi urządzeń mobilnych	
	14:00 do 15:00	Język angielski grupa I	Informacje i zapisy w CAS
	15:00 do 16:00	Język angielski grupa II	Informacje i zapisy w CAS
	16:00 do 17:00	Język angielski grupa III	Informacje i zapisy w CAS
Czwartek	14:00 do 17:00	Zajęcia z obsługi urządzeń mobilnych	
	16:00 do 18:00	Kawiarenka, gry stolikowe	
	18:00 do 20:00	Zajęcia fotograficzne	Informacje i zapisy w CAS
	17:00 do 19:00	zajęcia smartphony	Od 7.03.2019
Piątek	10:00 do 11:00	zajęcia recyklingowe	

	14:00 do 17:00	Zajęcia z obsługi urządzeń mobilnych	
Sobota	od 13:00	Aqua aerobik- zajęcia na basenie	Informacja i zapisy w CAS
Sobota	od 14:00	Gimnastyka –zdrowy kręgosłup- Fitness grupa I	Informacja i zapisy w CAS

Zajęcia dodatkowe w marcu 2019:

Data	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
7.03.2019	od 16:00	Spotkanie wolontariuszy	
7.03.2019	od 16:00	Dzień kobiet w CAS	
7.03.2019	od 18:30	Wieczór filmowy Klubu Urodzonych Filmowców	Informacja i zapisy w CAS
21.03.2019	od 8:00	Cmielów Fabryka Porcelany – wycieczka	Informacja i zapisy w CAS
22.03.2019	Od 10:00	Wspomnienia z Malty	Informacja i zapisy w CAS
22.03.2019	Od 12:00	Spotkanie z Policją – Wydział Ruchu Drogowego	Informacja i zapisy w CAS
28.02.2019	od 18:30	Wieczór filmowy Klubu Urodzonych Filmowców	Informacja i zapisy w CAS
28.02.2019	Od 16:00	Spotkanie wolontariuszy	
1.03.2019	od 10:00	Wykład "Propolis w leczeniu i zapobieganiu chorob- ZŁOTY ANTYBIOTYK"	Informacje i zapisy w CAS
15.03.2019	od 10:00	" Mleczko pszczele w leczeniu i profilaktyce chorób wieku starczego- ELIKSIR MŁODOŚCI"	Informacje i zapisy w CAS
29.03.2019	od 10:00	" Pyłek pszczeli i pierzga źródłem zdrowia- NATURALNA ODŻYWKA"	
12.03.2019	od 9:00	Wystawa w Kaminicy Szołańskich	Informacja i zapisy w CAS
14.03.2019	od 9:00	Wyjazd do Solca Zdroju	Informacja i zapisy w CAS

Na poszczególne zajęcia obowiązują zapisy. Zapisów można dokonać:

- telefonicznie pod numerem: **506 303 304** (w godzinach otwarcia CAS),
- e-mail: biuro@fabrykainicjatyw.pl lub
- osobiście w biurze CAS na os Centrum E 18 w Krakowie