



Centrum Aktywności Seniorów – CAS DĘBNIKI

ul. Bałuckiego 21/1

Kontakt: tel. 572 475 401

e-mail: biuro@faes.org.pl

CAS czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	16:00 do 20:00
wtorek	16:00 do 20:00
środa	16:00 do 20:00
czwartek	16:00 do 20:00
piątek	14:00 do 18:00

OBOWIAZUJE OD 30.08.2023 r.

HARMONOGRAM ZAJĘĆ – SIERPIEŃ 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	Poznaj swój smartfon-zajęcia dla osób początkujących	Zapisy na zajęcia tel. 572 475 401 Miejsce: lokal CAS, ul. Bałuckiego 21/1
Środa	11:00-12:00	<u>Joga</u> <u>początkująca</u> <u>łagodna</u>	Zapisy na zajęcia: tel. 572 475 401 Kraków ul. Bałuckiego 9 Ograniczona liczba miejsc
	16:00-17:30	<u>Chodźże z Nami!</u> <u>Nordic-Walking</u> <u>dla Seniorów</u>	Zapisy na zajęcia: tel. 572 475 401
	17:00-20:00	Środy filmowe	Zapisy tel. 572 475 401 Kraków ul. Bałuckiego 21/1
Czwartek	10:00-11:30	Zmalowany plener - warsztaty malowania akwarelami	W dniu 31.08.2023 – spotkanie w Parku Bednarskiego
	16:00-18:00	Kawiarenka	Miejsce: CAS, ul. Bałuckiego 21/1
	18:00-20:00	Planszomania-Kawiarenka z grami planszowymi i kartami	Zapisy: tel. 572 475 401 Miejsce: CAS, ul. Bałuckiego 21/1
Piątek	14:00-18:00	Planszomania-Kawiarenka z grami planszowymi i kartami	Zapisy na zajęcia tel. 572 475 401 Miejsce: lokal CAS, ul. Bałuckiego 21/1

	15:40 -16:40	Na językach - Język angielski dla seniorów	Zapisy tel. 572 475 401 Miejsce: lokal CAS, ul. Bałuckiego 21/1
	17:00-19:00	<u>Taniec towarzyski</u>	Zapisy tel. 572 475 401 Dębniaki, ul. Strąkowa 3A

Zajęcia dodatkowe w sierpniu 2023 r.:

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
5 sierpnia	20:30	Kino pod chmurką w Parku Dębnickim 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
8 sierpnia	od 14:00	I Letni Turniej Brydża Klubie Studenckim Żaczek	al. 3 Maja 5
12 sierpnia	20:30	Kino pod chmurką w Parku Dębnickim 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	Roztańczony Kraków. I Przegląd Senioralnych Grup tanecznych	miejsce: Hala 100-lecia KS Cracovia zapisy: mcases@gmail.com do 11.08.2023
19 sierpnia	20:30	Kino pod chmurką w Parku Dębnickim film z pogranicza dramatu, komedii i kryminału, czyli „Na noże”	Miejsce: Park Dębnicki Ul. Praska 22 Wstęp wolny
25 sierpnia	18:30	Spektakl „WESELE po krakowsku”	Informacja i zapisy: 572 475 401 Liczba miejsc ograniczona
26 sierpnia	20:30	Kino pod chmurką w Parku Dębnickim film „NARODZINY GWIAZDY”	Miejsce: Park Dębnicki Ul. Praska 22 Wstęp wolny

31 sierpnia	10:00-14:30	Plenerowe spotkanie dla seniorów w Parku Bednarskiego	Park Bednarskiego
9,16,23,30 sierpnia	17:00-18:00	Spotkania wolontariuszy	CAS Dębniaki mała sala

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.