



## 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:

<b>poniedziałek</b>	<b>13:00 do 17:00</b>
<b>wtorek</b>	<b>15:00 do 19:00</b>
<b>środa</b>	<b>10:00 do 14:00</b>
<b>czwartek</b>	<b>10:00 do 14:00</b>
<b>piątek</b>	<b>15:00 do 19:00</b>

### **OBOWIĄZUJE OD 08.05.2024 r.**

#### **Harmonogram zajęć stałych – maj 2024 r.**

<b>dzień</b>	<b>godzina</b>	<b>rodzaj zajęć</b>	<b>uwagi</b>
<b>Poniedziałek</b>	12:00 do 13:00	<b>Zajęcia nordic walking</b>	Zapisy na zajęcia tel. 666 580 390 Miejsce spotkania: ZALEW NOWOHUCKI
	13:00 do 14:00	<b>Zajęcia Slow Motion Walking</b>	Zapisy na zajęcia tel. 666 580 390 Miejsce spotkania: ZALEW NOWOHUCKI
	14:00 do 15:00	<b>ZUMBA</b>	Zajęcia odbywają się na os Jagiellońskim 19, pomieszczenie statutowe Spółdzielnia Mieszkaniowa Jutrzenka <b>Zajęcia w dniach 06,20.05.2024</b>
	14:00 do 15:00	<b>Trening umysłu</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b>
	15:00 do 16:00	<b>Zajęcia komputerowe</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b> <b>Prowadzi Robert Bochenek</b>

<b>Wtorek</b>	15:00 do 16:00	<b>Język angielski</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b>
	15:00 do 16:00	<b>Smovey na świeżym powietrzu</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b>
	16:00 do 17:00	<b>Bezpieczeństwo fizyczne seniora</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b> <b>Zajęcia w dniach 07,14.05.2024</b>
	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 11:00	<b>Molky na świeżym powietrzu</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b>
	11:00 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>Czwartek</b>	10:00 do 11:00	<b>Gry komputerowe</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b>
	10:00 do 11:00	<b>Bulle na świeżym powietrzu</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>Dnia 9.05.2025 – zajęcia w godzinach od 12:00 do 14:00</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>
	16:00 do 17:00	<b>Zajęcia smartfonowe</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b> <b>prowadzi Artur Kustos</b>
	17:00 do 19:00	<b>Zajęcia brydżowe</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b>

### Zajęcia dodatkowe w maj 2024 r.

<b>DZIEŃ</b>	<b>GODZINA</b>	<b>RODZAJ ZAJĘĆ</b>	<b>DOSTĘP/INFORMACJA</b>
9.04.2024	10:00 do 12:00	Spotkanie wolontariuszy	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b>
10.05.2024	10:00	Projekt Barter Park wodny w Krakowie	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b>

25.05.2025	16:00 -18:00 19:00 – 21:00	KONCERT Perły muzyki rozrywkowej " Uśmiechnij się Mamo"	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b>
25.05.2025	9:00 – 10:00	Parku Jordana Międzynarodowy Dzień Slow Joggingu,	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b>

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

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