

## **Nowe Centrum Aktywności Seniorów**

adres - os. Zielone 22

kontakt – tel. 733 956 640

e-mail: [fundacja@nowecentrum.org](mailto:fundacja@nowecentrum.org)

Decyzją Urzędu Miasta Krakowa od dnia 16 października 2020 r. wszystkie zajęcia stacjonarne i plenerowe zostają zawieszane do odwołania.

**CAS pełni dyżur stacjonarny i telefoniczny od poniedziałku do piątku w godzinach 9:00 - 13:00. W Wigilię i Sylwestra dyżur tylko telefoniczny.**

Służymy w tym czasie radą, pomocą na miarę naszych możliwości, można zgłaszać potrzebę zrobienia zakupów, wyprowadzania psów. Do osób potrzebujących wyślemy wolontariuszy.

**W godzinach 10:00 - 14:00 przyjmujemy zgłoszenia na zrobienie zakupów.**

**Prowadzimy niektóre zajęcia online**

**OBOWIĄZUJE OD 24.12.2020**

*data dzienna*

**Harmonogram zajęć stałych – grudzień 2020**

*miesiąc*

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	10.00 - 12.00	Zajęcia wokalne - Chór Gospel	ZAJĘCIA ONLINE na platformie Webex. Uczestnicy otrzymują link do zajęć. Osoby chcące dołączyć do grupy mogą zgłaszać się pod adresem <a href="mailto:fundacja@nowecentrum.org">fundacja@nowecentrum.org</a>
	16.00 - 17.00	Gimnastyka on line	ZAJĘCIA ONLINE dla uczestników CAS, obowiązują zapisy do grupy przez profil Facebook trenera - Jakuba Bema
wtorek	9.00 - 9.40	Język angielski - grupa zaawansowana	ZAJĘCIA ONLINE dla uczestników CAS na platformie Zoom. Uczestnicy będą otrzymywać link do zajęć. Osoby chcące dołączyć do grupy mogą zgłaszać się pod adresem <a href="mailto:fundacja@nowecentrum.org">fundacja@nowecentrum.org</a>
	10.15 - 10.55	Język angielski - grupa podstawowa	ZAJĘCIA ONLINE dla uczestników CAS na platformie Zoom. Uczestnicy będą otrzymywać link do zajęć. Osoby chcące dołączyć do grupy mogą zgłaszać się pod adresem <a href="mailto:fundacja@nowecentrum.org">fundacja@nowecentrum.org</a>

	11.00 - 12.00	Gimnastyka on line	ZAJĘCIA ONLINE dla uczestników CAS, obowiązują zapisy do grupy przez profil Facebook trenera - Jakuba Bema
środa	16.00 - 17.00	Gimnastyka on line	ZAJĘCIA ONLINE dla uczestników CAS, obowiązują zapisy do grupy przez profil Facebook trenera - Jakuba Bema
czwartek	11.00 - 11.40	Trening pamięci - <b>zajęcia 24.12.2020 oraz 31.12.2020 odwołane</b>	ZAJĘCIA ONLINE dla uczestników CAS na platformie Zoom. Uczestnicy będą otrzymywać link do zajęć. Osoby chcące dołączyć do grupy mogą zgłaszać się pod adresem <a href="mailto:fundacja@nowecentrum.org">fundacja@nowecentrum.org</a>
	11.00 - 12.00	Gimnastyka on line - <b>zajęcia tylko 31.12.2020</b>	ZAJĘCIA ONLINE dla uczestników CAS, obowiązują zapisy do grupy przez profil Facebook trenera - Jakuba Bema
piątek	16.00 - 17.00	Gimnastyka on line - <b>zajęcia 25.12. nie odbędą się</b>	ZAJĘCIA ONLINE dla uczestników CAS, obowiązują zapisy do grupy przez profil Facebook trenera - Jakuba Bema

## Zajęcia dodatkowe w grudniu 2020:

*miesiąc*

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
17.12.2020	16.00	Spotkanie świąteczne	Spotkanie online dla uczestników CAS na platformie Zoom.