



Centrum Aktywności Seniora - Cyfrowe  
Centrum  
os. Centrum E 18/6, Kraków



## 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 20.07.2022 r.

### Harmonogram zajęć stałych – lipca 2022 r.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
Poniedziałek	13:20 do 14:20	<b>Język angielski – online (zaawansowana)</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 9:00 - 10:00
	14:00 do 16:00	<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>  od dnia 6.07.2022 zajęcia przeniesione na środę



<b>Poniedziałek</b>	14:00-15.30	<b>Zumba</b>	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506303304</b> Zajęcia odbywają się na os Jagiellońskim 19, Pomieszczenie Statutowe Spółdzielnia Mieszkaniowa Jutrzenka <b>W miesiącu lipcu – zajęcia odwołane</b>
<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> <b>dnia 12,19,26 zajęcia odwołane</b>
	10:15 do 12:15	<b>Amatorskie Warsztaty malarskie</b>	Informacja i zapisy w CAS
	12:00 do 12:45	<b>Siła oddychania – zajęcia aktywnościowe</b>	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506303304</b> Zajęcia Park Lotników AWF <b>dnia 12,19,26 zajęcia odwołane</b>
	12:00 do 14:00	<b>Spotkania rekrutacyjne</b>	
<b>Środa</b>	15:30 do 17:30	<b>Kącik porad – sprawy codzienne</b>	Informacja i zapisy w CAS
	9:00 do 10:00	<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
	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> zajęcia od 6.07.2022 <b>Zajęcia w dniu 20.07.2022 – odwołane</b>
<b>Czwartek</b>	12:30 do 13:30	<b>Zajęcia na świeżym powietrzu – Nordic Walking</b>	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506 303 304</b> <b>Miejsce spotkania: Nad Zalewem ul. Bulwarowa (Dom Wędkarza)</b> <b>W dniach 14,21,28 lipca zajęcia odwołane</b>
	13:30 do 14:30	<b>Zajęcia slow motion walikng</b>	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506 303 304</b>

			Miejsce spotkania: Nad Zalewem ul. Bulwarowa (Dom Wędkarza) <b>W dniach 14,21,28 lipca zajęcia odwołane</b>
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 <b>dnia 14.07.2022 – zajęcia odwołane – plener malarski podczas wycieczki na Lawendowe Pole</b> <b>dnia 28.07.2022 – zajęcia odwołane</b>
	15:00 do 18:00	Zajęcia komputerowe	<b>Zapisy na zajęcia tel. 506303304</b> Miejsce: lokal CAS Cyfrowe Centrum, os. Centrum E 18/6 Nowa Huta – sala komputerowa
Piątek	10:00 do 12:00	MEDIACJE	Informacja i zapisy w CAS <b>Zajęcia odbędą się w dniu 15.07.2022</b>
	12:00 do 14:00	Spotkania brydżowe	Informacja i zapisy w CAS

### Zajęcia dodatkowe w lipcu 2022 r.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
01.07.2022 (piątek)	od 12:00 do 14:00	Spotkanie wolontariuszy	Informacja i zapisy w CAS - 506303304
14.07.2022 (czwartek)	od 12:00 do 15:00	Wycieczka – Lawendowe Pola Plener malarski	Informacja i zapisy w CAS - 506303304
16.07.2022	od 19:00 do 21:00	SCENA PLENEROWA NCK – Noc Jazzu 2022	Informacja i zapisy w CAS - 506303304
24.07.2022	od 18:00 do 20:00	SCENA PLENEROWA NCK – Antoni Krupa	Informacja i zapisy w CAS - 506303304
31.07.2022	od 18:00 do 20:00	SCENA PLENEROWA NCK – Nastrojeni Latino przez Kraconstic	Informacja i zapisy w CAS - 506303304

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

**Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.**