

Centrum Aktywności Seniorów „Złoty Wiek”
 adres - ul. Kurczaba 25 w Krakowie
 kontakt – tel. tel. 799-070-616
 e-mail: cas.zloty.wiek.np@gmail.com

Na zajęciach stacjonarnych obowiązują reguły sanitarne zgodnie z wytycznymi MRPiPS oraz Państwowej Inspekcji Sanitarnej

https://drive.google.com/file/d/1EKqzy9h94XNTY3F1oEjLwUEzS_m4rUPI/view?usp=sharing

Od poniedziałku do piątku w godzinach od 10:00 – 14:00 koordynator jest do Państwa dyspozycji i udziela wszelkiej pomocy przez email i telefonicznie.

Obowiązuje od 3 sierpnia 2020

Harmonogram zajęć stałych – sierpień 2020

dzień	godz. od-do	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek	12.00 -13.30	Zajęcia taneczne 3; 10; 31 Stała grupa 12 osób	Sala widowiskowa https://forms.gle/9ZGyxRzx78pySqAR9
	11.00-12.00	Spotkanie integracyjne 3	Sala widowiskowa https://forms.gle/iJnBDDYDkGoYq977
	10.00-13.00	Wycieczka: Dzieje Żydów Krakowskich z przewodnikiem; 17	. Zbiórka Stara Synagoga g.10:00 https://forms.gle/KiQPLiRPGSfKVWKA
wtorek	11.00 -11.45	Gimnastyka ogólnorozwojowa 4; 11; 18; 25/ 1 stała grupa 10 osób	Sala widowiskowa https://forms.gle/QB6LnUSbKVMTsahQ8
	12.00 – 12.45	Gimnastyka ogólnorozwojowa 4; 11; 18; 25/ 2stała grupa 10 osób	

	9.00 – 11.00	Trening pamięci 4 Stała grupa 15 osób	Sala widowiskowa https://forms.gle/uZzhvYjY3TYqfApw5
	9.15 – 10.45	Wokalno – teatralno 11; 18; 25 Stała grupa 15 osób	Sala widowiskowa https://forms.gle/2dvFrkFffbAZqxUa6
Środa	9.45 – 18.45	Turystyka krajowa ; 5 Wyjazd do Jaworzna Gródek	Zbiórka MDA Max.10 osób https://forms.gle/DV1A9A2ZNKXrQtKg8
	10.00 – 12.00	Rękodzieło (2) 12; 26 zajęcia w plenerze – Park Lili Wenedy	Zbiórka wejście od ulicy Lili Wenedy https://forms.gle/RsdS75uazFZwmzU99
	10.00 – 12.00	Rękodzieło (3) 19 zajęcia w plenerze – Park Lili Wenedy	Zbiórka wejście od ulicy Lili Wenedy https://forms.gle/SwrEjsdBWhDCqcG17
	9.00 – 13.00	Zdrowy styl życia 12; 19; 26 zajęcia w plenerze – Park Lili Wenedy	Zbiórka wejście od ulicy Lili Wenedy https://forms.gle/3nQNzyUL4eSweJXQ7
Czwartek	13.00 – 15.00	Rękodzieło (fłorystyka) 6; 13; 20; 27	Sala widowiskowa https://forms.gle/f9AKsfXHKBA5SF2D8
Piątek	9.30 – 11.00	Zajęcia teatralno – wokalne 7; 28	Sala widowiskowa https://forms.gle/2dvFrkFffbAZqxUa6

Uwaga!!!

Na wszystkie zajęcia obowiązują samodzielne zapisy przez formularz, który automatycznie generuje listy obecności uczestników zajęć.

Na zajęciach stacjonarnych obowiązują reguły sanitarne zgodnie z wytycznymi MRPiPS, z którymi obowiązkowo należy się zapoznać