



Centrum Aktywności Seniorów – Cyfrowe Centrum Bieńczyce

Osiedle Jagiellońskie 19, Kraków

Kontakt: tel. **666 580 390**

e-mail: bienczyce@fabrykainicjatyw.pl

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	12:00 do 16:00
wtorek	14:00 do 18:00
środa	10:00 do 14:00
czwartek	10:00 do 14:00
piątek	14:00 do 18:00

OBOWIĄZUJE OD 01.07.2022 r.

Harmonogram zajęć stałych – lipiec 2022 r.

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek	14:20 do 15:20	Język angielski – online (podstawowy)	https://meet.google.com/ads-gggc-tpu - zajęcia interaktywne
	14:00 do 15.30	ZUMBA	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390 Zajęcia odbywają się na os Jagiellońskim 19, Pomieszczenie Statutowe Spółdzielnia Mieszkaniowa Jutrzenka Zajęcia odbędą się w dniach : 04.07.2022 ,18.07.2022
	12:00 do 14:00	Jak wiedzieć więcej o przodkach - podstawy Genealogii	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390

	14:00 do 16:00	Kącik Porad – Sprawy codzienne	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
Wtorek	11:30 do 12:30	Zajęcia nordic walking	Zbiórka obok fontanny – AWF (Park Lotników) Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
	12:30 do 13:30	Zajęcia slow motion walking	Zbiórka obok fontanny – AWF (Park Lotników) Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
	12:00 do 13:00	Język Włoski – zajęcia online	Zajęcia będą odbywać się na Meet Google https://meet.google.com/rdi-ubxp-mxi zajęcia interaktywne
Środa	10:00 do 12:00	Spotkanie rekrutacyjne	
Czwartek	10:30 do 12:00	Twórczy relaks	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390 Zajęcia odbędą się w dniach: 21.07.2022 28.07.2022 r.
	10:00 do 12:00	Mediacje	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390 Zajęcia odbędą się dnia 7.07.2022 r. oraz 14.07.2022 r.
	12:00 do 13:00	Gry Stolikowe	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
	13:00 do 14:00	Gry w bule, molky	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
	13:00 do 13:45	Aktywne oddychanie	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390 Zbiórka Tężnia nad Zalewem Nowohuckim
Piątek	14:00 do 15:00	Gry w bule, molky	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
	15:00 do 16:30	Zajęcia z obsługi komputera	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390 W dniu 1.07.2022 – zajęcia odwołane
	16:30 do 18:00	Zajęcia z obsługi smartfonów	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390 W dniu 1.07.2022 – zajęcia odwołane

Zajęcia dodatkowe w lipcu 2022 r.

W godzinach

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
1.07.2022 (piątek)	od 14:00 do 16:00	Spotkanie wolontariuszy	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390

otwarcia CAS – wolna strefa animacji
Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.