

## Centrum Aktywności Seniorów KS Wróblowianka

Adres: Kraków, ul. Wróblowicka 58

telefon: 506-851-869

e-mail: [halinaolech@wp.pl](mailto:halinaolech@wp.pl)

**Zgodnie z decyzją Urzędu Miasta Krakowa  
od dnia 16.10.2020 r.,  
wszystkie zajęcia stacjonarne zostają zawieszane do odwołania.**

**Dla Państwa pełnimy dyżur telefoniczny pod numerem 506 851 869  
od poniedziałku do piątku w godzinach:**

poniedziałek	10.00-14.00
wtorek	16.00-20.00
środa	10.00-14.00
czwartek	10.00-14.00
piątek	10.00-14.00

## HARMONOGRAM ZAJĘĆ ZDALNYCH – LISTOPAD 2020

**O BOWIĄZUJE OD 01 listopada-30 listopada 2020**

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	11.00-12.10	FIZYKOTERAPIA	<a href="https://us05web.zoom.us/j/84079318634">https://us05web.zoom.us/j/84079318634</a>
	12.30-14.00	GRY PAMIĘCIOWE, LOGICZNE I INNE	<a href="https://us04web.zoom.us/j/2705740198">https://us04web.zoom.us/j/2705740198</a>
wtorek	16.00-17.10	FITNES ZDROWY KRĘGOSŁUP	<a href="https://us04web.zoom.us/j/6535778364">https://us04web.zoom.us/j/6535778364</a>

wtorek	17.10-18.20	1. Warsztaty na temat poprawy zdrowia psychicznego 2. Tajemnice ludzkiego ciała, odkryj ,czego o sobie nie wiesz	<a href="https://us04web.zoom.us/j/6535778364">https://us04web.zoom.us/j/6535778364</a> <a href="https://us05web.zoom.us/j/84079318634">https://us05web.zoom.us/j/84079318634</a>
	18.30-20.00	ZAJĘCIA TEATRALNE	<a href="https://zoom.us/j/6251008872?pwd=bjEvZEtFYU-pBRVdTclRRMnpj-MEN0Zz09">https://zoom.us/j/6251008872?pwd=bjEvZEtFYU-pBRVdTclRRMnpj-MEN0Zz09</a>
środa	11.00-12.10	FITNES ZDROWY KRĘGOSŁUP	<a href="https://us04web.zoom.us/j/6535778364">https://us04web.zoom.us/j/6535778364</a>
	12.00-13.10	ZAJĘCIA KOMPUTEROWE	<a href="https://us04web.zoom.us/j/2705740198">https://us04web.zoom.us/j/2705740198</a>
czwartek	11.00-12.10	ĆWICZENIA Ogólno rozwojowe	<a href="https://us05web.zoom.us/j/84079318634">https://us05web.zoom.us/j/84079318634</a>
piątek	10.00-11.10	ZAJĘCIA KOMPUTEROWE	<a href="https://us04web.zoom.us/j/6535778364">https://us04web.zoom.us/j/6535778364</a>
	11.15-12.25	Zajęcia z gimnastyki, oraz wykład na temat poprawy odporności	<a href="https://us04web.zoom.us/j/6535778364">https://us04web.zoom.us/j/6535778364</a>
	12.30-14.00	Zajęcia Teatralne	<a href="https://zoom.us/j/6251008872">https://zoom.us/j/6251008872</a>

**W tym czasie możecie Państwo kontaktować się z nami w sprawie:**

**Pomocy przy organizowaniu zakupów dla seniorów**

**Dorady i pomocy dla członków naszego CAS na miarę naszych możliwości**

**Wsparcia telefonicznego i innych**

***Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy***