



## Centrum Aktywności Seniorów – CAS DĘBNIKI

ul. Bałuckiego 21/1  
Kontakt: tel. 572 475 401  
e-mail: [biuro@faes.org.pl](mailto:biuro@faes.org.pl)

CAS czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

<b>poniedziałek</b>	<b>16:00 do 20:00</b>
<b>wtorek</b>	<b>16:00 do 20:00</b>
<b>środa</b>	<b>15:00 do 19:00</b>
<b>czwartek</b>	<b>16:00 do 20:00</b>
<b>piątek</b>	<b>14:00 do 18:00</b>

OBOWIĄZUJE OD 02.11.2023 r.

HARMONOGRAM ZAJĘĆ – listopad 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	<b><u>Joga</u></b> <b><u>początkująca</u></b> <b><u>łagodna</u></b>	<b>Zapisy na zajęcia: tel. 572 475 401</b> Kraków ul. Bałuckiego 9 Ograniczona liczba miejsc
	15:30-17:00	<b>Z komputerem za pan brat – zajęcia komputerowe</b>	<b>Zapisy na zajęcia: tel. 572 475 401</b> Kraków ul. Bałuckiego 21/Duża sala Ograniczona liczba miejsc
	17:00-20:00	<b>Środy filmowe</b>	<b>Zapisy tel. 572 475 401</b>  Kraków ul. Bałuckiego 21/1
Czwartek	16:00-17:30	<b>Zaszachowani- nauka gry w szachy</b>	<b>Zapisy tel. 572 475 401</b> Miejsce: CAS, ul. Bałuckiego 21/1
	17:30-19:00	<b>Zrzutka krakowska – nauka gry w brydża</b>	<b>Zapisy: tel. 572 475 401</b>  Miejsce: CAS, ul. Bałuckiego 21/1 Zajęcia od 23.11.2023
Piątek	14:00-15:30	<b>Więc chodź pomaluj mój Świat! - warsztaty artystyczne</b>	<b>Zapisy na zajęcia tel. 572 475 401</b>  Miejsce: lokal CAS, ul. Bałuckiego 21/1
	15:40 -16:40	<b>Na językach - Język angielski dla seniorów</b>	<b>Zapisy tel. 572 475 401</b> Miejsce: lokal CAS, ul. Bałuckiego 21/1
	16:40-18:00	<b>Planszomania- Kawiarenka z grami planszowymi i kartami</b>	<b>Zapisy: tel. 572 475 401</b>  Miejsce: CAS, ul. Bałuckiego 21/1
	17:00-19:00	<b><u>Taniec towarzyski</u></b>	Zapisy tel. 572 475 401 Dębniaki, ul. Strąkowa 3A

## Zajęcia dodatkowe w listopadzie 2023 r.:

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
2-3	11:30	<b>BOMBA MEGABITOWA</b> Tegoroczna edycja Festiwalu Przyszłości to rozmowa o inteligencji, jej rodzajach, typach i kontekstach.	Centrum Kongresowe ICE Kraków, ul. Konopnickiej 17 Bezpłatne wejściówki do pobrania na stronie: <a href="https://kbfbilety.krakow.pl/kategorie/bomba-megabitowa-2023">https://kbfbilety.krakow.pl/kategorie/bomba-megabitowa-2023</a>
2	19:00	XX Międzynarodowy Festiwal „Zaduszki Organowe im. prof. Jana Jargonia” Festiwałe muzyczne	Bazylika Najświętszego Serca Pana Jezusa oo. Jezuitów, ul. Kopernika 26 Wstęp wolny
3	20:00	XX Międzynarodowy Festiwal „Zaduszki Organowe im. prof. Jana Jargonia” Festiwałe muzyczne	Bazylika św. Michała Archanioła i św. Stanisława Biskupa oo. Paulinów „Na Skalce”, ul. Skąpczna 15 Wstęp wolny
6	19:00	XX Międzynarodowy Festiwal „Zaduszki Organowe im. prof. Jana Jargonia” Festiwałe muzyczne	Kościół św. Krzyża, ul. św. Krzyża 23 Wstęp wolny
7	10:00	XX Międzynarodowy Festiwal „Zaduszki Organowe im. prof. Jana Jargonia” Festiwałe muzyczne	Akademia Muzyczna im. Krzysztofa Pendereckiego w Krakowie, ul. Św. Tomasza 43, sala 404
7	17:00	„Hejnał Niepodległej” Koncert pieśni patriotycznych	Krakowskie Forum Kultury, ul. Mikołajska 2 Wstęp bezpłatny
9	20:00	Vibrant Strings w ramach Sacrum Profanum	Zapisy tel. 572 475 401
8,15,22	17:00-18:00	Spotkania wolontariuszy	CAS Dębniki Mała sala

*Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.*