



## 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>

**OBOWIĄZUJE OD 18.08.2022 r.**

**Harmonogram zajęć stałych – sierpień 2022 r.**

<b>dzień</b>	<b>godzina</b>	<b>rodzaj zajęć</b>	<b>uwagi</b>
<b>Poniedziałek</b>	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 sierpniu – 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>

Poniedziałek	14:00 do 16:00	Kącik Porad – Sprawy codzienne	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b>
	16:30 do 17:30	Zajęcia nordic walking	<b>Zbiórka obok fontanny – AWF (Park Lotników)</b> Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b> <b>W dniu 1.08.2022 zajęcia odwołane</b>
	17:30 do 18:30	Zajęcia slow motion walking	<b>Zbiórka obok fontanny – AWF (Park Lotników)</b> Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b> <b>W dniu 1.08.2022 zajęcia odwołane</b>
Wtorek	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
Środa	8:00 do 9:00	Język angielski – online (podstawowy)	<a href="https://meet.google.com/ads-gqgc-tpu">https://meet.google.com/ads-gqgc-tpu</a> - zajęcia interaktywne
	10:00 do 12:00	Spotkanie rekrutacyjne	
Czwartek	10:30 do 12:00	Twórczy relaks	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b> <b>Zajęcia odbędą się w dniach 18.08.2022 r.</b> <b>, 25.08.2022 r.</b>  <b>Dnia 18.08.2022 r – zajęcia odwołane</b>
	10:00 do 12:00	Mediacje	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b> <b>Zajęcia odbędą się dnia 4.08.2022 r.</b> <b>oraz 11.08.2022 r.</b>
	12:00 do 13:00	Gry Stolikowe	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b>
	13:00 do 14:00	Gry w bule, molky	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b>
	17:15 do 18:00	Aktywne oddychanie	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b> Zbiórka Tężnia nad Zalewem Nowohuckim
Piątek	14:00 do 15:00	Gry w bule, molky	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b>
	15:00 do 16:30	Zajęcia z obsługi komputera	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b> <b>Zajęcia w dniu 12.08.2022 – odwołane</b>
	16:30 do 18:00	Zajęcia z obsługi smartfonów	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b> <b>Zajęcia w dniu 12.08.2022 – odwołane</b>

## Zajęcia dodatkowe w sierpniu 2022 r.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
5.08.2022 (piątek)	od 14:00 do 16:00	Spotkanie wolontariuszy	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b>
07.08.2022. (niedziela)	od 18:00 do 20:00	NCK SCENA LETNIA Swingowa potańcówka pod gołym niebem	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b>
20.08.2022. (sobota)	od 18:00 do 20:00	NCK SCENA LETNIA NH FEST CZERWONO- CZARNI -koncert	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b>
21.08..2022 (niedziela)	Od 15:00 do 22:00	NCK – II Nowohuckie Senioralia	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b>
28.08.2022. (niedziela)	od 18:00 do 20:00	NCK SCENA LETNIA WOLNA GRUPA BUKOWINA -koncert	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b>
30.08.2022 (wtorek)	Od 19:30 do 21:30	ICE Koncert Skrzypcowy	Informacja i zapisy w CAS - <b>666 580 390</b>

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

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