



Centrum Aktywności Seniorów *Radosny Senior*

Biuro CAS zamknięte z powodu pandemii do odwołania.
Dyżury telefoniczne pod nr. tel. 515 281 211 lub 882 885 767

e-mail: radosnysenior@interia.pl

Poniedziałek	10.00 - 14.00
Wtorek	10.00 - 14.00
Środa	10.00 - 14.00
Czwartek	10.00 - 14.00
Piątek	10.00 - 14.00

OBOWIAZUJE OD 03 Listopada 2020 r.

Harmonogram zajęć stałych – *Listopad 2020r.*

dzień	Godzina	rodzaj zajęć	uwagi:
Poniedziałek	15.45 - 16.45	Ćwiczenia pamięci	Zajęcia Online Skype
	16.45 – 17.45	Gry logiczne	Zajęcia Online Skype
Wtorek	9.00 – 10.00	Zajęcia z języka angielskiego poziom komunikatywny.	Zajęcia Online Skype konwersacje.
	15.00 – 16.00	Zagadki muzyczne (od 10.11.2020r.)	Zajęcia ZOOM https://us05web.zoom.us/j/85977529734?pwd=eFZ0U1ByTU9ZMmFLQzMvaGljSExNQT09
Środa	8.30 – 9.30	Gimnastyka	Zajęcia Online Skype
Czwartek	9.00 – 10.30	Zajęcia z języka angielskiego poziom komunikatywny,	Zajęcia Online Skype konwersacje.
	11.00 – 12.00	Depresja w naszym życiu (spotkanie z psychologiem)	Zajęcia Online Skype

Czwartek	12.30 – 13.30	Spacer po Krakowie – Ciąg dalszy, nowa część cmentarza rakowickiego	Zajęcia Online Youtube: https://www.youtube.com/channel/UCeBF936JRw_o-3H6CnTiKjw?view_as=subscriber
	13.00 – 14.00	Zajęcia poprawiające ogólną sprawność – ZUMBA	Zajęcia Online Skype
Piątek			

Zajęcia dodatkowe od 03 Listopada 2020 r.

Data	godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
02.11.2020r.	11.00 – 13.00	Senior dla Seniora (drobne upominki na poprawę humoru).	Dostawa przez wolontariuszy na rowerach.

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.