



## 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:

<b>poniedziałek</b>	<b>10:00 do 14:00</b>
<b>wtorek</b>	<b>10:00 do 14:00</b>
<b>środa</b>	<b>15:00 do 19:00</b>
<b>czwartek</b>	<b>15:00 do 19:00</b>
<b>piątek</b>	<b>10:00 do 14:00</b>

**OBOWIĄZUJE OD 17.01.2024 r.**

### Harmonogram zajęć stałych – styczeń 2024 r.

DZIEŃ	GODZI NA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
<b>Poniedziałek</b>	14:00 do 15:00	<b>ZUMBA</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b> Zajęcia odbywają się na os Jagiellońskim 19, pomieszczenie statutowe Spółdzielnia Mieszkaniowa Jutrzenka Zajęcia w dniach <b>15,29.01.2024</b>
<b>Wtorek</b>	10:00 do 12:00	<b>Twórczy Relaks</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b> Zajęcia w dniach <b>15,29.01.2024</b>

Wtorek	12:00 do 13:00	<b>J. angielski – poziom podstawowy</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b> Zajęcia w dniach 09,16,23,30.01.2024
	13:00 do 14:00	<b>J. angielski – średniozaawansow any</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b> Zajęcia w dniach 09,16,23,30.01.2024
	14:00 do 15:00	<b>Smovey na świeżym powietrzu</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b> Zajęcia w dniach 09,16,23,30.01.2024
Środa	15:00 do 16:00	<b>Zajęcia z obsługi tabletu</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b> Zajęcia w dniach 10,17,24,31.01.2024  <b>W dniu 17,31.01.2024 – zajęcia odwołane</b>
	16:00 do 17:00	<b>Zajęcia smartfony</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b> Zajęcia w dniach 10,17,24,31.01.2024  <b>W dniu 17,31.01.2024 – zajęcia odwołane</b>
	14:00 do 15:00	<b>Slow Jogging</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b> Zajęcia od 17.01.2024
	13:15 do 14:15	<b>Zajęcia na świeżym powietrzu – slow motion walikng</b>	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506 303 304</b> <b>Miejsce spotkania: NCK</b> Zajęcia w dniach 10,17,24,31.01.2024
	17:00 do 18:00	<b>Uczymy się grać w brydża</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b>
	12:00 do 13:00	<b>Zajęcia na świeżym powietrzu – Nordic Walking</b>	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506 303 304</b> <b>Miejsce spotkania: Park AWF zbiórka pod fontannami</b> Zajęcia w dniach 11,18,25,01.2024
Czwartek	15:30 do 17:30	<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> Zajęcia w dniach 11,25,01.2024
	16:00 do 17:00	<b>Bezpieczeństwo fizyczne dla seniora</b>	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506303304</b> Zajęcia w dniach 18.01.2024
	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> <b>W dniu 5.01.2023 – zajęcia odwołane</b>
	13:00 do 14:00	<b>Zajęcia komputerowe</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b> <b>Zajęcia w dniach 12,19,26,01.2024</b>

### **Zajęcia dodatkowe w styczniu 2024 r.**

<b>DZIEŃ</b>	<b>GODZINA</b>	<b>RODZAJ ZAJĘĆ</b>	<b>DOSTĘP/INFORMACJA</b>
05.01.2024	10:00-12:00	Spotkanie wolontariuszy	<b>Informacje i zapisy tel. 506303304</b>
11.01.2023	17:00 do 19:00	Wyjście do kina „ Najgorsze wiersze świata/ Rossz versek” - Centrum Sztuki współczesnej Solvay.	<b>Informacje i zapisy tel. 506303304</b> Miejsca biletowane
16.01.2024	17:30-19:00	Spotkanie pn. <i>Porozmawiajmy o Budżecie Obywatelskim w Krakowie,</i>	<b>Informacje i zapisy tel. 506303304</b> <b>Spotkanie w Klubie Wersalik Ośrodka Kultury Kraków-Nowa Huta, Osiedle Ogrodowe 15.</b>
18.01.2024	18:00 -20:00	NCK – Najpiękniejsze Piosenki - Mari Koterbska	<b>Informacje i zapisy tel. 506303304</b>
29.01.2024	9:00-17:00	Wycieczka – Kazimierza Wielka oraz Solec Zdrój	<b>Informacje i zapisy tel. 506303304</b>

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

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