

План развлекательных мероприятий на июль 2017г

Внимание! В зависимости от погодных условий и других непредвиденных обстоятельств план в течение месяца будет дополняться и корректироваться по мере необходимости.

Дата	Мероприятие	Время проведения	Место проведения
1 июля суббота	Утренняя зарядка для всех желающих.	10:00	Детская площадка
	Творческий час: пластилин	11.00	РК «Non Stop» 2-ой этаж
	Мультфильм. <i>Вход свободный.</i>	12:00	РК
	Встреча со сказочным персонажем-ростовая кукла	14:00	Детская площадка
	«Веселые старты» - спортивное соревнование для всей семьи.	15:00	Детская площадка
	«Поролоновая страна» - развлекательное мероприятие для детей. <i>Оплата по преискуранту.</i>	15:30	Киноконцертный зал РК
	Художественный фильм. <i>Вход свободный.</i>	16.00	Домашний кинотеатр
	Живой вокал. <i>Вход свободный.</i>	19:00	Кафе «Летний дворик»
	Развлекательное мероприятие для детей и взрослых. <i>Оплата по преискуранту.</i>	20:00	Аквупарк
	Ночная дискотека. <i>Оплата по преискуранту.</i>	23:00	Танцпол РК
2 июля воскресенье	Утренняя зарядка для всех желающих.	10:00	Детская площадка
	Творческий час для детей: поделки своими руками	11:00	Встреча в холле РК
	Мультфильм. <i>Вход свободный.</i>	12:00	РК малый кинозал
	Пляжный волейбол.	15.00	Площадка «Остров»
	«Игры нашего двора» - активные игры на свежем воздухе.	16:00	Площадка «Остров»
	Стрельба из лука	19:00	Детская площадка
	Ночная вечеринка	23:00	РК 2 этаж
3 июля понедельник	Обзорная пешая экскурсия по ДО «Абзаково».	10:00	Сбор в холле РК
	Творческий час для детей: аппликация	11:00	Сбор в холле РК
	Мультфильм. <i>Вход свободный.</i>	12:00	Домашний кинотеатр РК
	Турнир по БОУЛИНГУ среди отдыхающих. <i>Оплата по преискуранту.</i>	15:00	РК «Non Stop», 2-ой этаж
	Скандинавская ходьба. <i>Оплата по преискуранту.</i>	15:00	Сбор в мед.корпусе
	«Юный шеф-повар» - кулинарное мероприятие для детей. <i>Оплата по преискуранту.</i>	16:00	Кафе «Алтын»
	Мини-футбол	19:00	Детская площадка



4 июля вторник	Творческий час для детей: оригами	11:00	Встреча в холле РК
	Мультфильм. <i>Вход свободный.</i>	12:00	Малый кинозал
	Встреча со сказочным персонажем - ростовая кукла	14:00	Детская площадка
	«Юный зоолог» Знакомство с животными с помощью игр, загадок Поделки своими руками на тему мероприятия. <i>Оплата по прејскуранту.</i>	15:00	Встреча в холле Контактный зоопарк
	Художественный фильм. <i>Вход свободный.</i>	16:00	Малый кинозал
	Развлекательное анимационное мероприятие для детей «В мире животных».	16:00	Детская площадка
	Танцуем вместе	19:00	Детская площадка
5 июля среда	Утренняя зарядка для детей и взрослых	10:00	РК «Non Stop», 2-ой этаж
	Экскурсия на Синие скалы. <i>Оплата по прејскуранту.</i>	10:00	Сбор в холле РК «Non Stop»
	Творческий час для детей: рисование пальчиковыми красками	11:00	РК «Non Stop», 2-ой этаж
	Мультфильм. <i>Вход свободный.</i>	12:00	Домашний кинотеатр
	КВЕСТ «Индейцы острова Хаски» <i>Оплата по прејскуранту.</i>	15:00	Остров, ГЛЦ
	Анимационная программа «В гостях у сказки».	17:00	Детская площадка
	«Вечер самодеятельности». Мероприятие для всех желающих — по демонстрации своего таланта. <i>Вход свободный.</i>	19:00	Киноконцертный зал
6 июля четверг	Утренняя зарядка и розыгрыш медицинских услуг «День здоровья».	10:00	Мед. корпус
	Творческий час для детей: плетение из мулине	11:00	Сбор в холле РК
	Мультфильм. <i>Вход свободный.</i>	12:00	Домашний кинотеатр
	«Песочные замки»-лепим из песка вместе с детьми	14:00	Детская площадка
	«Юный доктор» Познавательное мероприятие для детей. Поделки своими руками на тему мероприятия. <i>Оплата по прејскуранту.</i>	15:00	Встреча в холле мед. корпуса
	Турнир по настольному теннису среди отдыхающих. <i>Оплата по прејскуранту.</i>	16:00	РК «Non Stop», 2-ой этаж
	Художественный фильм. <i>Вход свободный.</i>	19:00	Домашний кинотеатр
	Игры на воде	20:00	Аквапарк
7 июля пятница	Экскурсия «К горным вершинам» <i>Оплата по прејскуранту.</i>	11:00	Сбор в холле РК в 10:50
	Мультфильм. <i>Вход свободный.</i>	12:00	Домашний кинотеатр
	Встреча со сказочным персонажем - ростовая кукла	14:00	ДО
	Квест «В поисках пиратского клада» <i>Оплата по прејскуранту.</i>	15:00	Встреча в холле РК

