



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	13:00 do 17:00
wtorek	15:00 do 19:00
środa	10:00 do 14:00
czwartek	10:00 do 14:00
piątek	15:00 do 19:00

OBOWIĄZUJE OD 23.02.2023 r.

Harmonogram zajęć stałych – luty 2023 r.

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek	11:30 do 12:30	Zajęcia nordic walking	Zapisy na zajęcia tel. 666 580 390 Miejsce spotkania: Nad Zalewem ul. Bulwarowa (Dom Wędkarza) Zajęcia w dniach 13.02.2023, 20.02.2023 27.02.2023
	12:30 do 13:30	Zajęcia Slow Motion Wolking	Zapisy na zajęcia tel. 666 580 390 Miejsce spotkania: Nad Zalewem ul. Bulwarowa (Dom Wędkarza) Zajęcia w dniach 13.02.2023, 20.02.2023 27.02.2023
	13:00 do 14:00	JOGA	Zapisy na zajęcia tel. 666 580 390 Zajęcia odbywają się na os Jagiellońskim 19, pomieszczenie statutowe Spółdzielnia Mieszkaniowa Jutrzenka Zajęcia w dniach 6.02.2023, , 20.02.2023

Poniedziałek	14:00 do 15:00	ZUMBA	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390 Zajęcia odbywają się na os Jagiellońskim 19, pomieszczenie statutowe Spółdzielnia Mieszkańcowa Jutrzenka 6.02.2023, 20.02.2023
	15:00 do 16:00	Zajęcia komputerowe	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390 Prowadzi Robert Bochenek
Wtorek	15:00 do 16:00	Gry karciane	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
	16:00 do 17:00	Bezpieczeństwo fizyczne seniora	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390 Zajęcia odbędą się w dniach 14.02.2023 i 21.02.2023
	17:00 do 19:00	Gry stolikowe	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
Środa	10:00 do 12:00	Gry komputerowe	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
	12:00 do 14:00	Gry stolikowe	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
Czwartek	10:00 do 11:00	Język włoski – podstawowy stacjonarny	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
	11:00 do 12:30	Twórczy relaks	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390 Zajęcia w dniach 02.02.2023 i 9.02. 2023
	12:30 do 13:30	Zajęcia z obsługi komputera	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
Piątek	15:00 do 16:00	Zajęcia z obsługi tabletów	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390 prowadzi Artur Kustosz
	16:00 do 17:00	Zajęcia smartfonowe	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390 prowadzi Artur Kustosz
	17:00 do 19:00	Wieczory filmowe	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390

Zajęcia dodatkowe w lutym 2023 r.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
16.02.2023 (czwartek)	od 11:00 do 13:00	Spotkanie wolontariuszy	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
23.02.2023 (czwartek)	od 19:30 do 21:30	NCK ZAZULA zespół folkowy	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
24.02.2023 (piątek)	Od 18:00 do 21:00	Opera Krakowska – Gala Sylwestrowo noworoczna	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390

W godzinach otwarcia CAS – wolna strefa animacji

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.