



## 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>

### **OBOWIĄZUJE OD 01.05.2023 r.**

### **Harmonogram zajęć stałych – maj 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 15,29.05.2023,</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 15,29.05.2023,</b>

Poniedziałek	10:00 do 12:00	Gry stolikowe	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b>
	12:00 do 13:00	Trening Umysłu	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b>
	11:00-13:00	Twórczy Relaks	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b>
Wtorek	12:00 do 13:00	Język angielski – podstawowy	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506303304</b>
	13:00 do 14:00	Język angielski – średniozawansowane	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506303304</b>
Środa	15:00 do 16:00	Zajęcia z obsługi tabletu	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506303304</b>
	15:00 do 16:00	Smovey na świeżym powietrzu	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b> Zajęcia od 10.05.2023 r.
	16:00 do 17:00	Zajęcia smartfony	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506303304</b>
	17:00 do 18:00	Uczymy się grać w brydża	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506303304</b>
Czwartek	13:45 do 14:30	Zajęcia na świeżym powietrzu – Nordic Walking	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506 303 304</b> Miejsce spotkania: <b>zbiórka Łąki Nowohuckie ( pod NCK)</b>
	15:00 do 17:00	Zajęcia rysunkowe	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506303304</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>Zajęcia w dniach 18.05.2023, 25.05.2023</b>
	16:00 do 17:00	Bezpieczeństw o fizyczne dla seniora	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506303304</b> Zajęcia odbędą się dnia <b>11.05.2023</b>
	17:00 do 19:00	Wieczory filmowe	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506303304</b>

<b>Piątek</b>	10:00 do 14:00	<b>Spotkania brydżowe</b>	Informacja i zapisy w CAS
	13:00 do 14:00	<b>Zajęcia komputerowe</b>	Informacja i zapisy w CAS
	13:00 do 14:00	<b>Zajęcia slow motion walikng</b>	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506 303 304</b> <b>Miejsce spotkania:</b> <b>Zbiórka Łąki Nowohuckie ( pod NCK)</b>

### Zajęcia dodatkowe w maju 2023 r.

<b>DZIEŃ</b>	<b>GODZINA</b>	<b>RODZAJ ZAJĘĆ</b>	<b>DOSTĘP/INFORMACJA</b>
<b>1.05.2023</b>	<b>9:00 – 16:00</b>	<b>Majówka w Niepołomicach</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>506 303 304</b>
<b>6.05.2023</b> (czwartek)	<b>15:00 - 17:00</b>	<b>Spotkanie wolontariuszy</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>506 303 304</b>
<b>20.05.2023</b> <b>21.05.2023</b>	<b>18:30 – 20:30</b>	<b>Gala Operetkowa „Uśmiechnij się z Kiepurą”</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>506 303 304</b>

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

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