	Турнир по бильярду. <i>Оплата по преискуранту.</i>	16:00	РК «Non Stop», 2-ой этаж
	Художественный фильм. <i>Вход свободный.</i>	17:00	Домашний кинотеатр
	Живой вокал.	19:00	Кафе «Летний дворик»
	«Kinder party». Детская дискотека.	19:30	Танцпол РК
8 июля суббота «День семьи»	Поздравление отдыхающих с праздником	09:00	ДО
	Утренняя зарядка для всех желающих.	10:00	Площадка напротив РК
	Творческий час: поделки своими руками символика дня семьи	11:00	РК «Non Stop» 2-ой этаж
	Детская анимация посвященная дню семьи, встреча со сказочным персонажем	12:00	Площадка напротив РК
	Ярмарка Hand Made	12:00	Главная аллея
	«Веселые старты» - спортивное соревнование для всей семьи.	15:00	Детская площадка
	«Поролоновая страна» - развлекательное мероприятие для детей. <i>Оплата по преискуранту.</i>	16:00	Киноконцертный зал РК
	Художественный фильм. <i>Вход свободный.</i>	17:00	Домашний кинотеатр
	Живой вокал. <i>Вход свободный.</i>	19:00	Кафе «Летний дворик»
	Развлекательное мероприятие для детей и взрослых. <i>Оплата по преискуранту.</i>	20:00	Аквипарк
	Ночная дискотека. <i>Оплата по преискуранту.</i>	23:00	Танцпол РК
9 июля воскресенье	Утренняя зарядка для всех желающих.	10:00	Площадка напротив РК
	Творческий час для детей: поделки своими руками	11:00	РК
	Мультфильм. <i>Вход свободный.</i>	12:00	Малый кинозал
	Экскурсия в зоопарке	14:00	Зоопарк
	Пляжный волейбол.	15:00	Площадка «Остров»
	Активные игры на свежем воздухе.	16:00	Площадка «Остров»
	Стрельба из лука	19:00	Детская площадка
	Ночная вечеринка	23:00	РК 2 этаж
10 июля понедельник	Обзорная пешая экскурсия по ДО «Абзаково».	10:00	Сбор в холле РК
	Творческий час для детей: аппликация	11:00	Сбор в холле РК
	Мультфильм. <i>Вход свободный.</i>	12:00	Домашний кинотеатр РК
	Турнир по БОУЛИНГУ среди отдыхающих. <i>Оплата по преискуранту.</i>	14:00	РК «Non Stop», 2-ой этаж
	Скандинавская ходьба. <i>Оплата по преискуранту.</i>	15:00	Сбор в мед.корпусе

