



**Centrum Aktywności Seniorów – Cyfrowe Centrum Bieńczyce**  
Osiedle Jagiellońskie 19, Kraków  
Kontakt: tel. **666 580 390**  
e-mail: [bienczyce@fabrykainicjatyw.pl](mailto:bienczyce@fabrykainicjatyw.pl)

**CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:**

<b>poniedziałek</b>	<b>13:00 do 17:00</b>
<b>wtorek</b>	<b>15:00 do 19:00</b>
<b>środa</b>	<b>10:00 do 14:00</b>
<b>czwartek</b>	<b>10:00 do 14:00</b>
<b>piątek</b>	<b>15:00 do 19:00</b>

**OBOWIĄZUJE OD 05.06.2023 r.**

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

<b>dzień</b>	<b>godzina</b>	<b>rodzaj zajęć</b>	<b>uwagi</b>
<b>Poniedziałek</b>	11:30 do 12:30	<b>Zajęcia nordic walking</b>	<b>Zapisy na zajęcia tel. 666 580 390</b> <b>Miejsce spotkania: Nad Zalewem ul. Bulwarowa (Dom Wędkarza)</b>
	12:30 do 13:30	<b>Zajęcia Slow Motion Walking</b>	<b>Zapisy na zajęcia tel. 666 580 390</b> <b>Miejsce spotkania: Nad Zalewem ul. Bulwarowa (Dom Wędkarza)</b>
	13:00 do 14:00	<b>JOGA</b>	<b>Zapisy na zajęcia tel. 666 580 390</b> Zajęcia odbywają się na os Jagiellońskim 19, pomieszczenie statutowe Spółdzielnia Mieszkaniowa Jutrzenka <b>Zajęcia 12.06.2023</b>
	14:00 do 15.00	<b>ZUMBA</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b> Zajęcia odbywają się na os Jagiellońskim 19, pomieszczenie statutowe Spółdzielnia Mieszkaniowa Jutrzenka <b>Zajęcia 5,19.06.2023</b>

	13:30 do 14:30	<b>Trening umyślności</b>	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390 <b>Zajęcia 05.06.2023 – zajęcia odwołane</b>
	15:00 do 16:00	<b>Zajęcia komputerowe</b>	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390 Prowadzi Robert Bochenek
<b>Wtorek</b>	15:00 do 16:00	<b>Gry karciane</b>	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
	16:00 do 17:00	<b>Bezpieczeństwo fizyczne seniora</b>	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390 <b>Zajęcia odbędą się w dniach 06.06.2023 i 13.06.2023</b>
	15:00 do 16:00	<b>Smovey na świeżym powietrzu</b>	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390 <b>Zajęcia od 6,13 .06.2023 r. – odwołane</b>
	17:00 do 19:00	<b>Gry stolikowe</b>	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
<b>Środa</b>	10:00 do 12:00	<b>Gry komputerowe</b>	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
	12:00 do 14:00	<b>Gry stolikowe</b>	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390 <b>7.06.2023 – zajęcia odwołane</b>
<b>Czwartek</b>	10:00 do 11:00	<b>Język włoski – podstawowy stacjonarny</b>	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
	12:30 do 13:30	<b>J. angielski dla początkujących</b>	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
<b>Piątek</b>	15:00 do 16:00	<b>Zajęcia z obsługi tabletów</b>	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390 <b>prowadzi Artur Kustosz</b>
	16:00 do 17:00	<b>Zajęcia smartfonowe</b>	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390 <b>prowadzi Artur Kustosz</b>
	17:00 do 19:00	<b>Wieczory filmowe</b>	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390

## Zajęcia dodatkowe w czerwcu 2023 r.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
5.06.2023 (Poniedziałek)	9:00 – 18:00	Wycieczka – Pustynia Błędowska	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b>
7.06.2023 (środa)	12:00 do 14:00	Spotkanie wolontariuszy	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b>
07,14,21,28.06.2023 (środa)	10:00 - 12:00	Muzeum Nowa Huta – zwiedzanie	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b>
29.06.2023 (Czwartek)	08:00 – 18:00	Wycieczka do Solca Zdroju	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b>

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

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