

Centrum Aktywności Seniorów „Młodzi duchem”

adres: os. Dywizjonu 303 (w XXX LO)

telefon: 722-102 173

e-mail: lokomotywa@gmail.com

CAS czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

Poniedziałek	8:00 -12:00
Wtorek	8:00 -14:00
Środa	8:00 -12:00
Czwartek	12:00 -17:00
Piątek	8:00 – 12:00

CAS prowadzi część zajęć w plenerze, część zajęć on-line, dostępne na przeglądarce ZOOM:

Poniżej stałe linki do zajęć:

Nowe technologie, cyfrowe SOS,

<https://us02web.zoom.us/j/2575287264?pwd=QWFWRERLVEVvaDJJemw5U1ppTEQrZz09>

gimnastyka,

<https://zoom.us/j/4261684737?pwd=bHg2czUya3FpR2NIS0RETdNeW5tdz09>

angielski, hiszpański

<https://us04web.zoom.us/j/77165615718?pwd=K2xMYzkyTDN1MEp5VThqMzV5KzZRZz09>

OBOWIĄZUJE OD 1 października 2021**HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH październik 2021**

dzień tygodnia	Godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek	8:30-9:15	Gimnastyka	Zajęcia on-line na ZOOM
Poniedziałek	8:00 -9:30	Czas seniora– gry plenerowe, gry planszowe	Plener lub CAS

Poniedziałek 11	12:00 – 16:00	Wędrówki piesze Politechnika Krakowska plus wystawa „W stronę ciemności”	Zbiórka Barbakan godz.12:00 Zapisy Tel. 515 771 067
Poniedziałek	10:00-12:00	Język angielski Poziom średni	Zajęcia on-line ZOOM
Wtorek	8:30-9:15	Gimnastyka	Plener lub CAS
Wtorek 5	10:30 – 12:30	Wiedza obywatelska	
Wtorek 12	10:30-12:30	Dzień wolontariusza Poczęstunek- ciasto, kawa, muzyka	CAS Wolontariat
Wtorek	12:30 -14:00	Warsztaty wokalne, chór	CAS
Wtorek 19,26	10:30 -12:00	Dyżur, sprzątanie CAS	Wolontariat
Środa	10:00 -11:00	Język angielski Podstawowy	Zajęcia on-line ZOOM
	11:00-12:00	Język hiszpański	
Środa	8:00 – 8:45	Czas seniora, gry plenerowe, gry planszowe itp.	Plener lub CAS
Środa	9:00 – 10:30	Zdrowe odżywianie Warsztaty z dietetykiem	CAS

Czwartek	12:45 -14:45	Nowe technologie Tematykę zajęć dostosowujemy do bieżących potrzeb	Zajęcia on-line na platformie ZOOM Robert Tel.506 830
Czwartek	15:15 -16:45	Taniec w kręgu, taniec liniowy	CAS – korytarz szkolny
Piątek	11:00 – 13:00	Nowe technologie	Zajęcia on line ZOOM Robert 506 830 649
Piątek	13:00 -14:30	Cyfrowe SOS zajęcia pomocowe	Zajęcia on line lub CAS

Zajęcia dodatkowe

dzień tygodnia	Godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Sobota	13:30-14:15	Basen (zapisy u koordynatora)	Handlowe 4

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy