



## 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 **01.08.2023** r.

### HARMONOGRAM ZAJĘĆ – SIERPIEŃ 2023 r.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
<b>Poniedziałek</b>	16:30-18:00	<b><u>Siłownia pamięci</u></b>	<b>Zapisy na zajęcia tel. 572 475 401</b> Miejsce: lokal CAS, ul. Bałuckiego 21/1
<b>Wtorek</b>	16:15-17:15	<b>Smartfon z Androidem</b>	<b>Zapisy na zajęcia tel. 572 475 401</b> 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 początkująca 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! Nordic-Walking 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 sierpniu 2023 r.:

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
5 sierpnia	20:30	<b>Kino pod chmurką w Parku Dębnickim</b> Film pt. „CÓRKA”, z nominowaną do Oscara, za pierwszoplanową rolę żeńską, Olivią Colman (Leda) i doskonałą Dakotą Johnson (Nina)	Miejsce: Park Dębnicki Ul. Praska 22 Wstęp wolny
12 sierpnia	20:30	<b>Kino pod chmurką w Parku Dębnickim</b> obsypany nagrodami musical „La La Land” z Emmą Stone i Ryanem Goslingiem w rolach głównych	Miejsce: Park Dębnicki Ul. Praska 22 Wstęp wolny
18 sierpnia	10:00-15:00	<b>Roztańczony Kraków. I Przegląd Senioralnych Grup tanecznych</b>	miejsce: Hala 100-lecia KS Cracovia zapisy: <a href="mailto:mcases@gmail.com">mcases@gmail.com</a> do 11.08.2023
19 sierpnia	20:30	<b>Kino pod chmurką w Parku Dębnickim</b> film z pogranicza dramatu, komedii i kryminału, czyli „Na noże”	Miejsce: Park Dębnicki Ul. Praska 22 Wstęp wolny
25 sierpnia	18:30	<b>Spektakl „WESELE po krakowsku”</b>	Informacja i zapisy: 572 475 401 Liczba miejsc ograniczona
26 sierpnia	20:30	<b>Kino pod chmurką w Parku Dębnickim</b> film „NARODZINY GWIAZDY”	Miejsce: Park Dębnicki Ul. Praska 22 Wstęp wolny
9,16,23,30 lipca	17:00-18:00	Spotkania wolontariuszy	CAS Dębniiki mała sala

*Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.*