



## Centrum Aktywności Seniorów – CAS DĘBNIKI

ul. Bałuckiego 21/1

Kontakt: tel. 572 475 401

e-mail: [biuro@faes.org.pl](mailto:biuro@faes.org.pl)

CAS czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

<b>poniedziałek</b>	<b>16:00 do 20:00</b>
<b>wtorek</b>	<b>16:00 do 20:00</b>
<b>środa</b>	<b>16:00 do 20:00</b>
<b>czwartek</b>	<b>16:00 do 20:00</b>
<b>piątek</b>	<b>14:00 do 18:00</b>

OBOWIĄZUJE OD 26.07.2023 r.

HARMONOGRAM ZAJĘĆ – LIPIEC 2023 r.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
Poniedziałek	16:30-18:00	<u>Siłownia pamięci</u>	Zapisy na zajęcia tel. 572 475 401 Miejsce: lokal CAS, ul. Bałuckiego 21/1
Wtorek	16:15-17:15	Smartfon z Androidem	Zapisy na zajęcia tel. 572 475 401 Miejsce: lokal CAS, ul. Bałuckiego 21/1

	17:20-18:20	<b>Poznaj swój smartfon-zajęcia dla osób początkujących</b>	<b>Zapisy na zajęcia tel. 572 475 401</b> Miejsce: lokal CAS, ul. Bałuckiego 21/1
<b>Środa</b>	11:00-12:00	<b><u>Joga</u> <u>początkująca</u> <u>łagodna</u></b>	<b>Zapisy na zajęcia: tel. 572 475 401</b> Kraków ul. Bałuckiego 9 Ograniczona liczba miejsc
	16:00-17:30	<b><u>Chodźże z Nami!</u> <u>Nordic-Walking</u> <u>dla Seniorów</u></b>	<b>Zapisy na zajęcia: tel. 572 475 401</b>
	17:00-20:00	<b>Środy filmowe</b>	<b>Zapisy tel. 572 475 401</b> Kraków ul. Bałuckiego 21/1
<b>Czwartek</b>	16:00-18:00	<b>Kawiarenka</b>	Miejsce: CAS, ul. Bałuckiego 21/1
	18:00-20:00	<b>Planszomania-Kawiarenka z grami planszowymi i kartami</b>	<b>Zapisy: tel. 572 475 401</b> Miejsce: CAS, ul. Bałuckiego 21/1
<b>Piątek</b>	14:00-18:00	<b>Planszomania-Kawiarenka z grami planszowymi i kartami</b>	<b>Zapisy na zajęcia tel. 572 475 401</b> Miejsce: lokal CAS, ul. Bałuckiego 21/1
	15:40 -16:40	<b>Na językach - Język angielski dla seniorów</b>	<b>Zapisy tel. 572 475 401</b> Miejsce: lokal CAS, ul. Bałuckiego 21/1
	17:00-19:00	<b><u>Taniec towarzyski</u></b>	Zapisy tel. 572 475 401 Dębniki, ul. Strąkowa 3A

## Zajęcia dodatkowe w LIPCU 2023 r.:

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
1 lipca	10:00-17:00	Inauguracja – Turniej Rycerski	Barbakan Fabularyzowany turniej rycerski doby późnego średniowiecza nawiązującego formą do turniejów burgundzkich.
1 lipca	21:00-22:30	<b>Kino pod chmurką w Parku Dębnickim</b> Film pt. „Podróż do wnętrza Ziemi”, opartym na słynnej powieści Juliusza Verne'a o tym samym tytule	Miejsce: Park Dębnicki Ul. Praska 22 Wstęp wolny
6 lipca	17:00	Senioralny Klub Filmowy CSW SOLWAY – Film pt. „Synonim, reż. Nadav Lapid, Izrael/Francja/Niemcy 2018, 123 min.	Projekcje poprzedzone będą prelekcjami Macieja Gila, animatora kultury filmowej, działacza ruchu klubowego, dziennikarza, prelegenta i edukatora. Bilety: 5 zł do nabycia w CSW Solway lub online: <a href="http://kicket.com">kicket.com</a> i <a href="http://biletyna.pl">biletyna.pl</a>
7 oraz 28 lipca	17:00	Taneczne piątki. Potańcówki dla dorosłych i seniorów	Centrum Kultury Podgórze-Dwór Czaczków ul. ks. J. Popiełuszki 36 Udział bezpłatny- obowiązują bezpłatne wejściówki
8 lipca	21:00-22:30	<b>Kino pod chmurką w Parku Dębnickim</b> Film pt. „Palm Springs”	Miejsce: Park Dębnicki Ul. Praska 22 Wstęp wolny
7 oraz 21 lipca	17:00	Taneczne piątki. Potańcówki dla dorosłych i seniorów	Centrum Kultury Podgórze ul. Skolska 13 Udział bezpłatny- obowiązują bezpłatne wejściówki
15 lipca	21:00-22:30	<b>Kino pod chmurką w Parku Dębnickim</b> Film pt. „A oni dalej grzeszą, dobry Boże”	Miejsce: Park Dębnicki Ul. Praska 22 Wstęp wolny
22 lipca	21:00-22:45	<b>Kino pod chmurką w Parku Dębnickim</b> Film pt. „Niezdolny ciężar wielkiego talentu”	Miejsce: Park Dębnicki Ul. Praska 22 Wstęp wolny
26 lipca	14:00	<b>Zwiedzanie z przewodnikiem Muzeum Narodowe- Dom Jana Matejki</b>	Zapisy: <b>572 475 401</b> UL. FLORIAŃSKA 41
28 lipca	10:00-14:00	<b>Spotkanie Plenerowe Seniorów</b>	miejsce: Zalew Nowohucki wstęp wolny

29 lipca	21:00-23:00	<b>Kino pod chmurką w Parku Dębnickim</b> Film pt. „Był sobie pies”	Miejsce: Park Dębnicki Ul. Praska 22 Wstęp wolny
5,12,19,26 lipca	17:00-18:00	Spotkania wolontariuszy	CAS Dębniiki mała sala

*Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.*