



Centrum Aktywności Seniorów – Cyfrowe Centrum Bieńczyce

Osiedle Jagiellońskie 19, Kraków

Kontakt: tel. **666 580 390**

e-mail: bieńczyce@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 26.07.2023 r.

Harmonogram zajęć stałych – lipiec 2023 r.

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek	13:00 do 14:00	JOGA	Zajęcia odbywają się na os Jagiellońskim 19, pomieszczenie statutowe Spółdzielnia Mieszkaniowa Jutrzenka Zajęcia w dniu 10.07, 24.07, obowiązują zapisy
	13:00 do 14:00	Trening umysłu	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390 Odwołany 03.07
	14:00 do 15:00	j. angielski	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390 Zajęcia w dniu 24,31.07.2023 r. – zajęcia odwołane
	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 W dniach 11,18,25.07 – zajęcia odwołane
	15:00 do 16:00	Smovey na świeżym powietrzu	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390 w dniu 25.07.2023 – zajęcia się nie odbyły z powodu opadów.

	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 Odwołany 13.07 i 20.07
Piątek	15:00 do 16:00	Zajęcia z obsługi tabletów	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390 prowadzi Artur Kustosz w dniu 14.07 – zajęcia odwołane
	16:00 do 17:00	Zajęcia smartfonowe	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390 prowadzi Artur Kustosz w dniu 14.07 – zajęcia odwołane
	17:00 do 19:00	Wieczory filmowe	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390

Zajęcia dodatkowe w lipcu 2023 r.

DZIEŃ	GODZIN A	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
03.07.2023	11:00-15:00	Wycieczka Dolina Mnikowska	- proszę zabrać dobre buty, zbiórka 10:45 przystanek Salwator autobus strefowy 209
04.07.2023	10:00-12:00	Spotkanie wolontariuszy	
06.07.2023	10:00-14:00	Turniej między CASOwy Molky	Kluzeka 6, możliwość nauki, gry i turniej
18.07.2023	10:00-14:00	Spotkanie plenerowe dla seniorów- Park Krakowski	Chętni do włączenia się w organizacji proszeni o kontakt. W planie: nordicwalking, stanowisko z pielęgniarką, oprowadzanie przewodnickie.
25.07.2023	09:00-19:00	Wycieczka Solec - baseny	Zapisy i szczegóły tel. 666 580 390
27.07.2023	09:00-16:00	Ciężkowice - wycieczka	Zapisy i szczegóły tel. 666 580 390
27.07.2023	14:00-17:00	Wycieczka - Plener malarski w Ojcowskim Parku Narodowym.	Zapisy i szczegóły tel. 666 580 390 Wycieczka – odwołana
28.07.2023	10:00-14:00	Gra terenowa NH	Spacer i gra terenowa, mini piknik

W godzinach otwarcia CAS – wolna strefa animacji

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.