

Centrum Aktywności Seniorów „Seniorzy nauczycielami życia”

adres - Kraków, os. Górali 23

kontakt – tel. 608 47 37 67

e-mail: cas@gaudiumetspes.pl

W związku z decyzją Nr 138/2020 Wojewody Małopolskiego z dnia 14 października 2020 r.- Urząd Miasta Krakowa **zawiesza zajęcia bezpośrednio w Centrach Aktywności Seniorów w terminie od dnia 16 października 2020 r. do odwołania.**

Zajęcia odbywają się on-line przez aplikację wg harmonogramu miesięcznego.

DBAJCIE O SIEBIE I NADAL OGRANICZAJCIE WYCHODZENIE Z DOMU

Od poniedziałku do piątku w godzinach od 9:00 do 13:00 dyżur telefoniczny pod wskazanym numerem telefonu. Prowadzimy telefoniczne lub email udzielanie informacji i pomocy na miarę naszych możliwości. Możemy pomóc w zrobieniu zakupów i dostarczeniu ich przez wolontariuszy. Prosimy zgłaszać swoje potrzeby

**OBOWIĄZUJE od 09.12.2020 r.
Harmonogram zajęć stałych – GRUDZIEŃ 2020 r.**

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek 7,14,21,28	11,00 – 11,45 11,45 – 12,30	Zajęcia ruchowe – gimnastyka (zamiast nornic wal king) I grupa II grupa	zajęcia odbędą się on-line przez aplikację: https://zoom.us/download Kilka minut przed zajęciami prowadząca wysyła link do logowania. Osoby, chcące wziąć udział w zajęciach logują się do Zooma. Obecność zalicza się po zalogowaniu.
Środa 2,9,16,30	12,50 – 13,35 13,35 – 14,20	Zajęcia ruchowe – gimnastyka I grupa II grupa	zajęcia odbędą się on-line przez aplikację: https://zoom.us/download Kilka minut przed zajęciami prowadząca wysyła link do logowania. Osoby, chcące wziąć udział w zajęciach logują się do Zooma. Obecność zalicza się po zalogowaniu.

Środa 9,16,23,30	10,00 -10,45 11,00 -11,45	Kurs plastyczny z elementami grafiki - I grupa kurs plastyczny z elementami grafiki - II grupa	zajęcia odbędą się on-line przez aplikację: https://zoom.us/download Kilka minut przed zajęciami prowadząca wyśle link do logowania. Osoby, chcące wziąć udział w zajęciach logują się do Zooma. Obecność zalicza się po zalogowaniu.
Czwartek 3,10,17,	8.30- 9.30 9.30-10.30 10.45 -11.45 11.45-12.45	kurs nr 1 jęz. angielskiego grupa początkująca I grupa początkująca II kurs nr 2 języka angielskiego grupa zaawansowana I grupa zaawansowana II	zajęcia odbędą się online przez aplikację https://zoom.us/download Kilka minut przed zajęciami prowadząca wyśle link do logowania. Osoby, chcące wziąć udział w zajęciach logują się do Zooma. Obecność zalicza się po zalogowaniu.

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy