



## 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:

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

### O BOWIĄZUJE OD 23.03.2023 r.

#### Harmonogram zajęć stałych – marzec 2023 r.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
Poniedziałek	13:00 do 14:00	JOGA	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506303304</b> Zajęcia odbywają się na os Jagiellońskim 19, pomieszczenie statutowe Spółdzielnia Mieszkaniowa Jutrzenka <b>Zajęcia w dniach 06.03.2023, 20.03.2023</b>

Poniedziałek	14:00 do 15:00	Zumba	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506303304</b> Zajęcia odbywają się na os Jagiellońskim 19, Pomieszczenie Statutowe Spółdzielnia Mieszkaniowa Jutrzenka <b>Zajęcia w dniach 06.03.2023, 20.03.2023</b>
	10:00 do 14:00	Gry stolikowe	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b>
	11:00-13:00	Twórczy Relaks	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b>
Wtorek	12:00 do 13:00	Język angielski – podstawowy	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506303304</b>
	13:00 do 14:00	Język angielski – średniozawansowany	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506303304</b>
Środa	15:00 do 16:00	Zajęcia z obsługi tabletu	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506303304</b>
	16:00 do 17:00	Zajęcia smartfony	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506303304</b>
	17:00 do 18:00	Uczymy się grać w brydża	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506303304</b>
	17:00 do 19:00	Wieczory filmowe	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b>
Czwartek	13:45 do 14:30	Zajęcia na świeżym powietrzu – Nordic Walking	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506 303 304</b> <b>Miejsce spotkania: Zbiórka obok fontanny – AWF (Park Lotników)</b>
	15:00 do 16:00	Zajęcia rysunkowe	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506303304</b> <b>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</b> <b>W dniu 23.03.2023 – zajęcia odwołane</b>
	16:00 do 17:00	Bezpieczeństwo fizyczne dla seniora	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506303304</b> <b>Zajęcia odbędą się dnia 02.03.2023 i 16.03.2023</b>
Piątek	10:00 do 14:00	Spotkania brydżowe	Informacja i zapisy w CAS

Piatek	13:00 do 14:00	Zajęcia komputerowe	Informacja i zapisy w CAS
	13:00 do 14:00	Zajęcia slow motion walikng	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506 303 304</b> <b>Miejsce spotkania: Zbiórka obok fontanny – AWF (Park Lotników)</b>

### Zajęcia dodatkowe w marcu 2023 r.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
3.03.2023 (piątek)	od 10:00-12:00	Spotkanie wolontariuszy	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b>
04.03.2023 (sobota)	od 19:30 do 21:30	Opera Krakowska - Cyrulik Sewilski	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b>
15.03.2023 (Środa)	od 10:00 do 12:00	Muzeum Nowej HUTY „ATOMOWA GROZA”	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b>
19.03.2023 (niedziela)	od 18:30 do 20:30	Opera Krakowska - Baron Cygański	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b>
23.03.2023 (czwartek)	od 8:30 do 16:30	Wycieczka do Tarnowa z przewodnikiem	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b>
24.03.2023 (piątek)	od 12:00 do 14:00	NCK Podróżujący Festiwal 2023	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b>

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

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