	«Юный шеф-повар» - кулинарное мероприятие для детей. <i>Оплата по преискуранту.</i>	16:00	Кафе «Алтын»
	Мини-футбол	19:00	Детская площадка
11 июля вторник	Творческий час для детей: оригами	11:00	Сбор в холле РК
	Мультфильм. <i>Вход свободный.</i>	12:00	Домашний кинотеатр
	Встреча со сказочным персонажем - ростовая кукла	14:00	ДО
	«Юный зоолог» Знакомство с животными с помощью игр, загадок и слайд-шоу. Поделки своими руками на тему мероприятия. <i>Оплата по преискуранту.</i>	15:00	Встреча в холле. Контактный зоопарк.
	Художественный фильм. <i>Вход свободный.</i>	16:00	Домашний кинотеатр
	Развлекательное анимационное мероприятие для детей «В мире животных».	16:00	Детская площадка
	Танцуем вместе	19:00	Детская площадка
12 июля среда	Утренняя зарядка для детей и взрослых	10:00	Площадка напротив РК
	Экскурсия на Синие скалы. <i>Оплата по преискуранту.</i>	10:00	Сбор в холле РК «Non Stop»
	Творческий час для детей: рисование пальчиковыми красками <i>Оплата по преискуранту.</i>	11:00	РК «Non Stop», 2-ой этаж
	Мультфильм. <i>Вход свободный.</i>	12:00	Домашний кинотеатр
	КВЕСТ «Индейцы острова Хаски» <i>Оплата по преискуранту.</i>	15:00	Остров, ГЛЦ
	Анимационная программа «В гостях у сказки».	17:00	Детская площадка
	«Вечер самодеятельности». Мероприятие для всех желающих — по демонстрации своего таланта. <i>Вход свободный.</i>	19:00	Киноконцертный зал
13 июля четверг	Утренняя зарядка и розыгрыш медицинских услуг «День здоровья».	10:00	Детская площадка
	Творческий час для детей: плетение из мулине	11:00	Сбор в холле РК
	Мультфильм. <i>Вход свободный.</i>	12:00	Домашний кинотеатр
	«Песочные замки»- строим замки из песка	15:00	Детская площадка
	«Юный доктор» Познавательное мероприятие для детей. Поделки своими руками на тему мероприятия. <i>Оплата по преискуранту.</i>	16:00	Встреча в холле мед.корпуса
	Турнир по настольному теннису среди отдыхающих. <i>Оплата по преискуранту.</i>	16:00	РК «Non Stop», 2-ой этаж
	Игры на воде	20:00	Аквaparк
14 июля пятница	Экскурсия «К горным вершинам» <i>Оплата по преискуранту.</i>	10:00	Сбор в холле РК в 10:50



	Мультфильм. <i>Вход свободный.</i>	12:00	Домашний кинотеатр
	Встреча со сказочным персонажем - ростовая кукла	14:00	ДО
	Квест «В поисках пиратского клада» <i>Оплата по преискуранту.</i>	15:00	Встреча в холле РК
	Турнир по бильярду. <i>Оплата по преискуранту.</i>	16:00	РК «Non Stop», 2-ой этаж
	Художественный фильм. <i>Вход свободный.</i>	17:00	Домашний кинотеатр
	Живой вокал.	19:00	Кафе «Летний дворик»
	«Kinder party». Детская дискотека. <i>Оплата по преискуранту.</i>	19.30	Танцпол РК
15 июля суббота День Металлурга	Поздравление с Днем Metallурга	09:00	Столовая, ресторан
	Зарядка «Будь здоров как Metallург»	10:00	Площадка напротив РК
	Конкурс рисунков по теме «День металлурга», «85 лет ММК»	11:00	Площадка напротив РК
	Мастер-класс по приготовлению еды в Летнем Кафе	12:00	«Летний дворик»
	Ярмарка Hand Made	12:00	Главная аллея
	Встреча со сказочным персонажем	14:00	ДО
	Развлекательная программа , розыгрыш сертификатов посвященная дня металлургу)	15:00	«Летний дворик»
	Стрельба из лука турнир для детей на самого меткого	15:00	Детская площадка
	Веселая анимация с танцами, ростовыми куклами, мыльными пузырями	16:00	Площадка напротив РК
	Праздничный концерт	19:00-21:00	Центр биатлона
	Дискотека Open Air	21:00-23:00	Центр биатлона
	Фейерверк	23:00	
	«Горячая Мексиканская вечеринка» в РК «Non Stop» с ведущим и Go-Go анимацией	24:00	Тацпол
16 июля воскресенье	Утренняя зарядка для всех желающих.	10:00	Детская площадка
	Творческий час для детей: поделки своими руками	11:00	Встреча в холле РК «Non Stop»
	Мультфильм. <i>Вход свободный.</i>	12:00	Домашний кинотеатр
	Экскурсия в зоопарке	14:00	Зоопарк
	Пляжный волейбол.	15:00	Остров, ГЛЦ
	«Игры нашего двора» - активные игры на свежем воздухе.	16:00	Остров, ГЛЦ
	Стрельба из лука	19:00	Детская площадка
	Ночная вечеринка	23:00	РК 2этаж
17 июля понедельник	Обзорная пешая экскурсия по ДО «Абзаково».	10:00	Сбор в холле РК
	Творческий час для детей: аппликация	11:00	Сбор в холле РК
	Мультфильм. <i>Вход свободный.</i>	12:00	Домашний кинотеатр РК



