

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	9:00 -14:00
Środa	8:00 -12:00
czwartek	12:00 -17:00
Piątek	8:00 – 12:00

CAS prowadzi część zajęć w plenerze, w CAS, 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 22 listopada 2021

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH

Listopad 2021

dzień tygodnia	Godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek	8:30-9:15	Gimnastyka	Zajęcia on-line na ZOOM
Poniedziałek	8:00 -8:45	Czas seniora– gry plenerowe, gry planszowe	Plener lub CAS
Poniedziałek	10:00-12:00	Język angielski Poziom średni	Zajęcia on-line ZOOM
Wtorek	10:00 -10:45	Gimnastyka	CAS
Wtorek	12:30 -14:00	Warsztaty wokalne, chór	CAS
Wtorek	11:00 -12:30	Dyżur, sprzątanie CAS	Wolontariat
Środa	10:00 -11:00	Język angielski Podstawowy	Zajęcia on-line ZOOM

Środa	11:00-12:00	Język hiszpański	
Środa	8:00 – 8:45	Czas seniora, gry plenerowe, gry planszowe, przygotowywanie dekoracji świątecznych	Plener lub 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 18,25	15:15 -16:45	Taniec w kręgu, taniec liniowy	CAS – korytarz szkolny
Czwartek 4	10:00 -13:00	Warsztaty z samoobrony	I grupa 10-11:30 II grupa 11:30 -13:00
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

Sobota	13:30-14:15	Basen	Handlowe 4
Sobota 27	14:00 -18:00	Zbiórka żywności z Bankiem żywności	M1 wolontariat Seniorzy + młodzież szkolna
Wtorek 23	18:00	Koncert Piosenek	NCK zakup biletów

		francuskich	ze zniżką 50% na hasło Senior
24 Środa	19:00	Spektakl Słoneczni chłopcy	Teatr KTO ul. Zamojskiego 50 zapisy u koordynatora

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy