

Centrum Aktywności Seniorów „Siódemka Centrum”

adres: os. Oświecenia 7 lok.1 a

w związku z pandemią zajęcia odbywają się wyłącznie on-line na platformie ZOOM.

Poniżej stałe linki do zajęć

- **Nowe technologie, spotkania integracyjne:**

<https://us02web.zoom.us/j/2575287264?pwd=QWFWRERLVEMvaDJJemw5U1ppTEQrZz09>

- **gimnastyka:**

<https://zoom.us/j/4261684737?pwd=bHg2czUya3FpR2NIS0RETDDdNeW5tdz09>

- **język angielski i hiszpański:**

<https://us04web.zoom.us/j/77165615718?pwd=K2xMYzkyTDN1MEp5VThqMzV5KzZRZz09>

Dyżur telefoniczny: pon-pt od 10:00 -14:00 TEL. 722 -102 173.

W czasie dyżuru można zgłaszać potrzebę pomocy wolontariusza w zrobieniu zakupów.

OBOWIĄZUJE OD 1 grudnia 2020r

HARMONOGRAM ZAJĘĆ on-line

grudzień 2020

dzień tygodnia	Godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek 7,14,21,28	10:30-12:30	Nowe technologie – zakres zajęć będzie odpowiadał na aktualne potrzeby uczestników.	Zajęcia on line na ZOOM Robert 506 830 649,
Wtorek 1,8,15,22,29	9:00-9:45	Gimnastyka z elementami pilates	Zajęcia on-line ZOOM

Środa 2,9,16,23	9:30-10:15	Integracja –spotkanie dyskusyjne, czas seniora	Zajęcia on-line na ZOOM. Robert 506 830 649
2,9,16,23,30	12:30-14:00	taniec w kręgu (tańce z różnych stron świata)	Zajęcia on-line ZOOM Justyna 604 402 203
Czwartek 3,10,17	9:30 – 10:30	j. angielski podstawa nowa grupa	Zajęcia on-line na ZOOM
Piątek 4,11,18	12:30-13:30	j. angielski podstawowy	Zajęcia on-line na platformie ZOOM
Piątek 4,11,18	13:30-14:30	j. angielski poziom średni	Zajęcia on-line na ZOOM
Piątek 4,11,18	14:30 -15:30	j. hiszpański	Zajęcia on-line na platformie ZOOM