	Турнир по БОУЛИНГУ среди отдыхающих. <i>Оплата по прейскуранту.</i>	15:00	РК «Non Stop», 2-ой этаж
	Скандинавская ходьба. <i>Оплата по прейскуранту.</i>	15:00	Сбор в мед.корпусе
	«Юный шеф-повар» - кулинарное мероприятие для детей. <i>Оплата по прейскуранту.</i>	16:00	Кафе «Алтын»
	Мини-футбол	19:00	Детская площадка
18 июля вторник	Творческий час для детей: оригами	11.00	Сбор в холле РК
	Мультфильм. <i>Вход свободный.</i>	12:00	Домашний кинотеатр
	Встреча со сказочным персонажем - ростовая кукла	14:00	ДО
	«Юный зоолог» Знакомство с животными с помощью игр, загадок и слайд-шоу. Поделки своими руками на тему мероприятия. <i>Оплата по прейскуранту.</i>	15.00	Встреча в холле. Контактный зоопарк.
	Художественный фильм. <i>Вход свободный.</i>	16:00	Домашний кинотеатр
	Развлекательное анимационное мероприятие для детей «В мире животных».	16:00	Детская площадка
	Танцуем вместе	19:00	Детская площадка
19 июля среда	Утренняя зарядка для детей и взрослых	10:00	РК «Non Stop», 2-ой этаж
	Экскурсия на Синие скалы. <i>Оплата по прейскуранту.</i>	10:00	Сбор в холле РК «Non Stop»
	Творческий час для детей: рисование пальчиковыми красками <i>Оплата по прейскуранту.</i>	11:00	РК «Non Stop», 2-ой этаж
	Мультфильм. <i>Вход свободный.</i>	12:00	Домашний кинотеатр
	КВЕСТ «Индейцы острова Хаски» <i>Оплата по прейскуранту.</i>	15:00	Остров, ГЛЦ
	Анимационная программа «В гостях у сказки».	17:00	Детская площадка
	«Вечер самодеятельности». Мероприятие для всех желающих — по демонстрации своего таланта. <i>Вход свободный.</i>	19:00	Киноконцертный зал
20 июля четверг	Утренняя зарядка и розыгрыш медицинских услуг «День здоровья».	10:00	Мед.корпус
	Творческий час для детей: плетение из мулине	11.00	Сбор в холле РК
	Мультфильм. <i>Вход свободный.</i>	12:00	Домашний кинотеатр
	«Песочные замки» - играем вместе с детьми	14:00	Детская площадка
	«Юный доктор» Познавательное мероприятие для детей. Поделки своими руками на тему мероприятия. <i>Оплата по прейскуранту.</i>	15:00	Встреча в холле мед.корпуса
	Турнир по настольному теннису среди отдыхающих. <i>Оплата по прейскуранту.</i>	16.00	РК «Non Stop», 2-ой этаж
	Художественный фильм. <i>Вход свободный.</i>	19:00	Домашний кинотеатр



