



## Centrum Aktywności Seniorów –Cyfrowe Centrum

Osiedle Centrum E 18/6, Kraków

Kontakt: tel. 506 303 304

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

**OBOWIĄZUJE OD 1.07.2022 r.**

### Harmonogram zajęć stałych – lipiec 2022 r.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
Poniedziałek	13:20 do 14:20	Język angielski – online (zaawansowana)	<a href="https://meet.google.com/ads-gggc-tpu">https://meet.google.com/ads-gggc-tpu</a> -zajęcia interaktywne
	14:00 do 16:00	Spotkania brydżowe	Informacja i zapisy w CAS
	14:30 do 15:15	Zajęcia – Taniec w kręgu	Zajęcia będą odbywać się za pomocą platformy Zoom. <b>Zapisy poprzez formularz</b> <a href="https://forms.gle/KBsf9YCEULfPTHwPA">https://forms.gle/KBsf9YCEULfPTHwPA</a>

<b>Poniedziałek</b>	14:00-15.30	<b>Zumba</b>	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506303304</b> Zajęcia odbywają się na os Jagiellońskim 19, Pomieszczenie Statutowe Spółdzielnia Mieszkaniowa Jutrzenka <b>Zajęcia będą odbywać się w dniach : 11.07.2022, 25.07.2022</b>
<b>Wtorek</b>	8:00 do 9:00	<b>Poranny rozruch – zajęcia online</b>	-transmisja na grupie <a href="https://www.facebook.com/groups/158076512072662/">https://www.facebook.com/groups/158076512072662/</a>
	10:15 do 12:15	<b>Amatorskie Warsztaty malarskie</b>	Informacja i zapisy w CAS
	12:00 do 12:45	<b>Siła oddychania – zajęcia aktywnościowe</b>	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506303304</b> Zajęcia Park Lotników AWF
	12:00 do 14:00	<b>Spotkania rekrutacyjne</b>	
<b>środa</b>	15:30 do 17:30	<b>Kącik porad – sprawy codzienne</b>	Informacja i zapisy w CAS
<b>Czwartek</b>	12:30 do 13:30	<b>Zajęcia na świeżym powietrzu – Nordic Walking</b>	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506 303 304</b> <b>Miejsce spotkania: Nad Zalewem ul. Bulwarowa (Dom Wędkarza)</b>
	13:30 do 14:30	<b>Zajęcia slow motion walikng</b>	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506 303 304</b> <b>Miejsce spotkania: Nad Zalewem ul. Bulwarowa (Dom Wędkarza)</b>
	14:00 do 15:00	<b>Zajęcia rysunkowe na świeżym powietrzu</b>	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506303304</b> <b>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</b>
	15:00 do 18:00	<b>Zajęcia komputerowe</b>	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506303304</b> <b>Miejsce: lokal CAS Cyfrowe Centrum, os. Centrum E 18/6 Nowa Huta – sala komputerowa</b>
<b>Piątek</b>	10:00 do 12:00	<b>MEDIACJE</b>	Informacja i zapisy w CAS <b>Zajęcia odbędą się w dniu 15.07.2022</b>
	12:00 do 14:00	<b>Spotkania brydżowe</b>	Informacja i zapisy w CAS

## Zajęcia dodatkowe w lipcu 2022 r.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
01.07.2022 (piątek)	od 12:00 do 14:00	Spotkanie wolontariuszy	Informacja i zapisy w CAS - 506303304

*W godzinach otwarcia CAS – wolna strefa animacji*

*Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.*