



## Centrum Aktywności Seniorów *Radosny Senior*

Biuro CAS zamknięte z powodu pandemii do odwołania.  
Dyżury telefoniczne pod nr. tel. 515 281 211 lub 882 825 767

e-mail: [radosnysenior@interia.pl](mailto:radosnysenior@interia.pl)

Poniedziałek	10.00 - 14.00
Wtorek	10.00 - 14.00
Środa	10.00 - 14.00
Czwartek	10.00 - 14.00
Piątek	10.00 - 14.00

### **OBOWIĄZUJE OD 15 Grudnia 2020 r.** **Harmonogram zajęć stałych – Grudzień 2020r.**

<b>dzień</b>	<b>Godzina</b>	<b>rodzaj zajęć</b>	<b>uwagi:</b>
Poniedziałek	9.00 – 10.00	Zajęcia z języka angielskiego poziom komunikatywny 21.12.2020r (jednorazowo)	Zajęcia Online Skype konwersacje.
	10.30 – 11.30	Gimnastyka	Zajęcia ZOOM ID:851 1374 3062 Hasło: 653717
	15.45 - 16.45	Ćwiczenia pamięci	Zajęcia Online Skype
	16.45 – 17.45	Gry logiczne	Zajęcia Online Skype
Wtorek	9.00 – 10.00	Zajęcia z języka angielskiego poziom komunikatywny. (Zajęcia z dn. 22.12.2020r. przeniesione na poniedziałek 21.12.2020r.)	Zajęcia Online Skype konwersacje.
	12.30 – 13.30	Spacer po Krakowie – ciąg dalszy (15.12.2020r. zajęcia odwołane)	Zajęcia Online Youtube: <a href="https://www.youtube.com/channel/UCeBF936JRw_o-3H6CnTiKjw?view_as=subscriber">https://www.youtube.com/channel/UCeBF936JRw_o-3H6CnTiKjw?view_as=subscriber</a>
	15.00 – 16.00	Zagadki muzyczne	Zajęcia ZOOM ID:257 554 5333 Hasło: 23NBU3

Środa	8.30 – 9.30	Gimnastyka	Zajęcia ZOOM ID:851 1374 3062 Hasło: 653717
	14.00 – 17.00	Zajęcia praktyczno – techniczne (dekoracje świąteczne) Czas zajęć obejmuje wcześniejsze przygotowanie materiałów i czas zajęć w ZOOM.	Zajęcia ZOOM ID:787 423 2666 Hasło: Ga9tzV
Czwartek	12.30 – 13.30	Spacer po Krakowie – Bożonarodzeniowe tradycje i zwyczaje z różnych regionów Polski.	Zajęcia Online Youtube: <a href="https://www.youtube.com/channel/UCeBF936JRW_o-3H6CnTiKjw?view_as=subscriber">https://www.youtube.com/channel/UCeBF936JRW_o-3H6CnTiKjw?view_as=subscriber</a>
	13.00 – 14.00	Zajęcia poprawiające ogólną sprawność – ZUMBA	Zajęcia ZOOM ID:757 467 8828 Hasło: relaks
Piątek	14.00 – 17.00	Zajęcia praktyczno – techniczne (dekoracje świąteczne) Czas zajęć obejmuje wcześniejsze przygotowanie materiałów i czas zajęć w ZOOM.	Zajęcia ZOOM ID:787 423 2666 Hasło: Ga9tzV

#### Zajęcia dodatkowe od 15 Grudnia 2020 r.

Data	godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
07, 14 i 21.12.2020r	11.00 – 14.00	Senior dla Seniora (drobne upominki na poprawę humoru).	Dostawa przez wolontariuszy na rowerach.
08.12.2020r.	10.00 – 10.30	Babcia Marysia czyta dzieciom (konkurs rysunkowy)	Zajęcia ZOOM ID: 7874232666 Hasło: Ga9tzV
15.12.2020r.	13.00 – 13.30	Babcia Marysia czyta dzieciom (konkurs rysunkowy)	Zajęcia ZOOM ID: 7874232666 Hasło: Ga9tzV
22.12.2020r.	10.00 – 10.30	Babcia Marysia czyta dzieciom (konkurs rysunkowy)	Zajęcia ZOOM ID: 7874232666 Hasło: Ga9tzV

**Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.**