	Игры на воде	20:00	Аквапарк
21 июля пятница	Экскурсия «К горным вершинам» <i>Оплата по преискуранту.</i>	11:00	Сбор в холле РК в 10:50
	Мультфильм. <i>Вход свободный.</i>	12:00	Домашний кинотеатр
	Встреча со сказочным персонажем - ростовая кукла	14:00	ДО
	Квест «В поисках пиратского клада» <i>Оплата по преискуранту.</i>	15:00	Встреча в холле РК
	Турнир по бильярду. <i>Оплата по преискуранту.</i>	16:00	РК «Non Stop», 2-ой этаж
	Художественный фильм. <i>Вход свободный.</i>	17:00	Домашний кинотеатр
	Живой вокал.	19:00	Кафе «Летний дворик»
	«Kinder party». Детская дискотека. <i>Оплата по преискуранту.</i>	19.30	Танцпол РК
22 июля суббота	Утренняя зарядка для всех желающих.	10:00	Детская площадка
	Творческий час: поделки своими руками	11:00	РК «Non Stop» 2-ой этаж
	Мультфильм. <i>Вход свободный.</i>	12:00	РК
	Встреча со сказочным персонажем-ростовая кукла	14:00	Детская площадка
	«Веселые старты» - спортивное соревнование для всей семьи.	15:00	Детская площадка
	«Поролоновая страна» - развлекательное мероприятие для детей. <i>Оплата по преискуранту.</i>	16:00	Киноконцертный зал РК
	Художественный фильм. <i>Вход свободный.</i>	17:00	Домашний кинотеатр
	Развлекательное мероприятие для детей и взрослых. <i>Оплата по преискуранту.</i>	20:00	Аквапарк
	Живой вокал. <i>Вход свободный.</i>	19:00	Кафе «Летний дворик»
	Ночная дискотека. <i>Оплата по преискуранту.</i>	23:00	Танцпол РК
23 июля воскресенье	Утренняя зарядка для всех желающих.	10:00	РК «Non Stop» 2-ой этаж
	Творческий час для детей: поделки своими руками	11:00	Встреча в холле РК «Non Stop»
	Мультфильм. <i>Вход свободный.</i>	12:00	Домашний кинотеатр
	Пляжный волейбол.	15:00	Остров, ГЛЦ
	«Игры нашего двора» - активные игры на свежем воздухе.	16:00	Остров, ГЛЦ
	Стрельба из лука	19:00	Детская площадка
	Ночная вечеринка	23:00	РК 2 этаж
24 июля понедельник	Обзорная пешая экскурсия по ДО «Абзаково».	10:00	Сбор в холле РК
	Творческий час для детей: аппликация	11:00	Сбор в холле РК

	Мультфильм. <i>Вход свободный.</i>	12:00	Домашний кинотеатр РК
	Турнир по БОУЛИНГУ среди отдыхающих. <i>Оплата по преискуранту.</i>	15:00	РК «Non Stop», 2-ой этаж
	Скандинавская ходьба. <i>Оплата по преискуранту.</i>	15:00	Сбор в мед.корпусе
	«Юный шеф-повар» - кулинарное мероприятие для детей. <i>Оплата по преискуранту.</i>	16:00	Кафе «Алтын»
	Мини-футбол	19:00	Детская площадка
25 июля вторник	Творческий час для детей: оригами <i>Оплата по преискуранту.</i>	11.00	Сбор в холле РК
	Мультфильм. <i>Вход свободный.</i>	12:00	Домашний кинотеатр
	Встреча со сказочным персонажем - ростовая кукла	14:00	ДО
	«Юный зоолог» Знакомство с животными с помощью игр, загадок и слайд-шоу. Поделки своими руками на тему мероприятия. <i>Оплата по преискуранту.</i>	15.00	Встреча в холле. Контактный зоопарк.
	Художественный фильм. <i>Вход свободный.</i>	16:00	Домашний кинотеатр
	Развлекательное анимационное мероприятие для детей «В мире животных».	16:00	Детская площадка
	Танцуем вместе	19:00	Детская площадка
26 июля среда	Утренняя зарядка для детей и взрослых	10:00	РК «Non Stop», 2-ой этаж
	Экскурсия на Синие скалы. <i>Оплата по преискуранту.</i>	10:00	Сбор в холле РК «Non Stop»
	Творческий час для детей: рисование пальчиковыми красками <i>Оплата по преискуранту.</i>	11:00	РК «Non Stop», 2-ой этаж
	Мультфильм. <i>Вход свободный.</i>	12:00	Домашний кинотеатр
	КВЕСТ «Индейцы острова Хаски» <i>Оплата по преискуранту.</i>	15:00	Остров, ГЛЦ
	Анимационная программа «В гостях у сказки».	17:00	Детская площадка
	«Вечер самодеятельности». Мероприятие для всех желающих — по демонстрации своего таланта. <i>Вход свободный.</i>	19:00	Киноконцертный зал
27 июля четверг	Утренняя зарядка и розыгрыш медицинских услуг «День здоровья».	10:00	Мед.корпус
	Творческий час для детей: плетение из мулине <i>Оплата по преискуранту.</i>	11.00	Сбор в холле РК
	Мультфильм. <i>Вход свободный.</i>	12:00	Домашний кинотеатр
	«Песочные замки» - играем вместе с детьми	14:00	Детская площадка
	«Юный доктор» Познавательное мероприятие для детей. Поделки своими руками на тему мероприятия. <i>Оплата по преискуранту.</i>	15:00	Встреча в холле мед.корпуса



