



**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:**

<b>poniedziałek</b>	<b>10:00 do 14:00</b>
<b>wtorek</b>	<b>10:00 do 14:00</b>
<b>środa</b>	<b>15:00 do 19:00</b>
<b>czwartek</b>	<b>15:00 do 19:00</b>
<b>piątek</b>	<b>10:00 do 14:00</b>

**OBOWIAZUJE OD 06.04.2023 r.**

**Harmonogram zajęć stałych – kwiecień 2023 r.**

<b>DZIEŃ</b>	<b>GODZINA</b>	<b>RODZAJ ZAJĘĆ</b>	<b>DOSTĘP/INFORMACJA</b>
<b>Poniedziałek</b>	13:00 do 14:00	<b>JOGA</b>	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506303304</b> Zajęcia odbywają się na os Jagiellońskim 19, pomieszczenie statutowe Spółdzielnia Mieszkaniowa Jutrzenka <b>Zajęcia w dniu 24.04.2023,</b>
	14:00 do 15.00	<b>Zumba</b>	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506303304</b> Zajęcia odbywają się na os Jagiellońskim 19, Pomieszczenie Statutowe Spółdzielnia Mieszkaniowa Jutrzenka <b>Zajęcia w dniu 17.04.2023,</b>
	10:00 do 12:00	<b>Gry stolikowe</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b>
	12:00 do 13:00	<b>Trening Umysłu</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b>

	11:00-13:00	<b>Twórczy Relaks</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b>
<b>Wtorek</b>	12:00 do 13:00	<b>Język angielski – podstawowy</b>	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506303304</b>
	13:00 do 14:00	<b>Język angielski – średniozawansowany</b>	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506303304</b>
<b>Środa</b>	15:00 do 16:00	<b>Zajęcia z obsługi tabletu</b>	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506303304 w dniu 19.04.2023 – zajęcia odwołane</b>
	16:00 do 17:00	<b>Zajęcia smartfony</b>	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506303304 w dniu 19.04.2023 – zajęcia odwołane</b>
	17:00 do 18:00	<b>Uczymy się grać w brydża</b>	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506303304</b>
	17:00 do 18:00	<b>Bezpieczeństwo fizyczne dla seniora</b>	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506303304 Zajęcia odbędą się dnia 05.04.2023 i 17.04.2023</b>
<b>Czwartek</b>	13:45 do 14:30	<b>Zajęcia na świeżym powietrzu – Nordic Walking</b>	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506 303 304 Miejsce spotkania: Zbiórka obok fontanny – AWF (Park Lotników) w dniu 6.04.2023 – zajęcia odwołane  od dnia 13.04.2023 – zbiórka Łąki Nowohuckie ( pod NCK)</b>
	15:00 do 17:00	<b>Zajęcia rysunkowe</b>	<b>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 Zajęcia w dniach 13.04.2023, 27.04.2023</b>
	17:00 do 19:00	<b>Wieczory filmowe</b>	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506303304</b>
<b>Piątek</b>	10:00 do 14:00	<b>Spotkania brydżowe</b>	Informacja i zapisy w CAS <b>W dniu 3.04.2023 – zajęcia odwołane</b>
	13:00 do 14:00	<b>Zajęcia komputerowe</b>	Informacja i zapisy w CAS

	13:00 do 14:00	Zajęcia slow motion walikng	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506 303 304</b> <b>Miejsce spotkania: Zbiórka obok fontanny – AWF (Park Lotników)</b>  <b>w dniu 7.04.2023 – zajęcia odwołane</b>  <b>od dnia 14.04.2023 – zbiórka Łąki Nowohuckie ( pod NCK)</b>
--	-------------------	--------------------------------	--

## Zajęcia dodatkowe w kwietniu 2023 r.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
1.04.2023 ( środa)	Od 19:30 – 21:30	Koncert z cyklu ‘Nowa Huta Dlaczego nie ?’ W kościele ARKA	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b>
3.04.2023 ( piątek)	Od 10:00 -13:00	Spotkanie wielkanocne w CAS-ie	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b>
7.04.2023 ( piątek)	od 10:00-12:00	Spotkanie wolontariuszy	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b>
15.04.2022 ( sobota)	od 11:00-17:00	Wycieczka Hucisko/ Gdów	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b>
13,20,27.04.2023 ( czwartki)	od12:00-14:00	Lasoterapia i artterapia Zajęcia w lasach/dolinkach krakowskich i podkrakowskich.	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b>
19.04.2023 ( środa)	od 10:00 -12:00	Muzeum Nowe Huty (cykliczne wyjścia do muzeum raz w miesiącu	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b> Wyjścia cykliczne informacja w CAS
27.04.2023 (czwartek)	od 17:00 -19:00	Park Bednarskiego – Podgórze Koncert+ plener malarki	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b>

***W godzinach otwarcia CAS – wolna strefa animacji***

***Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.***