



Centrum Aktywności Seniorów –Cyfrowe Centrum
Osiedle Centrum E 18/6, Kraków
Kontakt: tel. **506 303 304**
e-mail: centrum@fabrykainicjatyw.pl

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

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

OBOWIAZUJE OD 22.11.2021 r.

Harmonogram zajęć stałych – listopad 2021 r.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
Poniedziałek	14:30 do 15:30	Język angielski – online (podstawowy)	https://meet.google.com/ads-gqgc-tpu - zajęcia interaktywne
	14:00 do 16:00	Spotkania brydżowe	Informacja i zapisy w CAS
	14:00-15:30	ZUMBA	Zapisy na zajęcia tel. 506 303 304 Zajęcia odbywają się w pomieszczeniach statutowych Spółdzielni Mieszkaniowej Jutrzenka os. Jagiellońskie 19 W dniach: 15.11.2021, 29.11.2021

	14:30 do 15:15	Zajęcia – Taniec w kręgu	Zajęcia będą odbywać się za pomocą platformy Zoom . Zapisy poprzez formularz https://forms.gle/KBsf9YCEULfPTHwPA W dniu 21.11.2021 – zajęcia odwołane
	16:00 do 18:00	Język Angielski dla początkujących – zajęcia stacjonarne	Zapisy na zajęcia tel. 506303304 Zajęcia rozpoczynają się od 15.11.2021
Wtorek	8:00 do 9:00	Poranny rozruch – zajęcia online	-transmisja na grupie https://www.facebook.com/groups/158076512072662/
	10:00 do 12:00	Kącik Porad – Sprawy codzienne	Informacja i zapisy w CAS
	11:00 do 12:00	Zajęcia na świeżym powietrzu – Nordic Walking	Zapisy na zajęcia tel. 506 303 304 Miejsce spotkania: os Jagiellońskie 19 (przed CAS Cyfrowe Centrum Bieńczyce)
	12:00 do 13:00	Język Włoski – online	Zajęcia będą odbywać się na Meet Google https://meet.google.com/rdi-ubxp-mxi zajęcia interaktywne
	11:30 do 12:15	Aqua Aerobic	Zajęcia odbywają się na ul Ludwinowskiej 11, poziom -1 Kraków – BASEN LEMON Na zajęcia obowiązują zapisy tel. 506 303 304 Zajęcia odbędą się dnia 9.11.2021 oraz 23.11.2021 r.
	12:00 do 14:00	Spotkania rekrutacyjne	
	15:00 do 16:00	Język angielski – online (zaawansowany)	https://meet.google.com/ads-gqgc-tpu - zajęcia interaktywne

Środa	12:00 do 14:00	Zajęcia z obsługi smartfonów	Zapisy na zajęcia tel. 506303304 Miejsce: lokal CAS Cyfrowe Centrum, os. Centrum E 18/6 Nowa Huta
	14:00 do 16:00	Zajęcia komputerowe	Zapisy na zajęcia tel. 506303304 Miejsce: lokal CAS Cyfrowe Centrum, os. Centrum E 18/6 Nowa Huta – sala komputerowa
	15:00 do 17:00	Kącik porad – sprawy codzienne	Informacja i zapisy w CAS
Czwartek	14:00 do 15:00	Zajęcia rysunkowe na świeżym powietrzu	Zapisy na zajęcia tel. 506303304 Miejsce spotkania: os Centrum E18 /6 (przed CAS Cyfrowe Centrum) w przypadku deszczu zajęcia będą prowadzone w lokalu os Centrum E 18/6 Nowa Huta W dniu 18.11.2021 – zajęcia odwołane
	15:00 do 16:00	Zajęcia komputerowe	Zapisy na zajęcia tel. 506303304
	16:00 do 17:00	Zajęcia z obsługi Smartfonów	Zapisy na zajęcia tel. 506303304
	17:00 do 18:00	Zajęcia z obsługi tabletów	Zapisy na zajęcia tel. 506303304
Piątek	10:00-12:00	MEDIACJE	Informacja i zapisy w CAS
	12:00 do 14:00	Spotkania brydżowe	Informacja i zapisy w CAS

Zajęcia dodatkowe w listopad 2021

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
07.11.2021 (niedziela)	od 17:00	NCK -Koncert „Tych lat nie odda nikt” -Jacek Wójcicki	Informacja i zapisy w CAS - 506303304
15.11.2021 (poniedziałek)	od 14:30	Pogadanka o żywieniu seniorów - spotkanie z dietetyczką	Informacja i zapisy w CAS - 506303304
16.11.2021 (wtorek)	od 9:00	Wycieczka do Solca Zdroju	Informacja i zapisy w CAS - 506303304
18.11.2021 (czwartek)	od 19:00	NCK -program satyryczny	Informacja i zapisy w CAS - 506303304

		Krzysztof Dauszewicz	
19.11.2021 (piątek)	od 19:00	NCK Koncert - Zespół Czerwonoczarńi	Informacja i zapisy w CAS - 506303304
20.11.2021 (sobota)	od 19:00	NCK Koncert Galowy- Festiwal Twórczości Korowód	Informacja i zapisy w CAS - 506303304
26.11.2021 (piątek)	od 12:30	Spotkanie wolontariuszy	
26.11.2021 (piątek)	od 19:00	NCK "Starość nie jest dla mięczaków"- Piotr Baltroczyk	Informacja i zapisy w CAS - 506303304
27.11.2021 (sobota)	Od 18:30	Opera Krakowska -Pan Twardowski	Informacja i zapisy w CAS - 506303304

W godzinach otwarcia CAS – wolna strefa animacji

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.