



## Centrum Aktywności Seniorów –Cyfrowe Centrum II

Osiedle Centrum E 18, Kraków

Kontakt: tel. **506 303 304**

e-mail: [biuro@fabrykainicjatyw.pl](mailto:biuro@fabrykainicjatyw.pl)

**Zgodnie z decyzją Urzędu Miasta Krakowa  
od dnia 12 marca 2020 r.**

**wszystkie zajęcia stacjonarne zostają zawieszane do odwołania.**

**Dla Państwa pełnimy dyżur telefoniczny pod numerem 506 303 304  
od poniedziałku do piątku w godzinach 10:00 - 14:00**

W tym czasie możecie Państwo kontaktować się z nami w sprawie:

- pomocy przy organizacji zakupów dla seniorów;
- dorad i pomocy dla członków naszego CAS na miarę naszych możliwości;
- wsparcia telefonicznego i innych.

**Uruchomione zostały nr telefonu – konsultacje telefoniczne w zakresie spraw związanych  
z obsługą urządzeń mobilnych, komputerów w godzinach od 10:00 do 14:00**

**Artur – tel. 501 148 630;**

**Robert – tel. 506 830 649.**

**Na wszystkie zajęcia online obowiązują zapisy telefonicznie 506 303 304**

**Zajęcia online będą prowadzone przez aplikację meet google**

**OBOWIAZUJE OD 01.09.2020 r.**

**HARMONOGRAM ZAJĘĆ – wrzesień 2020 r.**

dzień	godzina	rodzaj zajęć	Dostęp/ Informacja
Poniedziałek	14:00 - 15:00	Język angielski – online (zaawansowany)	<a href="https://meet.google.com/ads-gqgc-tpu">https://meet.google.com/ads-gqgc-tpu</a>
Wtorek	11:00 - 11:45	Zdrowy kręgosłup (zajęcia sportowe, gimnastyczne) -online	<a href="https://meet.google.com/aoz-afdq-fkd">https://meet.google.com/aoz-afdq-fkd</a>

	13:00-15:00	Zajęcia na świeżym powietrzu – smartphony	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506303304</b> <b>Miejsce: Planty Mistrzejowickie (amfiteatr)</b>
	15:00 - 16:00	Zajęcia komputerowe - online	<a href="https://meet.google.com/iub-wtnh-gzu">https://meet.google.com/iub-wtnh-gzu</a>
	16:30 – 18:00	Zajęcia na świeżym powietrzu – Nordic Walking Plus	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506303304</b> <b>Miejsce spotkania: os Centrum E18 /6 ( przed CAS Cyfrowe Centrum II)</b>
Środa	14:00 - 15:00	Język angielski – online ( zaawansowany)	<a href="https://meet.google.com/ads-gqgc-tpu">https://meet.google.com/ads-gqgc-tpu</a>
	17:00 - 19:00	Zajęcia na świeżym powietrzu – smartphony	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506303304</b> <b>Miejsce: Park im. Stefana Żeromskiego – Plac zabaw Zaskroniec os. Na Skarpie 30.</b>
Czwartek	15:00 - 16:00	Zajęcia komputerowe – online	<a href="https://meet.google.com/iub-wtnh-gzu">https://meet.google.com/iub-wtnh-gzu</a>
Piątek	11:00 - 11:45	Aktywny senior (zajęcia sportowe, gimnastyczne) - online	<a href="https://meet.google.com/aoz-afdq-fkd">https://meet.google.com/aoz-afdq-fkd</a>

### Zajęcia dodatkowe

<b>10,24,09.2020</b> (czwartek)	od 15: 00	<b>Za Stresem na Ty – warsztaty</b>	Informacja i zapisy tel. 506 303 304
------------------------------------	-----------	-------------------------------------	--------------------------------------

<b>5,12,26.09.2020</b> (sobota)	od 10:00	<b>Za Stresem na Ty – warsztaty</b>	Informacja i zapisy tel. 506 303 304
------------------------------------	----------	---	---