



## Centrum Aktywności Seniorów – CAS DĘBNIKI

ul. Bałuckiego 21/1  
Kontakt: tel. 572 475 401  
e-mail: [biuro@faes.org.pl](mailto:biuro@faes.org.pl)

CAS czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

<b>poniedziałek</b>	<b>16:00 do 20:00</b>
<b>wtorek</b>	<b>16:00 do 20:00</b>
<b>środa</b>	<b>15:30 do 18:30</b>
<b>czwartek</b>	<b>16:00 do 20:00</b>
<b>piątek</b>	<b>14:00 do 18:00</b>

OBOWIĄZUJE OD **01.08.2024** r.

### HARMONOGRAM ZAJĘĆ – SIERPIEŃ 2024 r.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
Poniedziałek	8:00-9:00	<u>Aqua areobic</u>	Zapisy na zajęcia: 572 475 401 Ul. Ludwinowska 11, poziom -1 Zajęcia w dniu 05.08.2024 oraz 19.08.2024
	16:00-17:30	<u>Siłownia pamięci</u>	Zapisy na zajęcia tel. 572 475 401 Miejsce: lokal CAS, ul. Bałuckiego 21/1

<b>Wtorek</b>	16:15-17:15	<b>Smartfon z Androidem</b>	<b>Zapisy na zajęcia tel. 572 475 401</b> Miejsce: lokal CAS, ul. Bałuckiego 21/1
	17:20-18:20	<b>Poznaj swój smartfon-zajęcia dla osób początkujących</b>	<b>Zapisy na zajęcia tel. 572 475 401</b> Miejsce: lokal CAS, ul. Bałuckiego 21/1
<b>Środa</b>	11:00-12:00	<b><u>Joga</u> <u>początkująca</u> <u>łagodna</u></b>	<b>Zapisy na zajęcia: tel. 572 475 401</b> Kraków ul. Bałuckiego 9 Ograniczona liczba miejsc
	15:30-17:00	<b>Z komputerem za pan brat – zajęcia komputerowe</b>	<b>Zapisy na zajęcia: tel. 572 475 401</b> Kraków ul. Bałuckiego 21/Duża sala
	17:30-20:00	<b>Środy filmowe</b>	<b>Zapisy tel. 572 475 401</b> Kraków ul. Bałuckiego 21/1
<b>Czwartek</b>	16:00-18:00	<b>Zrzutka krakowska – nauka gry w brydża</b>	<b>Zapisy: tel. 572 475 401</b> Miejsce: CAS, ul. Bałuckiego 21/1
	18:00-20:00	<b>Zaszachowani- nauka gry w szachy</b>	<b>Zapisy: tel. 572 475 401</b> Miejsce: CAS, ul. Bałuckiego 21/1
<b>Piątek</b>	15:30-16:00	<b>Na językach - Język angielski dla seniorów</b>	<b>Zapisy tel. 572 475 401</b> Miejsce: lokal CAS, ul. Bałuckiego 21/1

	16:00-18:00	<b>Planszomania- Kawiarenka z grami planszowymi i kartami</b>	Miejsce: lokal CAS, ul. Bałuckiego 21/1
	17:00-19:00	<b><u>Taniec towarzyski</u></b>	Zapisy tel. 572 475 401 Dębniki, ul. Strąkowa 3A

### Zajęcia dodatkowe w sierpień 2024 r.:

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
11, 25	11:00	Niedzielne poranki z muzyką wiedeńską	Krakowska Pijalnia Zdrojowa, ul. Wadowicka 1b wstęp wolny
8	15:00	Turniej Mistrzostwa Krakowa Seniorów 60+ w Brydżu Sportowym	Centrum Interpretacji Niematerialnego Dziedzictwa Krakowa Ul. Szpitalna 21 Udział bezpłatny Konieczna rezerwacja w Centrum Obsługi Zwiedzających: e-mail: <a href="mailto:info@muzeumkrakowa.pl">info@muzeumkrakowa.pl</a> , tel. 12 426-50-60
10,17,24,31	17:00-19:00	Spotkania wolontariuszy	CAS Dębniki Mała sala

*Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.*