	Турнир по настольному теннису среди отдыхающих. <i>Оплата по прейскуранту.</i>	16:00	РК «Non Stop», 2-ой этаж
	Художественный фильм. <i>Вход свободный.</i>	19:00	Домашний кинотеатр
	Игры на воде	20:00	Аквапарк
28 июля пятница	Экскурсия «К горным вершинам» <i>Оплата по прейскуранту.</i>	11:00	Сбор в холле РК в 10:50
	Мультфильм. <i>Вход свободный.</i>	12:00	Домашний кинотеатр
	Встреча со сказочным персонажем - ростовая кукла	14:00	ДО
	Квест «В поисках пиратского клада» <i>Оплата по прейскуранту.</i>	15:00	Встреча в холле РК
	Турнир по бильярду. <i>Оплата по прейскуранту.</i>	16:00	РК «Non Stop», 2-ой этаж
	Художественный фильм. <i>Вход свободный.</i>	17:00	Домашний кинотеатр
	Живой вокал.	19:00	Кафе «Летний дворик»
	«Kinder party». Детская дискотека. <i>Оплата по прейскуранту.</i>	19.30	Танцпол РК
29 июля суббота	Утренняя зарядка для всех желающих.	10:00	Детская площадка
	Творческий час: поделки своими руками <i>Оплата по прейскуранту.</i>	11:00	РК «Non Stop» 2-ой этаж
	Мультфильм. <i>Вход свободный.</i>	12:00	Малый кинозал
	Встреча со сказочным персонажем-ростовая кукла	14:00	Детская площадка
	«Веселые старты» - спортивное соревнование для всей семьи.	15:00	Детская площадка
	«Поролоновая страна» - развлекательное мероприятие для детей. <i>Оплата по прейскуранту.</i>	16:00	Киноконцертный зал РК
	Художественный фильм. <i>Вход свободный.</i>	17:00	Домашний кинотеатр
	Живой вокал. <i>Вход свободный.</i>	19:00	Кафе «Летний дворик»
	Развлекательное мероприятие для детей и взрослых. <i>Оплата по прейскуранту.</i>	20:00	Аквапарк
	Ночная дискотека. <i>Оплата по прейскуранту.</i>	23:00	Танцпол РК
30 июля воскресенье	Утренняя зарядка для всех желающих.	10:00	РК «Non Stop» 2-ой этаж
	Творческий час для детей: поделки своими руками	11:00	Встреча в холле РК «Non Stop»
	Мультфильм. <i>Вход свободный.</i>	12:00	Домашний кинотеатр
	Экскурсия в зоопарке	14:00	Зоопарк
	Пляжный волейбол.	15:00	Остров, ГЛЦ
	«Игры нашего двора» - активные игры на свежем воздухе.	16:00	Остров, ГЛЦ

	Стрельба из лука	19:00	Детская площадка
	Ночная вечеринка	23:00	РК 2 этаж
31 июля понедельник	Обзорная пешая экскурсия по ДО «Абзаково».	10:00	Сбор в холле РК
	Творческий час для детей: аппликация	11:00	Сбор в холле РК
	Мультфильм. <i>Вход свободный.</i>	12:00	Домашний кинотеатр РК
	Турнир по БОУЛИНГУ среди отдыхающих. <i>Оплата по прейскуранту.</i>	15:00	РК «Non Stop», 2-ой этаж
	Скандинавская ходьба. <i>Оплата по прейскуранту.</i>	15:00	Сбор в мед.корпусе
	«Юный шеф-повар» - кулинарное мероприятие для детей. <i>Оплата по прейскуранту.</i>	16:00	Кафе «Алтын»
	Мини-футбол	19:00	Детская площадка