



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

OBOWIĄZUJE OD 22.04.2024 r.

Harmonogram zajęć stałych – kwiecień 2024 r.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
Poniedziałek	14:00 - 15:00	ZUMBA	Informacja i zapisy w CAS - 506303304 Zajęcia odbywają się na os Jagiellońskim 19, pomieszczenie statutowe Spółdzielnia Mieszkaniowa Jutrzenka Zajęcia w dniu 08,29.04.2024
	15:30-16:30	Trening umysłu	Informacja i zapisy w CAS - 506303304 W dniu 22.04.2024 – zajęcia odwołane
Wtorek	10:00 - 12:00	Twórczy Relaks	Informacja i zapisy w CAS - 506303304
	12:00 - 13:00	J. angielski – poziom podstawowy	Informacja i zapisy w CAS - 506303304

	13:00 - 14:00	J. angielski – średniozaawans owany	Informacja i zapisy w CAS - 506303304
	14:00 - 15:00	Smovey na świeżym powietrzu	Informacja i zapisy w CAS - 506303304 09,16.04.2024- zajęcia odwołane
Środa	15:00 - 16:00	Język włoski – podstawowy	Informacja i zapisy w CAS - 506303304
	16:00 - 17:00	Zajęcia z obsługi tabletu	Informacja i zapisy w CAS - 506303304
	17:00 - 18:00	Zajęcia smartfony	Informacja i zapisy w CAS - 506303304
	14:00 - 15:00	Slow Jogging	Informacja i zapisy w CAS - 506303304 10,17.04.2024- zajęcia odwołane
	12:00 - 13:00	Zajęcia na świeżym powietrzu – Nordic Walking	Zapisy na zajęcia tel. 506 303 304 Miejsce spotkania: NCK 03.04.2024- zajęcia odwołane
	13:00 - 14:00	Zajęcia na świeżym powietrzu – slow motion walikng	Zapisy na zajęcia tel. 506 303 304 Miejsce spotkania: NCK 03.04.2024- zajęcia odwołane
	17:00 - 18:00	Uczymy się grać w brydża	Informacja i zapisy w CAS - 506303304
Czwartek	15:30 - 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 04,18.04.2024
	16:00 - 17:00	Bezpieczeństwo fizyczne dla seniora	Zapisy na zajęcia tel. 506303304 Zajęcia w dniu - 11,25.04.2024
	17:00 - 19:00	Wieczory filmowe	Informacja i zapisy w CAS - 506303304
Piątek	10:00 - 14:00	Spotkania brydżowe	Informacja i zapisy w CAS - 506303304 5.04.2024 – zajęcia odwołane
	13:00 - 14:00	Zajęcia komputerowe	Informacja i zapisy w CAS - 506303304

Zajęcia dodatkowe w kwietniu 2024 r.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
06.04.2024	17:00-19:00	NCK - Koncert – Stare Dobre Małżeństwo	Informacje i zapisy tel. 506303304
05.04.2024	10:00 - 12:00	Spotkanie wolontariuszy	Informacje i zapisy tel. 506303304
13.04.2024	17:00	Potańcówka dla seniorów	Informacje i zapisy tel. 506303304
16.04.2024		Wycieczka do Bochni	Informacje i zapisy tel. 506303304
18.04.2024	18:00-19:00	NCK – Koncert – Scena Piosenki Autorskiej	Informacje i zapisy tel. 506303304
22.04.2024	8:30 – 17:00	Wycieczka do Wiśnicza	Informacje i zapisy tel. 506303304

W godzinach otwarcia CAS – wolna strefa animacji

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.