



Centrum Aktywności Seniora - Cyfrowe  
Centrum  
os. Centrum E 18/6, Kraków



## Centrum Aktywności Seniorów –Cyfrowe Centrum

Osiedle Centrum E 18/6, Kraków

Kontakt: tel. **506 303 304**

e-mail: [centrum@fabrykainicjatyw.pl](mailto:centrum@fabrykainicjatyw.pl)

### CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

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

### OBOWIĄZUJE OD 01.09.2023 r.

### Harmonogram zajęć stałych – wrzesień 2023 r.

DZIEŃ	GODZI NA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
Poniedziałek	13:00 do 14:00	JOGA	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b> Zajęcia odbywają się na os Jagiellońskim 19, pomieszczenie statutowe Spółdzielnia Mieszkaniowa Jutrzenka <b>Zajęcia w dniach: 11.09,25.09.2023</b>
	14:00 do 15:00	ZUMBA	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b> Zajęcia odbywają się na os Jagiellońskim 19, pomieszczenie statutowe Spółdzielnia Mieszkaniowa Jutrzenka <b>Zajęcia w dniach: 11.09,25.09.2023</b>
	11:30- 12:30	J. angielski – poziom podstawowy	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b>



	12:30-13:30	<b>J. angielski – średniozaawansowany</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b>
<b>Wtorek</b>	10:00 do 13:00	<b>Twórczy Relaks</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b>
	13:00 do 14:00	<b>Gry stolikowe</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b>
<b>Środa</b>	15:00 do 16:00	<b>Zajęcia z obsługi tabletu</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b>
	13:30 do 14:30	<b>Smovey na świeżym powietrzu</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b>
	16:00 do 17:00	<b>Zajęcia smartfony</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b>
	17:00 do 18:00	<b>Uczymy się grać w brydża</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b>
<b>Czwartek</b>	15:00 do 17:00	<b>Zajęcia rysunkowe</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b> <b>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</b> <b>Zajęcia 7.09.2023 r. oraz 21.09.2023 r.</b>
	16:00 do 17:00	<b>Bezpieczeństwo fizyczne dla seniora</b>	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506303304</b> <b>Zajęcia w dniach 14,28.09.2023 r.</b>
	17:00 do 19:00	<b>Wieczory filmowe</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b>
<b>Piątek</b>	10:00 do 14:00	<b>Spotkania brydżowe</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b>
	13:00 do 14:00	<b>Zajęcia komputerowe</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b>
	17:00 do 18:00	<b>Zajęcia slow motion walikng</b>	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506 303 304</b> <b>Miejsce spotkania: Park AWF zbiórka pod fontannami</b> W dniu 1.09.2023 – zajęcia odwołane

	18:00 do 19:00	Zajęcia na świeżym powietrzu – Nordic Walking	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506 303 304</b> <b>Miejsce spotkania: Park AWF zbiórka pod fontannami</b> W dniu 1.09.2023 – zajęcia odwołane
--	-------------------	---	---

### Zajęcia dodatkowe w wrześniu 2023 r.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
05.09.2023	10:00-12:00	Spotkanie wolontariuszy	
09.09.2023	11:00-13:00	Piknik sąsiedzki Od Juniora do seniora	<b>Informacje i zapisy tel. 506303304</b>

***W godzinach otwarcia CAS – wolna strefa animacji***

***Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.***