

**Centrum Aktywności Seniorów – Cyfrowe Centrum Bieńczyce**  
Osiedle Jagiellońskie 19, Kraków  
Kontakt: tel. **666 580 390**  
e-mail: [bienczyce@fabrykainicjatyw.pl](mailto:bienczyce@fabrykainicjatyw.pl)

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

poniedziałek	15:00 do 19:00
wtorek	14:00 do 18:00
środa	10:00 do 14:00
czwartek	10:00 do 14:00
piątek	14:00 do 18:00

**OBOWIĄZUJE OD 3.09.2021 r.**

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

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek	15:00 do 17:00	Zajęcia z obsługi smartfonów	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
	17:00 do 19:00	Zajęcia komputerowe	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
Wtorek	11:00 do 12:00	Nordic Walking	<b>Zbiórka nad Zalewem Nowohuckim obok Domu Wędkarza</b> <b>Informacja tel. 666 580 390</b>
	13:00 do 14:00	Język Włoski - online	<b>Zapisy na zajęcia tel. 666 580 390</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>zmiana terminu zajęć od 7.09.2021</b>
	14:00 do 16:00	Spotkanie brydżystów	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390

	16:00 do 18:00	Kącik porad-sprawy codzienne	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
	16:00 do 18:00	Spotkania z teorią dietetyki i praktyczny warsztat kulinarny	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390 <b>Zajęcia odbędą się w dniu 14.09.2021</b>
Środa	10:00 do 11:00	Język angielski – online (podstawowy)	Zajęcia prowadzone przez platformę Google Meet <a href="https://meet.google.com/ads-gggc-tpu">https://meet.google.com/ads-gggc-tpu</a> - zajęcia interaktywne (wystarczy kliknąć na link) <b>W dniu 1.09.2021 – zajęcia odwołane</b>
	10:00 do 12:00	Gry Stolikowe	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
	12:00 do 14:00	Z kuchnią na Ty	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
	14:30 do 15:15	Zajęcia - Taniec w kręgu	Zajęcia będą odbywać się za pomocą platformy Zoom . <b>Zapisy poprzez formularz</b> <a href="https://forms.gle/KBsf9YCEULfPTHwPA">https://forms.gle/KBsf9YCEULfPTHwPA</a> <b>w dniu 1.09.2021 – zajęcia odwołane</b>
	16:00 do 18:00	Spotkania z teorią dietetyki i praktyczny warsztat kulinarny	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390 <b>Zajęcia odbędą się w dniu 29.09.2021</b>
Czwartek	8:00 do 9:00	Fitness dla seniorów – zajęcia online	-transmisja na grupie na Facebooku <a href="https://www.facebook.com/groups/158076512072662/">https://www.facebook.com/groups/158076512072662/</a>
	10:00 do 12:00	Spotkanie brydżystów	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
	12:00 do 13:00	Język angielski - online (podstawowy)	<a href="https://meet.google.com/ads-gggc-tpu">https://meet.google.com/ads-gggc-tpu</a> - zajęcia interaktywne <b>w dniu 2.09.2021 – zajęcia odwołane</b>
Piątek	16:00 do 18:00	Sprawny umysł – sprawne ręce	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
	14:00 do 15:30	Warsztaty artystyczne	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390

## Zajęcia dodatkowe w wrześniu 2021

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
7.09.2021 ( wtorek)	od 11:45	Style Narodowe – Wycieczka	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390 <b>Zbiórka – Muzeum Narodowe ul. 3-go Maja</b>
7.09.2021 (wtorek)	od 16:00 do 18:00	Pokaz tańców - ZORBA	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
8.09.2021 (środa)	od 9:00	Wycieczka do Solca Zdroju	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
11.09.2021 (sobota)	od 22:00	Parada Smoków – zakole Wisły	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
11.09.2029 (sobota)	od 19:00	NCK – Koncert VITO BAMBINO	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
24.09.2021 (piątek)	od 19:00	NCK – Koncert Jubileuszowy – PUDELSI	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
25.09.2021 (sobota)	od 19:00	NCK – Koncert Maryla Rodowicz	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
26.09.2021 (niedziela)	od 20:00	NCK – Koncert Maryla Rodowicz	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390
29- 30.09.2021 (środa- czwartek)	od 9:00	V Mistrzostwa Seniorów na Bronowiance	Informacja i zapisy w CAS - 666 580 390

***W godzinach otwarcia CAS – wolna strefa animacji***

***Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.***