



## Centrum Aktywności Seniorów – Cyfrowe Centrum Bieńczyce

Osiedle Jagiellońskie 19, Kraków

Kontakt: tel. **666 580 390**

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

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

poniedziałek	13:00 do 17:00
wtorek	15:00 do 19:00
środa	10:00 do 14:00
czwartek	10:00 do 14:00
piątek	15:00 do 19:00

### OBOWIĄZUJE OD 11.03.2024 r.

### Harmonogram zajęć stałych – marzec 2024 r.

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek	12:00 do 13:00	Zajęcia nordic walking	Zapisy na zajęcia tel. 666 580 390 Miejsce spotkania: ZALEW NOWOHUCKI
	13:00 do 14:00	Zajęcia Slow Motion Wolking	Zapisy na zajęcia tel. 666 580 390 Miejsce spotkania: ZALEW NOWOHUCKI
	14:00 do 15:00	ZUMBA	Zajęcia odbywają się na os Jagiellońskim 19, pomieszczenie statutowe Spółdzielnia Mieszkaniowa Jutrzenka Zajęcia w dniach 11,25.03.2024
	14:00 do 15:00	Trening umysłu	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b> <b>11,18,25.03.2024 - zajęcia odwołane</b>
	15:00 do 16:00	Zajęcia komputerowe	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b> <b>Prowadzi Robert Bochenek</b>
Wtorek	15:00 do 16:00	Język angielski	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b>
	15:00 do 16:00	Smovey na świeżym powietrzu	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b>
	16:00 do 17:00	Bezpieczeństwo fizyczne seniora	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b> Zajęcia w dniach 5,12.03.2024

	17:00 do 19:00	<b>Spotkania szachowe</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b>
<b>Środa</b>	10:00 do 13:00	<b>Gry stolikowe</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b>
	13:00 do 14:00	<b>Język włoski – średniozaawansowany</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b> <b>27.03.2024 - zajęcia odwołane</b>
<b>Czwartek</b>	10:00 do 11:00	<b>Gry komputerowe</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b>
	11:00 do 14:00	<b>Gry karciane</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b> <b>7.03.2024 – zajęcia odwołane</b>
<b>Piątek</b>	15:00 do 16:00	<b>Zajęcia z obsługi tabletów</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b> <b>prowadzi Artur Kustos</b> <b>22.03.2024 – zajęcia odwołane</b>
	16:00 do 17:00	<b>Zajęcia smartfonowe</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b> <b>prowadzi Artur Kustos</b> <b>22.03.2024 – zajęcia odwołane</b>
	17:00 do 19:00	<b>Zajęcia brydżowe</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b>

### Zajęcia dodatkowe w marcu 2024 r.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
07.03.2024	12:00-14:00	Spotkanie wolontariuszy	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b>
12.03.2024	10:00 – 18:00	Wycieczka - Wietrzychowice	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b>
12.03.2024	20:30 – 22:00	NCK – spektakl 50 twarzy Greya	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b>
10.03.2024	18:00 – 20:00	NCK Koncert z okazji Dnia Kobiet	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b>
22.03.2024	18:00 – 20:00	NCK – Koncert	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b>

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

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