



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 02.12.2024 r.

Harmonogram zajęć stałych – grudzień 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 dniach 2,16.12. 2024 r.
	15:30 do 16:30	Trening umysłu	Informacja i zapisy w CAS - 506303304 23.30.12.2024 – 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 24.31.12.2024 – zajęcia odwołane
	13:00 do 14:00	J. angielski – średniozaawansowany	Informacja i zapisy w CAS - 506303304 24.31.12.2024 – zajęcia odwołane
Środa	12:00-13:00	Nordic Walking	Informacja i zapisy w CAS - 506303304 zbiórka pod NCK-iem 4.25.12.2024 – zajęcia odwołane
	13:00-14:00	Zdrowie w każdym kroku	Informacja i zapisy w CAS - 506303304 zbiórka pod NCK-iem 25.12.2024 - zajęcia odwołane
	14:00 do 15:00	Slow Jogging/ Smovey	Informacja i zapisy w CAS - 506303304
	15:00 do 16:00	Język włoski – podstawowy	Informacja i zapisy w CAS - 506303304 25.12.2024 - zajęcia odwołane
	16:00 do 17:00	Zajęcia z obsługi tabletu	Informacja i zapisy w CAS - 506303304 25.12.2024 - zajęcia odwołane
	17:00 do 18:00	Zajęcia smartfony	Informacja i zapisy w CAS - 506303304 25.12.2024 - zajęcia odwołane
	18:00 do 19:00	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 odbędą się w dniu 12.12. 2024 r.
	16:00 do 17:00	Bezpieczeństwo fizyczne seniora	Informacja i zapisy w CAS - 506303304 Zajęcia odbędą się w dniach 5,19.12.2024 r.
	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 Zajęcia w dniu 08.11.2024 r. od godziny 10:00-12:00
	13:00 do 14:00	Zajęcia komputerowe	Informacja i zapisy w CAS - 506303304

Zajęcia dodatkowe w grudniu 2024 r.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
03.12. 2024	16.00 - 18.00	Tauron - koncert z okazji Międzynarodowego Dnia Osób z Niepełnosprawnością	Informacja i zapisy tel. 506303304
03.12. 2024	10.00 - 12.00	Wycieczka do Sukiennic	Informacja i zapisy tel. 506303304
04.12.2024	17.00 - 19.00	IC KONCERT DLA SENIORÓW	Informacje i zapisy tel. 506303304
05.12.2024	18.00 - 20.00	KINO Sfinks	Informacje i zapisy tel. 506303304
07.12. 2024	11.00-15.00	Zagraj z MIKOŁAJEM W RUMMIKUB	Informacja i zapisy tel. 506303304
09.12. 2024	12.00 - 14.00	Spotkanie wolontariuszy	Informacje i zapisy tel. 506303304
12.12. 2024	09.00 – 16.00	Kreatywny Recykling	Informacja i zapisy tel. 506303304
16.12.2024	17.00 – 19.00	KINO PARADOX	Informacje i zapisy tel.506303304

W godzinach otwarcia CAS – wolna strefa animacji

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.