



**Centrum Aktywności Seniorów –Cyfrowe Centrum**  
Osiedle Centrum E 18, Kraków  
Kontakt: tel. **506 303 304**  
e-mail: [centrum@fabrykainicjatyw.pl](mailto:centrum@fabrykainicjatyw.pl)

**CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:**

poniedziałek	14:00 do 18:00
wtorek	10:00 do 14:00
środa	14:00 do 18:00
czwartek	14:00 do 18:00
piątek	10:00 do 14:00

**OBOWIĄZUJE OD 15.07.2021 r.**

**Harmonogram zajęć stałych – LIPIEC 2021 r.**

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
Poniedziałek	8:30 do 9:30	Zajęcia językowe – Język angielski online (podstawowy)	<a href="https://meet.google.com/iub-wtnh-gzu">https://meet.google.com/iub-wtnh-gzu</a> - taki sam link jak do zajęć komputerowych (nowa grupa) - Informacja i zapisy tel. 506 303 304 <b>W dniu 19.07.2021, 26.07.2021 – zajęcia odwołane</b>
	09:00 do 10:00	Zajęcia na świeżym powietrzu – Nordic Walking	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506303304</b> <b>Miejsce spotkania: os Centrum E18 /6 (przed CAS Cyfrowe Centrum)</b> <b>19,26.07 - zajęcia odwołane</b>
	9:45 do 10:45	Zajęcia z obsługi Smartphone (z Androidem) – online	<a href="https://meet.google.com/iub-wtnh-gzu">https://meet.google.com/iub-wtnh-gzu</a> -zajęcia interaktywne -transmisja na grupie <a href="https://www.facebook.com/groups/158076512072662/">https://www.facebook.com/groups/158076512072662/</a>

			<b>W dniu 19.07.2021, 26.07.2021 – zajęcia odwołane</b>
	14:00 do 18:00	<b>Spotkania brydżowe</b>	Informacja i zapisy w CAS
	14:30 do 15:15	<b>Zajęcia - Taniec w kręgu</b>	Zajęcia będą odbywać się za pomocą platformy Zoom . <b>Zapisy poprzez formularz</b> <a href="https://forms.gle/KBsf9YCEULfPTHwPA">https://forms.gle/KBsf9YCEULfPTHwPA</a>
	16:00 do 17:00	<b>Język Włoski - online</b>	Zajęcia będą odbywać się na Meet Google <a href="https://meet.google.com/rdi-ubxp-mxi">https://meet.google.com/rdi-ubxp-mxi</a> zajęcia interaktywne
<b>Wtorek</b>	8:00 do 9:00	<b>Poranny rozruch – zajęcia online</b>	-transmisja na grupie <a href="https://www.facebook.com/groups/158076512072662/">https://www.facebook.com/groups/158076512072662/</a>
	10:00 do 11:00	<b>Zajęcia komputerowe – online</b>	<a href="https://meet.google.com/iub-wtnh-gzu">https://meet.google.com/iub-wtnh-gzu</a> -zajęcia interaktywne -transmisja na grupie <a href="https://www.facebook.com/groups/158076512072662/">https://www.facebook.com/groups/158076512072662/</a> <b>W dniu 20.07.2021, 27.07.2021 – zajęcia odwołane</b>
	10:00 do 12:00	<b>Sprawy codzienne</b>	Informacja i zapisy w CAS
<b>Środa</b>	11:00 do 12:00	<b>Język angielski – online (zaawansowany)</b>	<a href="https://meet.google.com/ads-gqgc-tpu">https://meet.google.com/ads-gqgc-tpu</a> - zajęcia interaktywne <b>20.07 - odrobienie zajęć z 05.07 o godz. 8:00</b>
	15:00 do 17:00	<b>Zajęcia komputerowe</b>	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506303304</b> <b>Miejsce: lokal CAS Cyfrowe Centrum, os. Centrum E 18/6 Nowa Huta</b>
	15:00 do 17:00	<b>Kącik porad</b>	Informacja i zapisy w CAS
<b>Czwartek</b>	9:00 do 10:00	<b>Zajęcia językowe – Język angielski online (podstawowy)</b>	<a href="https://meet.google.com/iub-wtnh-gzu">https://meet.google.com/iub-wtnh-gzu</a> - taki sam link jak do zajęć komputerowych (nowa grupa) - Informacja i zapisy tel. 506 303 304 <b>W dniu 15.07.2021, 22.07.2021, 29.07.2021 – zajęcia odwołane</b>
	14:00 do 15:00	<b>Zajęcia rysunkowe na</b>	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506303304</b>

		świeżym powietrzu	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
	15:00 do 17:00	Zajęcia z obsługi Smartphone	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506303304</b> Miejsce: lokal CAS Cyfrowe Centrum, os. Centrum E 18/6 Nowa Huta
Piątek	08:00 do 08:45	Aktywny senior (zajęcia sportowe, gimnastyczne) - online	<a href="https://meet.google.com/aoz-afdq-fkd">https://meet.google.com/aoz-afdq-fkd</a> -zajęcia interaktywne -transmisja na grupie <a href="https://www.facebook.com/groups/158076512072662/">https://www.facebook.com/groups/158076512072662/</a>
	12:00 do 14:00	Spotkania brydżowe	Informacja i zapisy w CAS

## Zajęcia dodatkowe w lipcu 2021

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
<b>8.07.2021</b> (czwartek)	10:00 do 17:00	<b>Piknik dla Seniora</b>	Miejsce: Park Bednarskiego
<b>10.07.2021</b> (sobota)	od 18:00	<b>NCK koncert Najpiękniejsze piosenki Leonarda Cohena</b>	Nowohuckie Centrum Kultury
<b>16.07.2021</b> (piątek)	od 18:00	<b>NCK koncert Wolna Grupa Bukowina</b>	Nowohuckie Centrum Kultury
<b>20.07.2021</b> (wtorek)	od 10:00	<b>Pola Lawendowe - Ostrów. Godz. 12:00 Plener malarski dla chętnych na Polach Lawendowych</b>	Zapisy i informacja: 506 303 304
<b>21.07.2021</b> (środa)	od 9:00 do 17:00	<b>Solec Zdrój Baseny Siarkowo-Mineralne</b>	Zapisy i informacja: 506 303 304
<b>26.07.2021</b> (poniedziałek)	od 15:00 do 17:00	<b>Spotkanie z przewodnikiem "Jak przygotować się do wycieczki"</b>	Zapisy i informacja: 506 303 304

<b>29.07.2021</b> <b>(środa)</b>	16:00 do 18:00	<b>Spotkanie</b> <b>wolontariuszy</b>	Miejsce: lokal CAS Cyfrowe Centrum, os. Centrum E 18/6 Nowa Huta
-------------------------------------	----------------	--	---

*Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.*