



## Centrum Aktywności Seniorów –Cyfrowe Centrum

Osiedle Centrum E 18/6, Kraków

Kontakt: tel. **506 303 304**

e-mail: [centrum@fabrykainicjatyw.pl](mailto: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

### OBOWIAZUJE OD 31.01.2023 r.

### Harmonogram zajęć stałych – styczeń 2023 r.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
Poniedziałek	13:30 do 14:30	JOGA	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506303304</b> Zajęcia odbywają się na os Jagiellońskim 19, pomieszczenie statutowe Spółdzielnia Mieszkaniowa Jutrzenka <b>Zajęcia w dniach 16.01.2023,</b>
	14:30 do 15.30	Zumba	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506303304</b> Zajęcia odbywają się na os Jagiellońskim 19, Pomieszczenie Statutowe Spółdzielnia Mieszkaniowa Jutrzenka <b>dnia 30.01.2023</b>
	10:00 do 14:00	Gry stolikowe	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b>
Wtorek	11:30 do 12:30	Język angielski – podstawowy	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506303304</b> Zajęcia w dniach <b>17.01.2023,</b> <b>24.01.2023,</b> <b>Zajęcia 31.01.2023- odwołane</b>

Środa	15:00 do 16:00	Zajęcia obsługi tabletu	Zapisy na zajęcia tel. 506303304
	16:00 do 17:00	Zajęcia smartfony	Zapisy na zajęcia tel. 506303304
	17:00 do 19:00	Wieczory filmowe	Informacja i zapisy w CAS - 506303304
Czwartek	13:45 do 14:30	Zajęcia na świeżym powietrzu – Nordic Walking	Zapisy na zajęcia tel. 506 303 304 Miejsce spotkania: Zbiórka obok fontanny – AWF (Park Lotników) Zajęcia w dniu 19.01.2023, 26.01.2023
	14:00 do 15:00	Zajęcia rysunkowe	Zapisy na zajęcia tel. 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
	16:00 do 17:00	Bezpieczeństwo fizyczne dla seniora	Zapisy na zajęcia tel. 506303304 Zajęcia odbędą się dnia 19.01.2023 i 26.01.2026
Piątek	10:00 do 14:00	Spotkania brydżowe	Informacja i zapisy w CAS
	10:00 do 12:00	Mediacje	Informacja i zapisy w CAS Zajęcia 20.01.2023 r.
	13:00 do 14:00	Zajęcia komputerowe	Informacja i zapisy w CAS Zajęcia w dniach 20.01.2023, 27.01.2023.
	13:00 do 14:00	Zajęcia slow motion walikng	Zapisy na zajęcia tel. 506 303 304 Miejsce spotkania: Zbiórka obok fontanny – AWF (Park Lotników) Zajęcia w dniu 20.01.2023, 27.01.2023

### Zajęcia dodatkowe w styczeń 2023 r.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
22.01.2023 (niedziela)	od 17:00 do 19:00	NCK koncert " Wielka Gala Operetkowa"	Informacja i zapisy w CAS - 506303304
27.01.2023 (piątek)	od 10:00-12:00	Spotkanie wolontariuszy	Informacja i zapisy w CAS - 506303304

28.01.2023 (Sobota)	Od 19:00 do 21:40	NCK Musical "Skrzypek na dachu"	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b>
------------------------	-------------------	------------------------------------	---

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

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