

Centrum Aktywności Seniorów – Cyfrowe Centrum - Bieńczyce
Osiedle Jagiellońskie 19, Kraków
Kontakt: tel. **506 303 304**
e-mail: biuro@fabrykainicjatyw.pl

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	10:00 do 14:00
wtorek	15:00 do 19:00
środa	10:00 do 14:00
czwartek	10:00 do 14:00
piątek	15:00 do 19:00

Na wszystkie zajęcia online obowiązują zapisy telefonicznie 506 303 304
Zajęcia online będą prowadzone przez aplikację meet google

OBOWIĄZUJE OD 21.09.2020 r.

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STALYCH– wrzesień 2020 r.

dzień	godzina	rodzaj zajęć	Dostęp/ Informacja
Poniedziałek	10:00 do 12:00	Kącik porad – technologie	
Wtorek	15:15 do 16:00	Język angielski – online (podstawowy)	https://meet.google.com/ads-gqgc-tpu
Wtorek	11:00 do 11:45	Zdrowy kręgosłup (zajęcia sportowe, gimnastyczne) -online	https://meet.google.com/aoz-afdq-fkd
Środa	15:15 do 16:00	Język angielski – online (podstawowy)	https://meet.google.com/ads-gqgc-tpu
Czwartek	12:00 do 14:00	Spotkania Brydżowe	
Piątek	15:00 do 16:00	Zajęcia komputerowe – online	https://meet.google.com/iub-wtnh-gzu

Zajęcia dodatkowe wrzesień 2020 r.

22,29.09.2020 (wtorek)	od 16:30 do 18:00	Noredic Walking – chodzenie z kijami	Informacja i zapisy tel. 506 303 304
24.09.2020 (czwartek)	od 15: 00	Za Stresem na Ty – warsztaty	Informacja i zapisy tel. 506 303 304
26.09.2020 (sobota)	od 10:00	Za Stresem na Ty – warsztaty	Informacja i zapisy tel. 506 303 304
22.09.2020 (wtorek)	od 15:00 do 16:00	„Senior Canva” – warsztaty praktyczne z programu do tworzenia prezentacji na Social media – zajęcia online	Dostęp po kliknięciu https://meet.jit.si/SeniorCanva
26.09.2020 (Piątek)	od 16:00 do 18:00	Spotkanie wolontariuszy	
30.09.2020 (środa)	od 8:00	Wycieczka do Ojcowa z degustacją Pstrąga Ojcowskiego	Informacja i zapisy tel. 506 303 304
21,22,28,29. 09.2020	od 16:30 do 18:00	E kompetentni Seniorzy w Akcji – zajęcia z obsługi Smartphone dla seniorów 65+	Informacja i zapisy tel. 506 303 304

W godzinach otwarcia Centrum Aktywności Seniorów Cyfrowe Centrum – wolna przestrzeń CAS, animacje.

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