



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 **01.10.2023** r.

HARMONOGRAM ZAJĘĆ – październik 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 początkująca łagodna</u>	Zapisy na zajęcia: tel. 572 475 401 Kraków ul. Bałuckiego 9 Ograniczona liczba miejsc
	16:00-17:00	<u>Chodźże z Nami! Nordic-Walking 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	16:00-18:00	Zaszachowani- nauka gry w szachy	Zapisy tel. 572 475 401 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 Dębniki, ul. Strąkowa 3A

Zajęcia dodatkowe w październiku 2023 r.:

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
11,18,25	17:00-18:00	Spotkania wolontariuszy	CAS Dębniki mała sala

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.