



**Centrum Aktywności Seniorów –Cyfrowe Centrum**  
Osiedle Centrum E 18/6, Kraków  
Kontakt: tel. **506 303 304**  
e-mail: [centrum@fabrykainicjatyw.pl](mailto:centrum@fabrykainicjatyw.pl)

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

<b>poniedziałek</b>	<b>14:00 do 18:00</b>
<b>wtorek</b>	<b>10:00 do 14:00</b>
<b>środa</b>	<b>14:00 do 18:00</b>
<b>czwartek</b>	<b>14:00 do 18:00</b>
<b>piątek</b>	<b>10:00 do 14:00</b>

**OBOWIĄZUJE OD 21.12.2021 r.**

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

<b>DZIEŃ</b>	<b>GODZINA</b>	<b>RODZAJ ZAJĘĆ</b>	<b>DOSTĘP/INFORMACJA</b>
<b>Poniedziałek</b>	14:30 do 15:30	<b>Język angielski – online (podstawowy)</b>	<a href="https://meet.google.com/ads-gggc-tpu">https://meet.google.com/ads-gggc-tpu</a> - zajęcia interaktywne
	14:00 do 16:00	<b>Spotkania brydżowe</b>	Informacja i zapisy w CAS
	14:30 do 15:30	<b>Porozmawiajmy o żywieniu seniorów – spotkanie z dietetykiem</b>	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506303304</b> <b>Zajęcia odbędą się dnia 6.12.2021 r.</b> <b>oraz 20.12.2021 r.</b>
	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 18:00	Język Angielski dla początkujących – zajęcia stacjonarne	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506303304</b>
Wtorek	8:00 do 9:00	Poranny rozruch – zajęcia online	-transmisja na grupie <a href="https://www.facebook.com/groups/158076512072662/">https://www.facebook.com/groups/158076512072662/</a>
	10:00 do 12:00	Kącik Porad – Sprawy codzienne	Informacja i zapisy w CAS
	11:00 do 12:00	Zajęcia na świeżym powietrzu – Nordic Walking	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506 303 304</b> <b>Miejsce spotkania: os Jagiellońskie 19 (przed CAS Cyfrowe Centrum Bieńczyce).</b> <b>Zajęcia odwołane w dniu 28.12.2021.</b>
	12:00 do 13:00	Język Włoski – zajęcia online	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
	11:30 do 12:15	<b>Aqua Aerobic</b>	<b>Zajęcia odbywają się na ul Ludwinowskiej 11, poziom -1 Kraków – BASEN LEMON</b> <b>Na zajęcia obowiązują zapisy tel. 506 303 304</b> <b>Zajęcia odbędą się dnia 7.12.2021 oraz 21.12.2021 r.</b>
	12:00 do 14:00	Spotkania rekrutacyjne	
Środa	15:00 do 16:00	Język angielski – zajęcia online (zaawansowany)	<a href="https://meet.google.com/ads-gggc-tpu">https://meet.google.com/ads-gggc-tpu</a> - zajęcia interaktywne
	12:00 do 14:00	Zajęcia z obsługi smartfonów	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506303304</b> <b>Miejsce: lokal CAS Cyfrowe Centrum, os. Centrum E 18/6 Nowa Huta</b>
	14:00 do 16:00	Zajęcia komputerowe	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506303304</b> <b>Miejsce: lokal CAS Cyfrowe Centrum, os. Centrum E 18/6 Nowa Huta – sala komputerowa</b>
	15:00 do 17:00	Kącik porad – sprawy codzienne	Informacja i zapisy w CAS

Czwartek	14:00 do 15:00	Zajęcia rysunkowe na świeżym powietrzu	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506303304</b> 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 16:00	Zajęcia komputerowe	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506303304</b>
	16:00 do 18:00	Zajęcia z obsługi Smartfonów	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506303304</b>
Piątek	10:00-12:00	MEDIACJE	Informacja i zapisy w CAS <b>Zajęcia z 24.12 i 31.12 przeniesione na wtorek 21.12 i 28.12.2021r.</b>
	12:00 do 14:00	Spotkania brydżowe	Informacja i zapisy w CAS

## Zajęcia dodatkowe w grudniu 2021

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
3.12.2021 (piątek)	Od 18:30	Opera Krakowska-Don Pasquale	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b>
07.12.2021 (wtorek)	od 11:00 do 15:00, od 16:00 do 18:00	Koncert w ICE i wernisaż prac malarskich	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b>
10.12.2021 (piątek)	od 18:30	Opera Krakowska-Cyrulik Sewilski	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b>
10.12.2021 (piątek)	Od 12:30	Spotkanie wolontariuszy	
14.12.2021 (wtorek)	Od 10:00 do 13:00	Jak się nie bać telemarketerów. Jak pokochać maszyny ( obsługa paczkomatów, biletomatów itp.)	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b>
17.12.2021 (piątek)	Od 12:00 do 14:00	Jak się nie bać telemarketerów. Jak pokochać maszyny ( obsługa paczkomatów, biletomatów itp.)	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b>
22.12.2021 (środa)	od 18:30	Opera Krakowska - Koncert kolęd "Cicha Noc"	Informacja i zapisy w CAS - <b>506303304</b>

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

**Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.**