



Centrum Aktywności Seniorów „Nie Dzieli Nas Wiek”

adres - 31-339 Kraków, ul. Weissa 8/21

kontakt –tel: 727 430 999 e – mail fundacjanie.dzieli.nas@op.pl

Dyżury telefoniczne od poniedziałku do piątku w godzinach od 10.00 – 14.00

kontakt –tel: 727 430 999 e – mail fundacjanie.dzieli.nas@op.pl

W związku z decyzją Nr 138/2020 Wojewody Małopolskiego z dnia 14 października 2020 r. zajęcia bezpośrednio w Centrach Aktywności Seniorów w terminie od dnia 16 października 2020 r. zostają zawieszane do odwołania.

OBOWIĄZUJE od 18 STYCZNIA 2021

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STYCZEŃ 2021

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	10.00 -11.00	Język włoski	Link i hasło udostępnia koordynator i prowadzący
	16.00 -17.00	E-senior -zajęcia komputerowe	
wtorek	10.00 – 12.00	Język angielski wyjątkowo 5.01 o godz.9.00	Link i hasło udostępnia koordynator i prowadzący
wtorek	13.00 - 14.00	Gimnastyka ogólnorozwojowa wyjątkowo o godz.14.00	ZOOM, link: https://us02web.zoom.us/j/4057514700 HASŁO: 123
środa	14.00 -15.00	Zdrowe odżywianie – spotkanie z dietetykiem	Link i hasło udostępnia koordynator i prowadzący
czwartek	13.00 – 14.00	Gimnastyka rehabilitacyjna z elementami innych systemów ćwiczeń joga, pilaste, stretching	ZOOM, link: https://us02web.zoom.us/j/4057514700 HASŁO: 123
piątek	14.15 – 16.00	Taniec w kręgu	Link i hasło udostępnia koordynator i prowadzący
	16.00 – 17.00	Kawiarenka senioralna	

Wszystkie online zajęcia zostaną udostępnione seniorom poprzez aplikację ZOOM