



Centrum Aktywności Seniorów – CAS DĘBNIKI

ul. Bałuckiego 21/1

Kontakt: tel. 572 475 401

e-mail: biuro@faes.org.pl

CAS czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	16:00 do 20:00
wtorek	16:00 do 20:00
środa	15:30 do 19:30
czwartek	16:00 do 20:00
piątek	14:00 do 18:00

OBYWIAZUJE OD 21.05.2025 r.

HARMONOGRAM ZAJĘĆ – MAJ 2025 r.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
Poniedziałek	8:00-9:00	<u>Aqua areobic</u>	Zapisy na zajęcia: 572 475 401 Ul. Ludwinowska 11, poziom -1 Zajęcia w dniu 12.05.2025 oraz 26.05.2025
	16:30-18:00	Siłownia Pamięci	Miejsce: lokal CAS, ul. Bałuckiego 21/1
	18:00-20:00	Planszomania- gry planszowe i karty	Miejsce: lokal CAS, ul. Bałuckiego 21/1

Wtorek	10:00-11:00	<u>Tai Chi dla początkujących</u>	Zapisy na zajęcia: tel. 572 475 401 Kraków ul. Konfederacka 4-5 Ograniczona liczba miejsc
	16:00-17:00	Smartfon z Androidem	Zapisy na zajęcia tel. 572 475 401 Miejsce: lokal CAS, ul. Bałuckiego 21/1/Duża sala 13, 27 zajęcia odwołane
	17:05-18:05	Poznaj swój smartfon- zajęcia dla osób początkujących	Zapisy na zajęcia tel. 572 475 401 Miejsce: lokal CAS, ul. Bałuckiego 21/1/Duża sala 13 i 27 zajęcia odwołane
Środa	10:00-13:00	<u>Historia Sztuki w praktyce: Śladami Jana Pawła II po krakowskich Dębnikach</u>	Zapisy na zajęcia: tel. 572 475 401
	11:00-12:00	<u>Joga początkująca łagodna</u>	Zapisy na zajęcia: tel. 572 475 401 Kraków ul. Bałuckiego 9 Ograniczona liczba miejsc
	15:30-17:00	Z komputerem za pan brat – zajęcia komputerowe	Zapisy na zajęcia: tel. 572 475 401 Kraków ul. Bałuckiego 21/Duża sala
	17:30-20:00	Środy filmowe	Zapisy tel. 572 475 401 Kraków ul. Bałuckiego 21/1/Duża sala
Czwartek	16:00-18:00	Zrzutka krakowska – nauka gry w brydża	Zapisy: tel. 572 475 401 Miejsce: CAS, ul. Bałuckiego 21/1/Duża i Mała sala
	18:00-20:00	Zaszachowani- nauka gry w szachy	Zapisy: tel. 572 475 401 Miejsce: CAS, ul. Bałuckiego 21/1/Duża sala

Piątek	14:00-15:30	Więc chodź pomaluj mój Świat! - warsztaty artystyczne	Zapisy na zajęcia tel. 572 475 401 Miejsce: lokal CAS, ul. Bałuckiego 21/1/Duża sala
	15:45-16:45	Na językach - Język angielski dla seniorów	Zapisy tel. 572 475 401 Miejsce: lokal CAS, ul. Bałuckiego 21/1/Duża sala

Zajęcia dodatkowe w maj 2025 r.:

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
09.05.2025	17:00 -18:00	„Zwierzynieckie pejzaże”- wernisaż prac	Klub Kultury „Przegorzały” ul. Kamedulska 70, Kraków (wejście od strony ul. Szyszko - Bohusza)
25.05.2025	11:00-19:00	XIII Święto Rodziny Krakowskiej	tereny zielone przy TAURON Arenie
26.05.2025	10:00-11:30	XII Akademia Zdrowia Osób Starszych w Krakowie	Sala obrad im. St. Wyspiańskiego na Pl. Wszystkich Św. 3/4 w Krakowie
27.05.2025	17:30	Mazurek Dąbrowskiego. Muzyczne narodziny hymnu	Narodowy Instytut Fryderyka Chopina ul. ul.Kanonicza 5, Kraków liczba miejsc ograniczona
7,14,21,28	17:00-18:00	Spotkania wolontariuszy	CAS Dębniki Mała sala

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.