



Centrum Aktywności Seniorów – Cyfrowe Centrum Bieńczyce

Osiedle Jagiellońskie 19, Kraków

Kontakt: tel. **666 580 390**

e-mail: bieńczyce@fabrykainicjatyw.pl

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	13:00 do 17:00
wtorek	15:00 do 19:00
środa	10:00 do 14:00
czwartek	10:00 do 14:00
piątek	15:00 do 19:00

OBOWIĄZUJE OD 18.01.2024 r.

Harmonogram zajęć stałych – styczeń 2024 r.

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek	12:00 do 13:00	Zajęcia nordic walking	Zapisy na zajęcia tel. 666 580 390 Miejsce spotkania: ZALEW NOWOHUCKI Zajęcia w dniach 08,15,22,29.01.2024
	13:00 do 14:00	Zajęcia Slow Motion Walking	Zapisy na zajęcia tel. 666 580 390 Miejsce spotkania: ZALEW NOWOHUCKI Zajęcia w dniach 08,15,22,29.01.2024
	14:00 do 15:00	ZUMBA	Zajęcia odbywają się na os Jagiellońskim 19, pomieszczenie statutowe Spółdzielnia Mieszkaniowa Jutrzenka Zajęcia w dniach 08,22.01.2024
	14:00 do 15:00	Trening umysłu	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390 Zajęcia w dniach 08,15,22,29.01.2024
	15:00 do 16:00	Zajęcia komputerowe	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390 Prowadzi Robert Bochenek Zajęcia w dniach 08,15,22,29.01.2024

Wtorek	15:00 do 16:00	Język angielski	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390 Zajęcia w dniach 09,16,23,30.01.2024
	15:00 do 16:00	Smovey na świeżym powietrzu	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390 Zajęcia w dniach 09,16,23,30.01.2024
	16:00 do 17:00	Bezpieczeństwo fizyczne seniora	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390 Zajęcia w dniach 16,23,30.01.2024
	17:00 do 19:00	Gry stolikowe	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
Środa	10:00 do 11:00	Język włoski – podstawowy	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390 Zajęcia w dniach 10,17,24,31.01.2024
	11:00 do 13:00	Gry stolikowe	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
Czwartek	10:00 do 11:00	Gry komputerowe	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
	11:00 do 14:00	Gry karciane	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390 W dniu 4.01.2023 – zajęcia odwołane
Piątek	15:00 do 16:00	Zajęcia z obsługi tabletów	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390 prowadzi Artur Kustos Zajęcia w dniach 12,19,26,01.2024 Dnia 19.01.2024- zajęcia odwołane
	16:00 do 17:00	Zajęcia smartfonowe	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390 prowadzi Artur Kustos Zajęcia w dniach 12,19,26,01.2024 Dnia 19.01.2024- zajęcia odwołane
	17:00 do 19:00	Wieczory filmowe	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390

Zajęcia dodatkowe w styczniu 2024 r.

DZIEŃ	GODZIN A	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
04.01.2024	12:00-14:00	Spotkanie wolontariuszy	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
11.01.2024	17:00-19:00	Wyjście do kina „ Najgorsze wiersze świata/ Rossz versek” - Centrum Sztuki Współczesnej Solvay.	Miejsca biletowane Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
16.01.2024	17:30-19:00	Spotkanie pn. <i>Porozmawiajmy o Budżecie Obywatelskim w Krakowie,</i>	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390 Spotkanie w Klubie Wersalik Ośrodka Kultury Kraków-Nowa Huta, Osiedle Ogrodowe 15.
18.01.2024	18:00 -20:00	NCK – Najpiękniejsze Piosenki - Mari Koterbska	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
29.01.2024	9:00-17:00	Wycieczka – Kazimierza Wielka oraz Solec Zdrój	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390

W godzinach otwarcia CAS – wolna strefa animacji

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.