



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 15.05.2024 r.

Harmonogram zajęć stałych – maj 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
	13:00 do 14:00	Zajęcia Slow Motion Wolking	Zapisy na zajęcia tel. 666 580 390 Miejsce spotkania: ZALEW NOWOHUCKI
	14:00 do 15:00	ZUMBA	Zajęcia odbywają się na os Jagiellońskim 19, pomieszczenie statutowe Spółdzielni Mieszkaniowa Jutrzenka Zajęcia w dniach 06,20.05.2024
	14:00 do 15:00	Trening umysłu	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
	15:00 do 16:00	Zajęcia komputerowe	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390 Prowadzi Robert Bochenek

Wtorek	15:00 do 16:00	Język angielski	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
	15:00 do 16:00	Smovey na świeżym powietrzu	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
	16:00 do 17:00	Bezpieczeństwo fizyczne seniora	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390 Zajęcia w dniach 07,14.05.2024
	17:00 do 19:00	Spotkania szachowe	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
Środa	10:00 do 11:00	Molky na świeżym powietrzu	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
	11:00 do 13:00	Gry stolikowe	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
	13:00 do 14:00	Język włoski – średniozaawansowany	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390 22.29.05.2024 - zajęcia odwołane
Czwartek	10:00 do 11:00	Gry komputerowe	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
	10:00 do 11:00	Bulle na świeżym powietrzu	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
	11:00 do 14:00	Gry karciane	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390 Dnia 9.05.2025 – zajęcia w godzinach od 12:00 do 14:00
Piątek	15:00 do 16:00	Zajęcia z obsługi tabletów	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390 prowadzi Artur Kustosz
	16:00 do 17:00	Zajęcia smartfonowe	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390 prowadzi Artur Kustosz
	17:00 do 19:00	Zajęcia brydżowe	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390

Zajęcia dodatkowe w maj 2024 r.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
9.045.2024	10:00 - 12:00	Spotkanie wolontariuszy	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
10.05.2024	10:00	Projekt Barter Park wodny w Krakowie	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390

15.05.2024	Wyjazd - 8:30 – 17:00	Wycieczka – „Zdrowiej z naturą” – Dolinki	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
20.05.2024	19:00-20:30	NCK – Występ Skaldów	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
24.05.2024	11:00 -13:00	Spektakl „ Nasza jest noc” – Kanonicza 1 z okazji dnia matki	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
26.05.2024	16:00 – 18:00	Limeryczny Świat Wisławy - Kanonicza 1 z okazji dnia matki.	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
25.05.2025	16:00 -18:00 19:00 – 21:00	KONCERT Perły muzyki rozrywkowej " Uśmiechnij się Mamo"	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
25.05.2025	9:00 – 10:00	Parku Jordana Międzynarodowy Dzień Slow Joggingu,	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390

W godzinach otwarcia CAS – wolna strefa animacji

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.