

## Centrum Aktywności Seniorów Stowarzyszenia Dobrej Nadziei

adres - ul. Batorego 5, 31-135 Kraków

kontakt - tel. 662 383 382

e-mail – [sdn.cas@gmail.com](mailto:sdn.cas@gmail.com)

**Od dnia 16.10.2020 zajęcia stacjonarne zawieszono do odwołania.**

**W tym czasie odbywają się zajęcia online.**

**Dyżur telefoniczny od poniedziałku do piątku w godzinach 10:00-14:00.**

### **O BOWIĄZUJE OD 04 LISTOPADA 2020**

#### **Harmonogram zajęć stałych – LISTOPAD 2020**

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
<b>poniedziałek</b>	09:00-10:00	Warsztaty edukacyjne: Nasz Kraków	Zajęcia w formie online.
	10:15-11:15	Taniec w kręgu	Zajęcia w formie online.
<b>wtorek</b>	09:00-10:00	Ćwiczenia rozciągająco- izometryczne	Zajęcia w formie online.
	10:15-11:15	Trening umysłu	Zajęcia w formie online. <b>Uwaga: brak miejsc. W dniu 10.11. zajęcia nie odbywają się.</b>
	11:30-12:30	Trening umysłu gr. II	Zajęcia w formie online. Obowiązują zapisy. <b>W dniu 10.11. zajęcia nie odbywają się.</b>
	12:00-13:00	Cyfrowe ABC/ konsultacje ZOOM	Telefoniczny dyżur informatyka. Numer do kontaktu: 12 423 48 96.
<b>środa</b>	11:15-12:15	Zdrowy tryb życia	Zajęcia w formie online. <b>W dniu 11.11. zajęcia nie odbywają się.</b>
	12:30-13:30	Kurs wiedzy obywatelskiej	Zajęcia w formie online. <b>W dniu 11.11. zajęcia nie odbywają się.</b>
<b>czwartek</b>	10:00-11:00	“Bądź turystą w swoim mieście”- warsztaty plenerowe	Zajęcia w formie online.
<b>piątek</b>	10:00-11:00	Język angielski – poziom podstawowy	Zajęcia w formie online. Obowiązują zapisy.

	11:00-12:00	Język angielski- poziom średniozaawansowany	Zajęcia w formie online. Obowiązują zapisy.
--	-------------	---	--

### Zajęcia dodatkowe – listopad 2020

Data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
10.11.2020	13:30-14:30	Spotkanie z przedstawicielem Stowarzyszenia Mali Bracia Ubogich	Spotkanie informujące o działaniach Stowarzyszenia, program "Obecność". Spotkanie w formie online- <u>link jak do zajęć.</u>
26.11.2020	11:30-13:00	Andrzejkki online	Spotkanie towarzysko- integracyjne. Spotkanie w formie online <b>UWAGA: obowiązuje inny link:</b> <a href="https://us04web.zoom.us/j/3401719216?pwd=UVZsQ1UzbEU0MkFFano2VWdFWmR0QT09">https://us04web.zoom.us/j/3401719216?pwd=UVZsQ1UzbEU0MkFFano2VWdFWmR0QT09</a>  ID: 340 171 9216 hasło: 966544

**Aby dołączyć do zajęć online należy posłużyć się linkiem:**

<https://us04web.zoom.us/j/3356260784?pwd=eWhgTk5abiRwZmh4RzIBUGY4aDVudz09>

**Możliwość korzystania z zajęć także poprzez smartfona:**

**ID: 3356260784**

**PASSCODE: 263620**

**Link jest stały, ten sam do wszystkich zajęć, aktywny tylko w czasie trwania zajęć.**

**W razie wystąpienia problemów proszę kontaktować się z koordynatorem CAS pod numerem: 662 383 382.**