



Centrum Aktywności Seniorów –Cyfrowe Centrum II

Osiedle Centrum E 18, Kraków

Kontakt: tel. **506 303 304**

(**nowy numer** - informacja w godzinach otwarcia CAS)

e-mail: biuro@fabrykainicjatyw.pl

Szanowni Państwo, decyzją nr 138/2020 Wojewody Małopolskiego z dn. 14.10.2020 r.
działalność stacjonarna Centrów Aktywności Seniorów zostaje zawieszona

do odwołania.

Dyżur telefoniczny CAS w godzinach od 10:00 do 14:00

pod nr telefonu: 506 303 304

Zajęcia zamknięte online będą prowadzone przez aplikację meet google lub na grupie zamkniętej na profilu na Facebooku.

Masz problemy z dostępem do aplikacji Meet google skontaktuj się z nami

– tel. 501148630 - pomożemy.

Na wszystkie zajęcia online obowiązują zapisy telefonicznie 506 303 304 lub wpis na listę obecności przez formularz online w dniu zajęć.

OBOWIĄZUJE OD 24.11.2020 r.

HARMONOGRAM ZAJĘĆ ONLINE – listopad 2020 r.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
Poniedziałek	14:00 do 15:00	Język angielski – online (zaawansowany)	https://meet.google.com/ads-gqgc-tpu - zajęcia interaktywne
	16:00 do 17:30	Fotografia - portret i zdjęcia rodzinne – zajęcia online z wykorzystaniem smartphona	https://meet.google.com/iub-wtnh-gzu zajęcia interaktywne taki sam link jak do zajęć komputerowych -transmisja na grupie https://www.facebook.com/groups/158076512072662/ Zajęcia od 2.11.2020
Wtorek	9:00 do 10:00	Poranny rozruch – zajęcia online	-transmisja na grupie https://www.facebook.com/groups/158076512072662/ Rozpoczęcie zajęć od 17.11.2020 r.
	12:30 do 13:30	Gimnastyka umysłu – online	https://meet.google.com/rdi-ubxp-mxi - zajęcia interaktywne Rozpoczęcie zajęć od 17.11.2020 r.
	13:30 do 14:30	Zajęcia językowe – Język angielski online (podstawowy)	https://meet.google.com/iub-wtnh-gzu - taki sam link jak do zajęć komputerowych (nowa grupa) - Informacja i zapisy tel. 506 303 304 Zajęcia odwołane w dniu 24.11.2020 r.
	15:00 do 16:00	Zajęcia komputerowe - online	https://meet.google.com/iub-wtnh-gzu -zajęcia interaktywne -transmisja na grupie https://www.facebook.com/groups/158076512072662/

	16:00 do 17:00	Zdrowy styl życia – online	https://www.facebook.com/groups/158076512072662/ -zajęcia odbywać się będą w zamkniętej grupie na Facebooku.
Środa	13:00 do 14:00	Zajęcia Dusza i Ciała – zadbaj o siebie w czasie pandemii - online	https://meet.google.com/rdi-ubxp-mxi - zajęcia interaktywne -transmisja na grupie https://www.facebook.com/groups/158076512072662/ Rozpoczęcie zajęć od 18.11.2020 r.
	14:00 do 15:00	Język angielski – online (zaawansowany)	https://meet.google.com/ads-gggc-tpu -zajęcia interaktywne
Czwartek	10:15 do 11:15	Zajęcia teatralne – online	https://meet.google.com/rdi-ubxp-mxi - zajęcia interaktywne -transmisja na grupie https://www.facebook.com/groups/158076512072662/ Rozpoczęcie zajęć od 12.11.2020 r.
	13:30 do 14:30	Zajęcia językowe – Język angielski online (podstawowy)	https://meet.google.com/iub-wtnh-gzu - taki sam link jak do zajęć komputerowych Informacja i zapisy tel. 506 303 304 (w dniu 5.11.2020) zajęcia odwołane
	15:00 - 16:00	Zajęcia komputerowe – online	https://meet.google.com/iub-wtnh-gzu -zajęcia interaktywne -transmisja na grupie https://www.facebook.com/groups/158076512072662/ (w dniu 5.11.2020) zajęcia odwołane
Piątek	11:00 - 11:45	Aktywny senior (zajęcia sportowe, gimnastyczne) - online	https://meet.google.com/aoz-afdq-fkd

Zajęcia dodatkowe

17.11.2020 (wtorek)	od 15:00	Webinarium pt. „Budżet domowy” – Bank Żywności	meet.google.com/oqa-kdyj-ehm
18.11.2020 (środa)	od 15:00	Webinarium pt. „Żywnienie w cukrzycy” – Bank Żywności	meet.google.com/zjy-qnvz-att
19.11.2020 (czwartek)	od 15:00	Webinarium pt. „Świadome zakupy” – Bank Żywności	meet.google.com/zea-civv-mze
24.11.2020 (wtorek)	od 15:00	Webinarium pt. „Budżet domowy” – Bank Żywności	meet.google.com/qys-pbuj-zss
25.11.2020 (środa)	od 15:00	Webinarium pt. „Żywnienie w cukrzycy” – Bank Żywności	meet.google.com/pyo-vjad-gkx
26.11.2020 (czwartek)	od 15:00	Webinarium pt. „Świadome zakupy” – Bank Żywności	meet.google.com/vdh-tnoi-xwk

Na poszczególne zajęcia obowiązują zapisy. Zapisów można dokonać:

- telefonicznie pod numerem: **506 303 304** (w godzinach otwarcia CAS),
- e-mail: biuro@fabrykainicjatyw.pl

- Obowiązkowo wpisz się na listę obecności, jeśli uczestniczysz w zajęciach
<https://forms.gle/amfc458S17vktLr66>



Centrum Aktywności Seniorów - Cyfrowe
Centrum II
Osiedle Centrum E 18, Kraków



- Jeśli chcesz się zapisać do CAS możesz to również zrobić przez formularz online <https://forms.gle/J4qgQrxYnAMddJ7u7>

Zapraszamy

 **Kraków**

PROJEKT JEST FINANSOWANY
ZE ŚRODKÓW MIASTA KRAKOWA


CENTRUM AKTYWNOŚCI
SENIORÓW

