



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

OBOWIĄZUJE OD 22.09.2023 r.

HARMONOGRAM ZAJĘĆ – wrzesień 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 Zajęcia w dniu 18 i 25 odwołane
	16:30 - 18:00	<u>Piszmy więc!</u> <u>Warsztaty literackie</u>	Zapisy na zajęcia tel. 572 475 401 Miejsce: lokal CAS, ul. Bałuckiego 21/1 zajęcia w dniu 18 i 25

Wtorek	16:15-17:15	Smartfon z Androidem	Zapisy na zajęcia tel. 572 475 401 Miejsce: lokal CAS, ul. Bałuckiego 21/1 Zajęcia w dniu 18 i 25 odwołane
	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 Zajęcia w dniu 18 i 25 odwołane
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
	17:00-20:00	Środy filmowe	Zapisy tel. 572 475 401 Kraków ul. Bałuckiego 21/1
Czwartek	16:00-18:00	Zaszachowani- nauka gry w szachy	Miejsce: CAS, ul. Bałuckiego 21/1 Zapisy: tel. 572 475 401
	18:00-20:00	Planszomania- Kawiarenka z grami planszowymi i kartami	Zapisy: tel. 572 475 401 Miejsce: CAS, ul. Bałuckiego 21/1
Piątek	14:00-15:30	Więc chodź pomaluj mój Świat! - warsztaty artystyczne	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

	16:40 - 18:00	Planszomania- Kawiarenka z grami planszowymi i kartami	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 Dębniiki, ul. Strąkowa 3A

Zajęcia dodatkowe we wrześniu 2023 r.:

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
15 września	od 17:00	Taneczne piątki czyli potańcówka dla seniorów	Centrum Kultury Podgórze, ul. Sokolska 13, Kraków
16 września	od 11:00 do 18:00	Stwórz historię swojego miasta!	Zalew Bagry (od ul. Koziej)
6,13 września	17:00-18:00	Spotkania wolontariuszy	CAS Dębniiki mała sala
22 września	od 08:00	Wycieczka do Niepołomic	Zapisy tel. 572 475 401
24 września	-	Międzypokoleniowy Turniej Szachowy "ZaSzachowani w Bibliotece" - OPEN	Informacje i zapisy na stronie Międzypokoleniowy Turniej Szachowy "ZaSzachowani w Bibliotece" - OPEN (chessarbiter.com)
26,27 września	09:00-17:00	VIII Mistrzostw Krakowa Seniorów 65+ o Puchar Prezydenta Miasta Krakowa	Zgłoszenia pisemne i telefoniczne trwają do 20 września, liczy się kolejność zgłoszeń. Karta uczestnictwa jest dostępna na stronie www.tkkf.com Szczegóły programu i zapisów w REGULAMINIE. Więcej informacji pod numerem telefonu 12 633 26 62, e-mail: tkkf@tkkf.com lub w biurze TKKF przy ul. Lenartowicza 14 w godz. 10:00-14:30.
29 września	od 17:00	Taneczne Piątki	CKP Klub Tynec ul. Dziewiarzy 7 Informacji udziela: Centrum Kultury Podgórze Ul. Sokolska 13 Punkt Informacyjny CKP 12 656 36 70 wew. 30

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.