

Centrum Aktywności Seniorów „Uskrzydleni Wiekem”

kontakt: fundacja@uskrzydleniwiekem.pl tel. 511 200 011

Decyzją Urzędu Miasta Krakowa od dnia 12 marca 2020 r. wszystkie zajęcia stacjonarne zostają zawieszane do odwołania.

Koordinator Centrum Aktywności Seniorów pełni dyżur telefoniczny od poniedziałku do piątku w godzinach 10:00 – 14:00 (w miarę możliwości służymy radą, pomocą oraz można zgłaszać potrzebę zrobienia zakupów, która zostaną przekazana wolontariuszom). Seniorze zostań w domu!

O B O W I A Ż U J E O D 10.09.2020

Harmonogram zajęć online – wrzesień 2020 r.

Zajęcia online odbywają się platformie ZOOM.US a link do zajęć jest udostępniany po wcześniejszym kontakcie z koordynatorem.
Osoby raz zapisane na zajęcia online nie muszą ponownie się zgłaszać.

Dzień	Godzina	Rodzaj zajęć		Uwagi
<u>Poniedziałek</u>	9.00-10.00	Trening pamięci online		
	10.00-11.00	Zajęcia komputerowe online		
<u>Wtorek</u>	10.00-11.00	Kurs języka angielskiego online		
<u>Środa</u>	12.30-14.00	Gimnastyka rehabilitacyjna z relaksacją online		

<u>Czwartek</u>	12.30-14.00	Gimnastyka rehabilitacyjna z relaksacją online		
<u>Piątek</u>	9.00-11.00 11.30-13.00	Warsztaty wokalne online Gimnastyka rehabilitacyjna z relaksacją online	Tylko jeden raz 11.09	

ZAJĘCIA DODATKOWE – wrzesień 2020

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
17.09	15.00	Cykl spacerów „Zwiedzamy kościoły gotyckie Krakowa” –kościół Franciszkanów	Zbiórka pod kościołem Franciszkanów
19.09	12.30-13.30	Rejs statkiem po Wiśle	