



Centrum Aktywności Seniorów „BRONOWICE”

adres – ul. Na Błonie 15b w Krakowie

kontakt – tel. **605 261 515**

e-mail: casbronowice@gmail.com

Decyzją Wojewody Małopolskiego

od dnia 16.X.2020 wszystkie zajęcia stacjonarne zostają zawieszane do odwołania.

CAS pełni dyżury telefoniczne

od poniedziałku do piątku w godzinach 10.00-14.00.

W tym czasie służymy radą, pomocą w miarę naszych możliwości, przyjmujemy zgłoszenia potrzeb zrobienia zakupów, które zostaną przekazane wolontariuszom.

Obowiązuje od 1 grudnia 2020

Harmonogram zajęć stałych – grudzień 2020

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	10.45 – 11.30	Aqua aerobik w basenie	ZAWIESZONE
	10.45 – 13.15	Malarstwo i tkanina artystyczna	7,14,21,28.XII Zajęcia na platformie ZOOM
	17.00-18.00	Kurs obsługi komputera i smartfona	14.XII Zajęcia na platformie ZOOM
Wtorek	10.15-11.45	Nordic walking	ZAWIESZONE
	16.15-17.00	Gimnastyka ogólnousprawniająca	1,8,15,22,29.XII Zajęcia na platformie ZOOM

	17.00 – 19.00	Kurs obsługi komputera i smartfona	15.XII Zajęcia na platformie ZOOM
Środa	9.15-10.45	Trening umysłu	2,9,16,30.XII Zajęcia na platformie ZOOM
Czwartek	10.00 -11.00	Kurs języka angielskiego Grupa zaawansowana	3,10,17.XII Zajęcia na platformie ZOOM
	11.00-12.00	Kurs języka angielskiego Grupa podstawowa	3,10,17.XII Zajęcia na platformie ZOOM
	16.15 – 17.00	Gimnastyka korekcyjna	3,10,17.XII Zajęcia na platformie ZOOM
Piątek	9.00 – 12.00	Kurs obsługi komputera i smartfona	4,18.XII Zajęcia na platformie ZOOM
	13.00-15.00	Rękodzieło z elementami florystyki	4,11,18.XII Zajęcia na platformie ZOOM
	16.15-17.45	Taniec w kręgu	4,11,18.XII Zajęcia na platformie ZOOM

Zajęcia dodatkowe w grudniu 2020:

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
2.XII środa	17.00 -18.00	Bronowicka Akademia Umiejętności Wszelakich „Jak układać żywność w lodówce aby długo zachowała świeżość”	Prowadzi wolontariusz Na platformie ZOOM
3,10,17.XII czwartek	12.00 – 13.00	Rozmawiamy po niemiecku	Prowadzi wolontariusz Zajęcia na platformie ZOOM

7.XII poniedziałek	15.00-17.00	Kurs udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej	Prowadzenie pracownik OSP Tyniec Zajęcia na platformie KLIK
9.XII Środa	17.00-18.00	Bronowicka Akademia Umiejętności Wszelakich „Czy wiesz jak segregować śmieci ?”	Prowadzi wolontariusz Zajęcia na platformie ZOOM
16.XII. Środa	17.00-18.00	Bronowice Akademia Umiejętności Wszelakich „Uczymy się czytać etykiety na żywności”	Prowadzi wolontariusz Zajęcia na platformie ZOOM
30.XII środa	16.00-18.00	Kolędowanie	Prowadzi wolontariusz Zajęcia na platformie ZOOM

Na wszystkie zajęcia obowiązują telefoniczne zapisy u koordynatora.