



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 01.12.2020 r.

HARMONOGRAM ZAJĘĆ ONLINE – grudzień 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/
Wtorek	8:30 do 9:30	Poranny rozruch – zajęcia online	-transmisja na grupie https://www.facebook.com/groups/158076512072662/
	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
	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 Ciało – 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/
	14:00 do 15:00	Język angielski – online (zaawansowany)	https://meet.google.com/ads-gqgc-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/
	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
	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/
Piątek	11:00 - 11:45	Aktywny senior (zajęcia sportowe, gimnastyczne) - online	https://meet.google.com/aoz-afdq-fkd

Zajęcia dodatkowe

01.12.2020 r. (wtorek)	od 15:00	Webinarium pt. „Komponowanie posiłków dla seniora” – Bank Żywności	https://meet.google.com/zru-jocy-hnt
2.12.2020 r. (środa)	od 15:00	Webinarium pt. „Domowe środki czystości” – Bank Żywności	https://meet.google.com/ciq-aqvd-czq
8.12.2020 r. (wtorek)	od 15:00	Webinarium pt. „Prawa konsumenta” – Bank Żywności	https://meet.google.com/irb-gxws-tjw
09.12.2020 r. (środa)	od 15:00	Webinarium pt. „Komponowanie posiłków dla seniora” – Bank Żywności	https://meet.google.com/zrx-akwp-qrj
10.12.2020 r. (czwartek)	od 15:00	Webinarium pt. „Domowe środki czystości” – Bank Żywności	https://meet.google.com/qix-oxxt-xcj
od 7.12.2020 r. do 18.12.2020 r.		Świąteczna paczka dla Seniora (przygotowywanie i dostarczanie paczek pod drzwi seniorów przez wolontariuszy).	Zgłoszenia seniorów chcących otrzymać paczkę świąteczną tel. 506 303 304

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

Zapraszamy