

Centrum Aktywności Seniorów „Seniorzy nauczycielami życia”

adres - Kraków, os. Górali 23

kontakt – tel. 608 47 37 67

e-mail: cas@gaudiumetspes.pl

Z dniem 14 września 2020 r. kolejny raz powracamy do zajęć stacjonarnych i jak dotychczas w plenerze.

Zajęcia stacjonarne będą prowadzone przy zachowaniu wszystkich procedur zawartych w Rekomendacjach Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej, Ministerstwa Zdrowia oraz Głównego Inspektora Sanitarnego m. in. zachowania odległości pomiędzy uczestnikami zajęć, dezynfekcji rąk i pomieszczeń.

Uczestnicy CAS Seniorzy nauczycielami życia chcący uczestniczyć w zajęciach po zapoznaniu się z instrukcją zachowania w CAS potwierdzą w pisemnych oświadczeniach wolę uczestniczenia w nich na proponowanych warunkach.

NADAL CAŁY CZAS DBAJCIE O SIEBIE

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	9.00 – 13.00
wtorek	9.00 – 13.00
środa	9.00 – 13.00
czwartek	9.00 – 13.00
piątek	9.00 – 13.00

Nadal prowadzimy telefoniczne lub email udzielanie informacji i pomocy na miarę naszych możliwości. Możemy pomóc w zrobieniu zakupów i dostarczeniu ich przez wolontariuszy. Prosimy zgłaszać swoje potrzeby

OBOWIĄZUJE od 14.09.2020 r.

Harmonogram zajęć stałych – WRZESIEŃ 2020 r.

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek 14,21,28	11.00-12.00 12.00 -13.00	kurs z obsługi nowych technologii nowa grupa grupa średnio zaawansowana	Os. Górali 23 „pod czołgiem”
Poniedziałek 14,21,28,	7,45 – 8,30 8,30 – 9,15	I grupa nordic walking II grupa nordic walking	Zbiórka Przed bud. Nowohuckiego Centrum Kultury
Wtorek 15,22,29	10,00 – 11,00 11,00 – 12,00	kurs wiedzy obywatelskiej (szczególnie dot. spraw samorząd.) I, II grupa	Os. Górali 23 „pod czołgiem”
Środa 16,23,30	8,30 – 9,15 9,15 – 10,00	Gimnastyka I grupa II grupa	Os. Górali 23 „pod czołgiem”
Środa 16,23,30	10,00 - 11,00 11,00 - 12,00	Kurs plastyczny z elementami grafiki I grupa II grupa	Zajęcia plenerowe w Parku Ratuszowym W razie deszczu os. Górali 23 „pod czołgiem”
Środa 16,23,30	14,00 – 14,45 14,45 – 15,30	Kurs tańca towarzyskiego	Aula Zespołu Szkół Mechanicznych os. Szkolne 37
Czwartek 17,24	8.30- 9.30 9.30-10.30 10.45 -11.45 11.45-12.45	kurs nr 1 jęz. angielskiego grupa początkująca I grupa początkująca II kurs nr 2 języka angielskiego grupa zaawansowana I grupa zaawansowana II	Os. Górali 23 „pod czołgiem”
Czwartek 17,24	14,00-15,30	Zajęcia artystyczne	Aula Zespołu Szkół Mechanicznych os. Szkolne 37

Zajęcia dodatkowe w wrześniu 2020 r.

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
15.09.2020	11,00 – 13,00	Spotkanie pielgrzymkowe do Kościoła Matki Bożej Częstochowskiej os. Szklane Domy w Nowej Hucie	Os. Szklane Domy 7
22.09.2020	13,00	Wystawa „Krakowska nostalgia – kadry minione” i zwiedzanie ICE	ICE Centrum Kongresowe w Krakowie.

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.