

Centrum Aktywności Seniorów „Młodzi duchem”

adres: os. Dywizjonu 303 (w XXX LO)

dyżur telefoniczny od poniedziałku do piątku: 9:00-13:00 tel.722 -102-173

Oprócz zajęć on-line, część odbywa się w plenerze.

Niektóre zajęcia odbywają się on-line, dostępne na przeglądarce ZOOM.

Poniżej link do zajęć z języka angielskiego:

<https://us04web.zoom.us/j/8144504792?pwd=RzlnUDBnb1o4WG5FWXd0Y1ZreXlsQT09>

OBOWIĄZUJE OD 9 października 2020

HARMONOGRAM ZAJĘĆ ON-LINE oraz w plenerze

Październik 2020

dzień tygodnia	Godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek	8:30-9:15	Gimnastyka	Plener, zajęcia w parku lub na korytarzu szkolnym Zbiórka pod CAS Zapisy 722 102 173 19.01 gimnastyka odwołana
Poniedziałek	10:00 -12:00	Język angielski średni	Zajęcia na platformie ZOOM
Wtorek	10:15 – 11:45	Warsztaty wokalne, chór	

Wtorek 20.10 27.10	12:15 -13:00	gimnastyka	Zajęcia za poniedziałek 19.10 oraz piątek 4.09 zajęcia w plenerze
Wtorek	12:00-14:00	Dyżur, zapisy	Wolontariat
Wtorek 13.10	10:40 -14:40	Wędrówki piesze Muzeum Czartoryskich	Zbiórka g. 10:40 Barbakan
Wtorek	15:00-17:00	Spotkania integracyjne, czas seniora (różne rodzaje aktywności – kijki, śpiewanie piosenek, gry planszowe, rękodzieło itp.	Zajęcia na zewnątrz, park Zbiórka pod CAS
Środa	10:00 -11:00	Język angielski Poziom podstawa	Na platformie ZOOM
	11:00-12:00	Język hiszpański	Na platformie ZOOM

Środa	12:00-13:00	Czas seniora (Różne rodzaje aktywności)	W parku lub na korytarzu Zbiórka pod CAS
Środa 7.10	9:30 -11:30	Warsztaty z samoobrony	Spotkanie w CAS, zajęcia na zewnątrz
14,21,28	11:30 – 13:00	Mediacje	
	14:30- 16:00	Cyfrowe SOS- pomoc w rozwiązywaniu problemów, konsultacje	Spotkania w CAS, tel. Andrzej 505 619 956
Czwartek	13:00 -15:00	Nowe technologie Podstawy- Smartfony	Zapisy Robert Tel.506 830 649 Zajęcia na zewnątrz lub na korytarzu
Czwartek	15:15 -16:45	Taniec w kręgu, taniec liniowy	Zajęcia na placu przyszkolnym, w razie deszczu na korytarzu
Piątek	9:00-11:00	Nowe technologie- Poziom średni	zajęcia na zewnątrz lub na korytarzu.

Piątek	12:30- 13:15	Gimnastyka	Zajęcia w plenerze, w razie deszczu na korytarzu
Piątek	13:15-14:15	Trening umysłu	Zajęcia w plenerze lub na korytarzu
Sobota 10.10	9:45-13:45	Wędrówki piesze Fort Węgrzce i Fort Łysa Góra	Zbiórka 9:45 Pl. Centralny koło apteki Ziko

Osoby korzystające z zajęć w plenerze obowiązane są do przestrzegania zaleceń sanitarnych Min.Zdrowia.