



Centrum Aktywności Seniorów – Cyfrowe Centrum

Osiedle Centrum E 18/6, Kraków

Kontakt: tel. **506 303 304**

e-mail: centrum@fabrykainicjatyw.pl

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

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

OBOWIAZUJE OD 27.03.2024 r.

Harmonogram zajęć stałych – marzec 2024 r.

DZIEŃ	GODZIN A	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
Poniedziałek	14:00 do 15:00	ZUMBA	Informacja i zapisy w CAS - 506303304 Zajęcia odbywają się na os Jagiellońskim 19, pomieszczenie statutowe Spółdzielnia Mieszkaniowa Jutrzenka Zajęcia w dniu 04,18.03.2024 18.03.2024 – zajęcia odwołane
Wtorek	10:00 do 12:00	Twórczy Relaks	Informacja i zapisy w CAS - 506303304
	12:00 do 13:00	J. angielski – poziom podstawowy	Informacja i zapisy w CAS - 506303304
	13:00 do 14:00	J. angielski – średniozaawansowane	Informacja i zapisy w CAS - 506303304
	14:00 do 15:00	Smovey na świeżym powietrzu	Informacja i zapisy w CAS - 506303304
Środa	15:00 do 16:00	Język włoski – podstawowy	Informacja i zapisy w CAS - 506303304 27.03.2024 - zajęcia odwołane
	16:00 do 17:00	Zajęcia z obsługi tabletu	Informacja i zapisy w CAS - 506303304 20,27.03.2024 – zajęcia odwołane

	17:00 do 18:00	Zajęcia smartfony	Informacja i zapisy w CAS - 506303304 20,27.03.2024 – zajęcia odwołane
	14:00 do 15:00	Slow Jogging	Informacja i zapisy w CAS - 506303304
	12:00 do 13:00	Zajęcia na świeżym powietrzu – Nordic Walking	Zapisy na zajęcia tel. 506 303 304 Miejsce spotkania: NCK W dniu 20.03.2024 – zajęcia odwołane
	13:00 do 14:00	Zajęcia na świeżym powietrzu – slow motion walikng	Zapisy na zajęcia tel. 506 303 304 Miejsce spotkania: NCK W dniu 20.03.2024 – zajęcia odwołane
	17:00 do 18:00	Uczymy się grać w brydża	Informacja i zapisy w CAS - 506303304
Czwartek	15:30 do 17:30	Zajęcia rysunkowe	Informacja i zapisy w CAS - 506303304 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 Zajęcia w dniach 21,28,03.2024
	16:00 do 17:00	Bezpieczeństwo fizyczne dla seniora	Zapisy na zajęcia tel. 506303304 Zajęcia w dniach 7,14.03.2024
	17:00 do 19:00	Wieczory filmowe	Informacja i zapisy w CAS - 506303304
Piątek	10:00 do 14:00	Spotkania brydżowe	Informacja i zapisy w CAS - 506303304 W dniu 1.03.2024 – zajęcia odwołane
	13:00 do 14:00	Zajęcia komputerowe	Informacja i zapisy w CAS - 506303304

Zajęcia dodatkowe w marcu 2024 r.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
01.03.2024	10:00-12:00	Spotkanie wolontariuszy	Informacje i zapisy tel. 506303304
01.03.2024	12:00 do 14:00	Turniej „Rusz Głową”	Informacje i zapisy tel. 506303304
12.03.2024	10:00 – 18:00	Wycieczka - Wietrzychowice	Informacje i zapisy tel. 506303304
10.03.2024	18:00 – 20:00	NCK Koncert z okazji Dnia Kobiet	Informacje i zapisy tel. 506303304
16.03.2024	17:00-20:00	NCK Seniorze! Bądź bezpieczny	Informacje i zapisy tel. 506303304

18.03.2024	11:00-14:00	Spotkanie Wielkanocne seniorów	Informacje i zapisy tel. 506303304
20.03.2024	12:00-15:00	Spotkanie Wielkanocne/ Wiosenne Szkoła gastronomiczna nr 1, Osiedle złotej Jesieni 16	Informacje i zapisy tel. 506303304
22.03.2024	18:00 – 20:00	NCK – Koncert	Informacje i zapisy tel. 506303304
25.03.2024	6:45-19:00	Wycieczka - Dolina Chochołowska Zbiórka 6:45 w Lemon, wyjazd 7:00 ul. Ludwinowska 11	Informacje i zapisy tel. 506303304

***W godzinach otwarcia CAS – wolna strefa animacji
Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.***