



Centrum Aktywności Seniorów – Cyfrowe Centrum Bieńczyce

Osiedle Jagiellońskie 19, Kraków

Kontakt: tel. **666 580 390**

e-mail: bienczyce@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 16.08.2024 r.

Harmonogram zajęć stałych – sierpień 2024 r.

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek	15:00 do 16:00	Zajęcia nordic walking	Zapisy na zajęcia tel. 666 580 390 Miejsce spotkania: ZALEW NOWOHUCKI Zajęcia odbędą się w dniach 12.08.2024 r. Zajęcia w dniu 26.08.2024 – odwołane
	13:00 do 14:00	Zajęcia Slow Motion Walking	Zapisy na zajęcia tel. 666 580 390 Miejsce spotkania: ZALEW NOWOHUCKI W sierpniu – zajęcia odwołane
	14:00 do 15:00	ZUMBA	Zajęcia odbywają się na os Jagiellońskim 19, pomieszczenie statutowe Spółdzielnia Mieszkaniowa Jutrzenka W sierpniu – zajęcia odwołane
	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 13.08.2024 - zajęcia odwołane
	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 odbędą się w dniach 06,13.08.2024
	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
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 W dniu 2.08.2024 – zajęcia od 13:00 – 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 sierpniu 2024 r.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
2.08.2024	11:00 do 13:00	Spotkanie wolontariuszy	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390

04.08.2024	15.00-15.00	„Krakowski szlak Józefa Piłsudskiego „	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
12.08.2024	12.00-14.00	Warsztaty pierwszej pomocy	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
18.08.2024	15.00-22.00	IV Nowohuckie Senioralia	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
21.08.2024	14.00 -14:00	Spotkanie PASIOS 2026-2030	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
21.08.2024	09:00-15:00	Wycieczka Niepołomice - Obserwatorium	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390 DOJAZD MPK
22.08.2024	10:00-16:00	Park Bednarskiego – Gra miejska	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
22.08.2024	15.00-16.00	Warsztaty metamorfozy	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
23.08.2024	14.00-17.00	Spotkania Letnie Seniorów – Biesiada Edukacja obywatelska	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390 Grill – ROD Wisław

W godzinach otwarcia CAS – wolna strefa animacji

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.