



## 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:

<b>poniedziałek</b>	<b>12:00 do 16:00</b>
<b>wtorek</b>	<b>14:00 do 18:00</b>
<b>środa</b>	<b>10:00 do 14:00</b>
<b>czwartek</b>	<b>10:00 do 14:00</b>
<b>piątek</b>	<b>14:00 do 18:00</b>

**OBOWIAZUJE OD 13.07.2022 r.**

### Harmonogram zajęć stałych – lipiec 2022 r.

<b>dzień</b>	<b>godzina</b>	<b>rodzaj zajęć</b>	<b>uwagi</b>
<b>Poniedziałek</b>	14:20 do 15:20	<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 W okresie wakacyjnym zajęcia od dnia 13.07.2022 przeniesione na środę na godzinę 8:00 - 9:00
	14:00 do 15:30	<b>ZUMBA</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b> Zajęcia odbywają się na os Jagiellońskim 19, Pomieszczenie Statutowe Spółdzielni Mieszkaniowa Jutrzenka <b>W miesiącu lipcu – zajęcia odwołane</b>
	12:00 do 14:00	<b>Jak wiedzieć więcej o przodkach - podstawy Genealogii</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b>

	14:00 do 16:00	<b>Kącik Porad – Sprawy codzienne</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b>
<b>Wtorek</b>	11:30 do 12:30	<b>Zajęcia nordic walking</b>	<b>Zbiórka obok fontanny – AWF (Park Lotników)</b> Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b> <b>W dniach 12,19,26 lipca zajęcia odwołane</b>
	12:30 do 13:30	<b>Zajęcia slow motion walking</b>	<b>Zbiórka obok fontanny – AWF (Park Lotników)</b> Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b> <b>W dniach 12,19,26 lipca zajęcia odwołane</b>
	12:00 do 13:00	<b>Język Włoski – zajęcia 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>Środa</b>	8:00 do 9:00	<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 W okresie wakacyjnym od dnia 13.07.2022 zajęcia będą odbywać się w środę. W dniu 13.07.2022 – zajęcia odwołane
	10:00 do 12:00	<b>Spotkanie rekrutacyjne</b>	
<b>Czwartek</b>	10:30 do 12:00	<b>Twórczy relaks</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b> <b>Zajęcia odbędą się w dniach: 21.07.2022</b>
	10:00 do 12:00	<b>Mediacje</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b> <b>Zajęcia odbędą się dnia 7.07.2022 r. oraz 14.07.2022 r.</b>
	12:00 do 13:00	<b>Gry Stolikowe</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b>
	13:00 do 14:00	<b>Gry w bule, molky</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b>
	13:00 do 13:45	<b>Aktywne oddychanie</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b> Zbiórka Tężnia nad Zalewem Nowohuckim <b>W dniach 14,21,28 lipca zajęcia odwołane</b>
<b>Piątek</b>	14:00 do 15:00	<b>Gry w bule, molky</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b>
	15:00 do 16:30	<b>Zajęcia z obsługi komputera</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b> <b>W dniu 1.07.2022 – zajęcia odwołane</b>
	16:30 do 18:00	<b>Zajęcia z obsługi smartfonów</b>	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b> <b>W dniu 1.07.2022 – zajęcia odwołane</b>

## Zajęcia dodatkowe w lipcu 2022 r.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
1.07.2022 (piątek)	od 14:00 do 16:00	Spotkanie wolontariuszy	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b>
14.07.2022 (czwartek)	od 12:00 do 15:00	Wycieczka – Lawendowe Pola Plener malarski	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b>
16.07.2022	od 19:00 do 21:00	SCENA PLENEROWA NCK – Noc Jazzu 2022	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b>
24.07.2022	od 18:00 do 20:00	SCENA PLENEROWA NCK – Antoni Krupa	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b>
31.07.2022	od 18:00 do 20:00	SCENA PLENEROWA NCK – Nastrojeni Latino przez Kraconstic	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b>

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

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