



## 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](mailto:fundacjanie.dzieli.nas@op.pl)

Biuro CAS zamknięte z powodu pandemii do odwołania.

### Dyżur telefoniczny od poniedziałku do piątku w godzinach:

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 25.01.2021

### Harmonogram zajęć stałych – styczeń 2021

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek	10.00 - 11.00	Język włoski dla początkujących	<a href="https://us05web.zoom.us/j/7147998628?pwd=QXNyWDF5YnhEWVovQ0Z4VytiVVJkZz09">https://us05web.zoom.us/j/7147998628?pwd=QXNyWDF5YnhEWVovQ0Z4VytiVVJkZz09</a> Hasło: t0ErHp w hasle jest zero
	11.00 -12.00	Język włoski dla średniozaawansowanych	<a href="https://us05web.zoom.us/j/7147998628?pwd=QXNyWDF5YnhEWVovQ0Z4VytiVVJkZz09">https://us05web.zoom.us/j/7147998628?pwd=QXNyWDF5YnhEWVovQ0Z4VytiVVJkZz09</a> Hasło: t0ErHp w hasle jest zero
	16.00 -17.00	E-senior -zajęcia komputerowe	<a href="https://meet.google.com/mjv-oizq-xsf">https://meet.google.com/mjv-oizq-xsf</a>
	13.30 -14.30	Muzykoterapia – zajęcia udostępnia CAS Radosny senior+	Zajęcia ZOOM ID:787 423 2666 Hasło: Ga9tzV
wtorek	10.00 – 12.00	Język angielski	<a href="https://us02web.zoom.us/j/85700661039?pwd=dDZRWU5pWTFNRis4WTYyM2dYalZqdz09">https://us02web.zoom.us/j/85700661039?pwd=dDZRWU5pWTFNRis4WTYyM2dYalZqdz09</a> Hasło: 7imTxG
	13.00 - 14.00	Gimnastyka ogólnorozwojowa wyjątkowo o godz.14.00	ZOOM, link: <a href="https://us02web.zoom.us/j/4057514700">https://us02web.zoom.us/j/4057514700</a> 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: <a href="https://us02web.zoom.us/j/4057514700">https://us02web.zoom.us/j/4057514700</a> HASŁO: 123
piątek	14.15 – 16.00	Taniec w kręgu	Link i hasło udostępnia koordynator i prowadzący
	16.00 – 17.00	Kawiarenka senioralna	<a href="https://us05web.zoom.us/j/84958208941?pwd=U3hzQzFzNE1FOEJXZms2MklzMkRHZz09">https://us05web.zoom.us/j/84958208941?pwd=U3hzQzFzNE1FOEJXZms2MklzMkRHZz09</a> Hasło;11111

*Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.*