

Centrum Aktywności Seniorów –Cyfrowe Centrum

Osiedle Centrum E 18/6, Kraków

Kontakt: tel. **506 303 304**

e-mail: centrum@fabrykainicjatyw.pl

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	10:00 - 14:00
wtorek	10:00 - 14:00
środa	15:00 - 19:00
czwartek	15:00 - 19:00
piątek	10:00 - 14:00

OBOWIĄZUJE OD 18.08.2023 r.

Harmonogram zajęć stałych – sierpień 2023 r.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
Poniedziałek	13:00-14:00	JOGA	Zapisy na zajęcia tel. 506303304 Zajęcia odbywają się na os Jagiellońskim 19, pomieszczenie statutowe Spółdzielnia Mieszkaniowa Jutrzenka Zajęcia w miesiącu sierpniu – odwołane
	11:30-12:30	J. angielski – poziom podstawowy	Informacja i zapisy w CAS - 506303304
	12:30-13:30	J. angielski – średniozaawansowany	Informacja i zapisy w CAS - 506303304

Wtorek	10:00-13:00	Twórczy Relaks	Informacja i zapisy w CAS - 506303304
	13:00-14:00	Gry stolikowe	Informacja i zapisy w CAS - 506303304
Środa	15:00-16:00	Zajęcia z obsługi tabletu	Zapisy na zajęcia tel. 506303304 23.08.2023 – zajęcia odwołane
	13:30-14:30	Smovey na świeżym powietrzu	Informacja i zapisy w CAS - 506303304
	16:00 17:00	Zajęcia smartfony	Zapisy na zajęcia tel. 506303304 23.08.2023 – zajęcia odwołane
	17:00-18:00	Uczymy się grać w brydża	Zapisy na zajęcia tel. 506303304
Czwartek	15:00-17:00	Zajęcia rysunkowe	Zapisy na zajęcia tel. 506303304 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 - Zajęcia w miesiącu sierpniu – odwołane
	13:45-14:45	Zajęcia na świeżym powietrzu – Nordic Walking	Zapisy na zajęcia tel. 506 303 304 Miejsce spotkania: zbiórka Łąki Nowohuckie (pod NCK) od 10.08.2023 r. zajęcia przeniesione na piątek na godzinę 18:00
	16:00-17:00	Bezpieczeństwo fizyczne dla seniora	Zapisy na zajęcia tel. 506303304 Zajęcia w miesiącu sierpniu – odwołane
	17:00-19:00	Wieczory filmowe	Zapisy na zajęcia tel. 506303304
Piątek	10:00-14:00	Spotkania brydżowe	Informacja i zapisy w CAS 25.08.2023 – zajęcia odwołane
	13:00-14:00	Zajęcia komputerowe	Informacja i zapisy w CAS,
	17:00-18:00	Zajęcia slow motion walikng	Zapisy na zajęcia tel. 506 303 304 Miejsce spotkania: Park AWF zbiórka pod fontannami W dniu 18.08.2023 r – zajęcia odwołane

Piątek	18:00-19:00	Zajęcia na świeżym powietrzu – Nordic Walking	Zapisy na zajęcia tel. 506 303 304 Miejsce spotkania: Park AWF zbiórka pod fontannami W dniu 18.08.2023 r – zajęcia odwołane
	13:00-14:00	Zajęcia slow motion walikng	Zapisy na zajęcia tel. 506 303 304 Miejsce spotkania: Zbiórka Łąki Nowohuckie (pod NCK) od 11.08.2023 r. zajęcia przeniesione na godzinę 17:00

Zajęcia dodatkowe w sierpniu 2023 r.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
01.08.2023	10:00-12:00	Spotkanie wolontariuszy	
4.08.2023	10:30 – 12:30	Dworek Mateiki – spacer nad Zalewem Nowohuckim (Tężnia)	Informacje i zapisy tel. 506303304
14.08.2023	15:00 –18:00	Koncert zespołu “Mazowsze”	Informacje i zapisy tel. 506303304
20.08.2023	15.00-17.00	NCK Plener – koncert ,potańcówka –poczęstunek dla gości	Informacje i zapisy tel. 506303304
22.08.2023	10:00-18:00	Wycieczka do Ojcowa – Pstrąg Ojcowski, zwiedzanie.	Informacje i zapisy tel. 506303304

W godzinach otwarcia CAS – wolna strefa animacji

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.