



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

O B O W I Ą Z U J E O D 03.06.2024 r.

Harmonogram zajęć stałych – czerwiec 2024 r.

DZIEŃ	GODZINA	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 10,24.06.2024
	15:30-16:30	Trening umysłu	Informacja i zapisy w CAS - 506303304

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 – średniozaawansowany	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
	16:00 do 17:00	Zajęcia z obsługi tabletu	Informacja i zapisy w CAS - 506303304 5.06.2024 – zajęcia odwołane
	17:00 do 18:00	Zajęcia smartfony	Informacja i zapisy w CAS - 506303304 5.06.2024 – zajęcia odwołane
	14:00 do 15:00	Slow Jogging/ Smovey	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
	13:00 do 14:00	Zajęcia na świeżym powietrzu – slow motion walikng	Zapisy na zajęcia tel. 506 303 304 Miejsce spotkania: NCK
	17:00 do 18:00	Uczymy się grać w brydża	Informacja i zapisy w CAS - 506303304

Czwartek	16:00 do 18:00	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 13,27.06.2024
	16:00-17:00	Bezpieczeństwo fizyczne seniora	Informacja i zapisy w CAS - 506303304 Zajęcia w dniach 06,20.06.2024
	17:00 do 19:00	Wieczory filmowe	Informacja i zapisy w CAS - 506303304 Dnia 06.06.2024 – wieczór filmowy od 17:30
Piątek	10:00 do 14:00	Spotkania brydżowe	Informacja i zapisy w CAS - 506303304 07.06.2024 – zajęcia od 12:00 do 14:00
	13:00 do 14:00	Zajęcia komputerowe	Informacja i zapisy w CAS - 506303304

Zajęcia dodatkowe w czerwcu 2024 r.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
06.06.2024	15:00 - 16:00	Spotkanie z prawnikiem	Informacje i zapisy tel. 506303304
06.06.2024	16:30-17:30	Spotkanie z podróżnikami	Informacje i zapisy tel. 506303304
7.06.2024	10:00-12:00	Spotkanie wolontariuszy	Informacje i zapisy tel. 506303304

W godzinach otwarcia CAS – wolna strefa animacji

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.